

GUÍA DIDÁCTICA:
**“CURSO DE TÉCNICO EN SALVAMENTO ACUÁTICO
Y
PRIMEROS AUXILIOS”**

ÍNDICE:

1. TITULACIÓN
2. FINALIDAD DEL CURSO
3. OBJETIVOS
4. ALUMNADO
5. DOCUMENTACIÓN
6. ESTRUCTURA Y METODOLOGÍA
7. TEMPORALIZACIÓN
8. CONTENIDOS CURRICULARES
9. MEDIOS Y RECURSOS DIDÁCTICOS
10. PROFESORADO
11. EVALUACIÓN
12. PRUEBAS DE APTITUD FÍSICA

1. TITULACIÓN.

La titulación del curso es emitida por la Federación Andaluza de Salvamento y Socorrismo. “Técnico en Salvamento Acuático y Primeros Auxilios”.

2. FINALIDAD DEL CURSO

La finalidad del curso es proporcionar una formación teórico-práctica que capacite al alumno para realizar salvamentos en el medio acuático y practicar los primeros auxilios, así como poner en práctica medidas de prevención de accidentes.

Una vez superado el curso el alumno obtiene el Título Federativo de “Técnico en Salvamento Acuático y Primeros Auxilios” homologado por la Junta de Andalucía y que capacita para trabajar como socorrista acuático en playas, piscinas y parques acuáticos. Como objetivo último se pretende facilitar la inserción laboral de los alumnos de la Universidad de Cádiz en los meses de verano.

3. OBJETIVOS

El objetivo general de esta acción formativa consiste en adquirir y desarrollar los conocimientos, procedimientos y actitudes básicas y necesarias para desarrollar la actividad profesional de socorrista acuático. Los objetivos didácticos específicos que se pretenden alcanzar son:

- Conocer las funciones, competencias y normativas que configuran la actividad profesional del salvamento acuático.
- Fomentar la vigilancia y la prevención de los futuros profesionales del salvamento para evitar situaciones de riesgo.
- Adquirir una formación básica en primeros auxilios que capaciten para proporcionar la “primera ayuda” a las víctimas de accidentes hasta la llegada de los profesionales sanitarios.
- Desarrollar técnicas de aproximación, salvamento, reanimación y transporte de víctimas.

- Adquirir una preparación física y técnica específica en el medio acuático que permita el auxilio de víctimas en el agua.
- Fomentar hábitos de seguridad y autoprotección.
- Conocer recursos y técnicas psicológicas básicas para el afrontamiento de situaciones conflictivas.

- Formentar la responsabilidad ya que del trabajo del técnico en salvamento acuático dependerá la seguridad y la vida de los usuarios.

4. ALUMNADO Y REQUISITOS

El número máximo de participantes es de 25, en caso de que no se llegue a 25 inscritos, la Federación podrá completar el grupo hasta los 25 establecidos. Como requisito básico, los alumnos deberán dominar estilo libre (crol) y braza. Además se recomienda que antes del comienzo del curso se entrenen dichos estilos.

5. DOCUMENTACIÓN

La documentación necesaria para matricularse en el curso es la siguiente:

- Hoja de inscripción cumplimentada (Descargar impreso en www.fassandalucia.es).
- 2 fotocopias del DNI.
- 2 fotografías recientes tamaño carnet.
- Certificado Médico Oficial con el texto: *“No padece enfermedad infecto-contagiosa y puede desarrollar actividades físicas tanto fuera como dentro del agua”*

6. ESTRUCTURA Y METODOLOGÍA

Los contenidos curriculares de esta acción formativa se estructuran en cinco áreas de conocimiento que se desarrollarán a lo largo de 85 horas lectivas, además se incluyen en estas horas prácticas en el medio acuático así como dos ponencias de formación complementaria.

La *metodología didáctica* será eminentemente *práctica, activa y participativa*, potenciando un *aprendizaje significativo*. Tras las exposiciones teóricas del profesor/ponente, éste propondrá la resolución de supuestos prácticos que faciliten la consecución de los objetivos establecidos para el curso. Las clases teóricas se enriquecerán con el empleo de material didáctico audiovisual (cañón multimedia, videos, diapositivas y transparencias). A la hora de realizar prácticas, el grupo de 25 alumnos se subdividirá en subgrupos, con la finalidad de que estas sean lo más fluidas y provechosas posibles y permitan que todo el alumnado pueda realizar suficientes ejercicios prácticos.

7. TEMPORALIZACIÓN

Para alcanzar los objetivos previstos se impartirán 85 horas lectivas distribuidas en seis semanas. Adaptándonos a las necesidades de los alumnos la fecha ideal es marzo-abril, para que no coincida con los exámenes. La idea es impartirlo en la piscina de Cádiz y en las instalaciones de la Universidad de Cádiz en el campus de Puerto Real, ya que es inviable en una única instalación por la disponibilidad de los vasos. De este modo la fecha prevista de inicio es el viernes 17 de marzo de 2006 (ver horario adjunto).

