

## CURSO SOCORRISMO ACUÁTICO PROFESIONAL

### PRESENTACIÓN

Nuestro objetivo es formar Socorristas Acuáticos capacitados para desarrollar las funciones propias de dicho cargo en espacios acuáticos naturales, parques acuáticos y en piscinas, en cumplimiento al decreto 140/2009, de 11 de noviembre, por el que se aprueba el reglamento técnico sanitario de las piscinas de uso colectivo en el Principado de Asturias.

Debido a la amplia experiencia de los docentes en las playas de varios concejos asturianos, y a la colaboración con empresas líderes en el sector, podemos ofrecer una formación adaptada a las necesidades de los alumnos y que cubra todas las expectativas formativas.

El curso tendrá una duración de 85 horas y será impartido en las instalaciones de SOS NORTE, Aula del Deporte en Navia y el Complejo Deportivo Municipal de la misma localidad. Se desarrollará durante 5- 6 semanas consecutivas. Durante este tiempo se trabajará la parte teórico - práctica, así como los entrenamientos y las pruebas físicas en la piscina municipal y determinadas zonas de costa.

Para complementar la formación, (siempre y cuando la movilidad y restricciones del momento lo permitan) y que los alumnos tengan una formación que les permita conocer con quién trabajan y con qué apoyos cuentan en todo momento, se hará una visita guiada al 1-1-2 ASTURIAS, en La Morgal, donde nos enseñarán sus instalaciones y guiarán por todo el recorrido (sala de coordinación, parque de bomberos, unidad canina de rescate y helipuerto). En caso de ser necesario, esta visita será realizada de forma telemática.

**SOS NORTE**

C/Río de Oro 1,6ª – 33209 – Gijón - Asturias

623 190 112

[info@sosnorte.es](mailto:info@sosnorte.es)

## OBJETIVOS

- Conocer el perfil, las funciones y los aspectos ético-legales del socorrista.
- Conocer los distintos tipos de instalaciones acuáticas, y sus principales problemas.
- Identificar y prevenir accidentes acuáticos.
- Reconocer y utilizar materiales de salvamento.
- Utilizar las distintas técnicas de salvamento.
- Reconocer los síntomas universales de ahogamiento, y cómo actuar ante él.
- Reconocer y aplicar las técnicas de soporte vital básico.
- Reconocer y saber actuar ante lesiones específicas del medio acuático.
- Superar las pruebas físicas que sean establecidas en los tiempos y forma acordados.
- Conocer los planes de emergencias de las playas, piscinas y parques acuáticos.
- Identificar las corrientes costeras.
- Aplicar técnicas de socorrismo en playas, piscinas, y parques acuáticos.
- Conocer la legislación de piscinas de uso colectivo, prevención y control de riesgos laborales en estas instalaciones.
- Reconocer el esquema de funcionamiento hidráulico.
- Aprender el riesgo de contaminación en piscinas.
- Identificar los diferentes productos químicos empleados en el tratamiento del agua.
- Ser capaz de cubrir las fichas técnicas y de seguridad.
- Conocer el sistema de recirculación y depuración del agua, así como el sistema de autocontrol.
- Realizar el control de calidad del agua, así como la prevención y control de la legionelosis

El curso consta de dos partes: la parte teórico – práctica, en la que se expondrán los temas y se realizarán las prácticas con los materiales necesarios; y las pruebas físicas, en las que se entrenarán y superarán las pruebas establecidas.

Será necesario superar el 80% del examen teórico – práctico para superar el curso.

Será necesario superar el 100% de las pruebas físicas y los supuestos prácticos para superar el curso.

**SOS NORTE**

C/Río de Oro 1,6ª – 33209 – Gijón - Asturias

623 190 112

[info@sosnorte.es](mailto:info@sosnorte.es)

## CONTENIDOS

- Legislación de piscinas de uso colectivo, prevención y control de la legionelosis y prevención de riesgos laborales.
- Conceptos y esquema de funcionamiento hidráulico: tipos de piscinas y vasos, esquema general.
- Riesgos asociados a las piscinas.

### Principios generales del socorrismo acuático profesional

- Anatomía y fisiología humana.
- Soporte vital básico e instrumental.
- Traumatismos mecánicos, físicos y químicos.
- Alteraciones de la conciencia. Reanimación cardiopulmonar.
- Intoxicaciones, alergias y picaduras. Otros problemas: atragantamientos, problemas digestivos, hemorragias, quemaduras solares, etc.
- Pautas de actuación en salvamento acuático.
- Botiquín de primeros auxilios en piscinas: material de cura y fármacos.
- Sistema de autocontrol: planes y registros.
- Práctica: Primeros auxilios y socorrismo acuático. Técnicas de natación. Natación de salvamento. Simulaciones (emergencias, rescates y accidentes).

### Principios específicos del socorrismo acuático profesional

- 1.- Perfil, funciones y aspectos ético-legales del socorrismo acuático.
- 2.- Instalaciones acuáticas.
- 3.- Identificación y prevención de accidentes acuáticos.
- 4.- Materiales de salvamento.
- 5.- Técnicas de salvamento acuático.
- 6.- El ahogamiento.
- 7.- Soporte Vital Básico. Normas AHA y ERC 2015 (en tiempos de COVID-19).
- 8.- Lesiones específicas del medio acuático.
- 9.- Preparación física.
- 10.- Intervención en playas.
- 11.- Dinámica marina. Las corrientes en zonas costeras.
- 12.- Técnicas de socorrismo en playas.
- 13.- Legislación de piscinas de uso colectivo.
- 14.- Funcionamiento hidráulico.
- 15.- Contaminación en piscinas.
- 16.- Productos químicos utilizados en una piscina.



## Pruebas físicas

Se realizarán en el Complejo Deportivo Municipal de Navia.

Se realizarán simultáneamente a los entrenamientos, y éstas serán eliminatorias, quedando el último día de piscina, reservado para realizar todas aquellas pruebas físicas que no se hubieran pasado durante el curso.

- Buceo y rastreo en distancia (35 segundos).
- Nado 50 metros estilo socorrista (50 segundos).
- 150 metros de remolque con aletas (2 minutos 50 segundos).
- Prueba combinada con RCP (3 minutos 35 segundos).
- Combinada con buceo (2 minutos 45 segundos).
- Resistencia remolque (3 minutos 30 segundos).
- Nadar 400 metros (7 minutos 30 segundos).
- Combinada nado 50m con ropa y remolque de víctima 25m (Habilidades)
- Habilidades acuáticas.
- Prácticas en el mar.

\*Durante el transcurso del curso se detallarán las pruebas físicas, quedando en potestad del entrenador, modificar los tiempos, haciendo que estos sean más exigentes, según el nivel del grupo.

## DESTINATARIOS

El curso está dirigido a todas aquellas personas interesadas en obtener el certificado de socorrista acuático y el diploma que acredite la formación recibida. Esta formación es válida para trabajar en el Principado de Asturias, y en aquellas otras Comunidades Autónomas en las que no exista una legislación específica de Socorrismo Acuático.

## REQUISITOS DE INSCRIPCIÓN

- Saber nadar, y hacerlo con soltura.
- No padecer enfermedad o defecto físico que impida desarrollar la actividad de socorrismo.
- Tener cumplidos 16 años.
- Estar en posesión de la E.S.O. o equivalente.
- Haber superado la prueba de acceso que se realizará en el Complejo Deportivo Municipal de Navia.

## DURACIÓN

85 horas.

**SOS NORTE**

C/Río de Oro 1,6ªA – 33209 – Gijón - Asturias

623 190 112

[info@sosnorte.es](mailto:info@sosnorte.es)



## FECHAS Y HORARIO

El curso constará de 5\* fines de semana, desde el 1 de abril hasta el 30 de de abril, cumpliendo, generalmente, el siguiente horario:

- Viernes tarde: Piscina (o medio acuático) de 19:30 a 22:00h.
- Sábado mañana: Aula teórica de 09:30 a 13:30h.
- Sábado tarde: Piscina (o medio acuático) de 17:00 a 20:00h.
- Domingo mañana: Aula teórica de 10:00 a 14:00h.