ÁREAS	Carga lectiva Teórica	Carga lectiva Práctica	OBSERVACIONES
ANATOMÍA, FISIOLOGÍA Y PRIMEROS AUXILIOS	20		
PSICOLOGÍA	3		
LEGISLACIÓN	3		
TEORÍA DEL SALVAMENTO	10		
Tª NATACIÓN	2		
PISCINA		38	
PRÁCTICAS PLAYA		4	
PONENCIA 1	1		
PONENCIA 2	1		
PARQUE ACUÁTICO		4	
	40	46	
TOTAL	86		

8. CONTENIDOS CURRICULARES

Los contenidos curriculares mínimos que se impartirán por área son:

8.1. ÁREA DE ANATOMÍA, FISIOLOGÍA Y PRIMEROS AUXILIOS.

1. Introducción a los Primeros Auxilios.
2. Introducción a la anatomía y fisiología
3. Alteraciones del nivel de conciencia.
4. Clasificación de los traumatismos.
5. Reanimación cardiopulmonar.
6. Desfibrilador externo automático.
7. Obstrucción de la vía aérea.
8. Accidentes por inmersión.
9. Lesiones sobre la piel.
10. Lesiones del aparato locomotor.
11. Lesiones vasculares.
12. Taller de oxigenoterapia.
13. Taller de inmovilización.

8.2. ÁREA DE PSICOLOGÍA APLICADA AL SALVAMENTO.

1. Introducción: requisitos del T.S.A.
2. La psicología en el salvamento:

2.1 Definición.

2.2 Conceptos y procesos psicológicos:

- El triple nivel de respuesta.
- Nivel de activación y comportamiento eficaz.
- El estrés del técnico en salvamento
- Miedo vs. ansiedad: manifestaciones de la ansiedad

3. Técnicas psicológicas:

3.1. Nivel fisiológico:

- Respiración completa: Objetivo, fases y sesiones
- Relajación progresiva de Jacobson: Definición, método y grupos musculares

3.2 Nivel cognitivo:

- Mejora de la autoconfianza:
 - Reestructuración racional sistemática
 - Autoinstrucciones
- Práctica imaginada:

3.3. Entrenamiento de la atención

4. Habilidades para comunicar

4.1. La asertividad: habilidades para comunicar

4.2. Comunicación en situaciones conflictivas

5. Intervención en crisis: apoyo psicológico a la víctima

6. Incidentes críticos y secuelas psicológicas en el T.S.A.

8.3. ÁREA DE LEGISLACIÓN APLICADA AL SALVAMENTO.

1. Introducción al marco legal de la profesión.

2. Normativa vigente, nacional y autonómica, sobre las instalaciones acuáticas.

- Piscinas de uso colectivo.
- Normativa en la Comunidad Autónoma Andaluza.

3. Responsabilidad civil y penal del Socorrista Acuático.

- Normativa aplicable
- Definición de delitos y faltas
- Delitos y faltas en los que puede incurrir un T.S.A.
- Responsabilidad penal del T.S.A.
- Responsabilidad civil del T.S.A.

4. Consideración laboral del Socorrista Acuático
 - Normativa de aplicación
 - Contratos de trabajo
 - Tipos
 - Las partes del contrato de trabajo
 - Derechos y deberes de las partes del contrato
5. Derechos del trabajador según el Estatuto de los Trabajadores.
6. Deberes del empresario según normativa legal.
7. Deberes del empresario derivadas de la reglamentación sanitaria de piscinas.
8. Deberes del Socorrista Acuático.

8.4. ÁREA DE TEORÍA DEL SALVAMENTO ACUÁTICO.

1. Definición de técnico en Salvamento Acuático.
2. Principios generales del salvamento acuático.
3. Secuencia de actuación en salvamento acuático.
4. Técnicas para entrar en el agua.
5. La flotación.
6. Natación adaptada al salvamento.
7. Técnicas de control y zafaduras.
8. Técnicas de remolque directo o “cuerpo a cuerpo”.
9. Técnicas para la utilización del material de rescate.
10. Técnicas para rescate de accidentados de columna.
11. Técnicas de respiración artificial en el medio acuático.
12. Salvamento acuático en piscinas.
13. Salvamento acuático en playas.
14. Salvamento en parques acuáticos.

8.5. ÁREA DE TEORÍA DE LA NATACIÓN

1. Principios comunes a los cuatro estilos.
2. Crol:
 - Posición del cuerpo.
 - Acción de las piernas.
 - Acción de brazos.