Durante el transcurso del curso, se confirmará según la previsión meteorológica y condiciones del mar, los días que se harán prácticas en espacios naturales (playa), o en instalación acuática (piscina), donde se realizarán prácticas con medios materiales, moto acuática, tablón de rescate, tablón de rescate SUP, etc.

Será obligatoria la asistencia a la sesión virtual con el 1-1-2 Asturias. Fecha por confirmar.

## LUGAR DE IMPARTICIÓN

- Aula teórica en la Casa del Deporte de Navia.
- Complejo Deportivo Municipal de Navia: Travesía de La Granja 1, 33710, Navia (Asturias).
- Espacio acuático natural del occidente asturiano, elegido según las condiciones meteorológicas.

## MATRÍCULA

La matrícula consta de un único pago de 350€ que se abonará, sin excepción, el primer día del curso.

Para formalizar la matrícula se ha de enviar al correo electrónico [info@sosnorte.es](mailto:info@sosnorte.es) la hoja de matrícula destinada a tal fin y recogida en el Anexo I debidamente cumplimentada, junto al DNI del participante. Asimismo, se debe de entregar un certificado médico oficial que recoja que el alumno o la alumna, “no padece enfermedad infectocontagiosa ni defecto físico alguno que le impida la práctica de socorrismo acuático profesional”. Este certificado, emitido por un profesional médico en activo, deberá ir acompañado de su sello identificativo con su número de colegiado, para que sea válido. Se podrá realizar en el centro de salud, o en una clínica privada, así como en un psicotécnico.

Debido a la importancia de todos los temas, será necesaria la asistencia al 80% del curso. La ausencia, justificada o no, a más del 20% de las clases,

**SOS NORTE**

C/Río de Oro 1,6ªA – 33209 – Gijón - Asturias

623 190 112

[info@sosnorte.es](mailto:info@sosnorte.es)



supondrá la pérdida del derecho al diploma, pero en ningún caso la devolución del importe de la matrícula.

El curso se llevará a cabo con un mínimo de 10 alumnos. La reserva de plaza se efectuará una vez recibida la documentación de matrícula.

En caso de que el curso se suspendiera por falta de alumnos, será devuelto el 100% del importe pagado de la misma forma en la que haya sido cobrado.

**Hasta el primer día de curso, no se debe de realizar ningún pago ni ningún ingreso en la cuenta bancaria.**

## **¡AVISO! INFORMACIÓN IMPORTANTE**

- Debido a la importancia de todos los temas, será necesaria la asistencia al 95% de las horas teóricas y al 95% de las horas prácticas de piscina y prácticas en el mar.
- La ausencia, justificada o no, a más del porcentaje establecido anteriormente, supondrá la pérdida del derecho al diploma, pero en ningún caso la devolución del importe de la matrícula.
- El curso se llevará a cabo con un mínimo de 8 alumnos.
- En caso de que el curso se suspendiera por falta de alumnos, será devuelto el 100% del importe pagado de la misma forma en la que haya sido cobrado.

Actualmente contamos con un acuerdo de colaboración con una empresa líder en el sector que presta sus servicios en las Islas Baleares y parte de Cataluña.

Los alumnos que obtengan la acreditación, muestren interés y sean especialmente competentes en la materia los pondremos en contacto con la empresa gestora en los espacios anteriormente señalados, y le ofrecerán un puesto de trabajo.

Las fechas estimadas de contratación serán las siguientes:

- Islas Baleares: entre el 1 de mayo y el 31 de octubre (6 meses).
- Cataluña: entre el 15 de junio y el 15 de septiembre (3 meses).

**SOS NORTE**

C/Río de Oro 1,6ª – 33209 – Gijón - Asturias

623 190 112

[info@sosnorte.es](mailto:info@sosnorte.es)