3. Espalda:

- Posición del cuerpo
- Acción de las piernas.
- Acción de brazos.

4. Braza:

- Tipo de braza (formal, natural y ondulatoria)
- Acción de las piernas.
- Acción de brazos.

9. MEDIOS Y RECURSOS DIDÁCTICOS

La Federación Andaluza de Salvamento y Socorrismo aportará el material didáctico curricular impreso de uso individual para el alumnado. Así mismo se dispondrá de los siguientes medios:

- Material audiovisual general
 - TV y video.
 - Proyector de transparencias (retroproyector).
 - Cañón multimedia y ordenador portátil.
- Material didáctico para prácticas
- *Área de Anatomía, Fisiología y Primeros Auxilios:*
 - Maniqués de RCP.
 - Desfibrilador semiautomático de aprendizaje.
 - Vendas y ferulas.
 - Botiquín básico.
 - Camilla.
- *Área de Salvamento Acuático:*
 - Flopis o brazos de rescate.
 - Boyas torpedo.
 - Aros de rescate.
 - Torno de rescate.
 - Maniqués de salvamento acuático.
 - Camilla flotante.
 - Anillas.
 - Tablas y pull-boy de natación.

10. PROFESORADO

A.F.P.A: Licenciado en Medicina o D.U.E.

Legislación: Licenciado en Derecho.

Psicología: Licenciado en Psicología o Psicopedagogía.

Teoría de la natación: Entrenador o monitor de natación por la Real Federación Española de Natación.

Teoría del Salvamento Acuático, Prácticas en piscina y mar: Entrenadores/profesores de salvamento por la Federación Andaluza de Salvamento y Socorrismo.

11. EVALUACIÓN

La comprobación del grado de consecución de los objetivos generales y específicos previstos, y, por tanto, del curso, está establecida mediante pruebas escritas en cada una de las áreas, a excepción del área de Teoría de la Natación que carece de prueba. Además para superar el curso el alumno deberá superar las pruebas de aptitud física que se detallan en el siguiente apartado.

12. PRUEBAS DE APTITUD FÍSICA

Para la obtención del título de Técnico en Socorrismo Acuático y Primeros Auxilios de la Federación Andaluza de Salvamento y Socorrismo el alumno deberá superar las ocho pruebas de Aptitud Física Obligatorias.

PRUEBAS DE APTITUD FÍSICA

1ª. 50 m. salvamento con zafaduras.	Tiempo Límite: 20" (25m)
Tras la señal entrada al agua sin hundir la cabeza, realizar 25m de nado libre con la cabeza fuera del agua mirando a la persona que simula ahogarse. Antes de llegar a ella a 2-3m sumergirse para realizar la toma de contacto por la espalda.	
2ª. 50 m. rescate del maniquí.	Tiempo Límite: 1'10"
Tras la señal entrada al agua sin hundir la cabeza, realizar 25m de nado libre con la cabeza fuera del agua, recoger el maniquí del fondo de la piscina en su parte más profunda y remolcarlo 25m sin que el agua pase por encima de su cara.	
3ª. 75 m. con desplazamiento terrestre y material.	Tiempo Límite: 1'20"
Tras la señal realizar 25m en desplazamiento terrestre (con seguridad) se recoge el brazo de rescate y se efectúan 25m de nado libre, se controla con el flopi a una persona que simula inconsciencia y se remolca 25m sin que el agua pase por encima de su cara.	
4ª. 25 m. buceo y rastreo.	Tiempo Límite: 40"
Tras la señal realizar 25m de buceo, intentando recoger diez aros tirados al azar en una calle.	
5ª. 150 m. rescate con aletas.	Tiempo Límite: 3'00"
Tras la señal colocarse las aletas, entrar al agua, realizar 75m de nado libre con aletas, recoger el maniquí del fondo de la piscina en su parte más profunda y remolcarlo 75m sin que el agua pase por encima de su cara.	
6ª. 100 m. salvamento con ropa.	Tiempo Límite: 2'45"
Tras la señal entrada al agua, realizar 50m de nado libre con ropa, quitarse la ropa dentro del agua, recoger a una persona que simula inconsciencia utilizando el pantalón y remolcarlo 50m sin que el agua pase por encima de su cara.	
7ª. 100 m. combinada con buceo.	Tiempo Límite: 2'45"
Tras la señal entrar al agua, realizar 50m de nado libre, tocar la pared y, antes de cinco segundos, sumergirse y efectuar 15m de buceo hasta llegar al maniquí, recogerlo y remolcarlo 35m sin que el agua pase por encima de su cara.	
8ª. 300 m. con aletas.	Tiempo Límite: 4'45"
Tras la señal colocarse las aletas, entrar al agua, realizar 300m de nado libre con aletas, de forma continuada.	