

## 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 6 semanas consecutivas. Durante este tiempo se trabajará la parte teórico - práctica, así como los entrenamientos y las pruebas físicas en la piscina y determinadas zonas de costa.

Para complementar la formación 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 y helipuerto).

**SOS NORTE**

C/Río de Oro 1,6ªA – 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 para superar el curso.

Será necesario superar el módulo de piscina para obtener la acreditación de piscinas.

Será necesario superar el módulo de playas para obtener la acreditación de playas.

**SOS NORTE**

C/Río de Oro 1,6ªA – 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

- Perfil, funciones y aspectos ético–legales del socorrismo acuático.
- Instalaciones acuáticas.
- Identificación y prevención de accidentes acuáticos.
- Materiales de salvamento.
- Técnicas de salvamento acuático.
- El ahogamiento.
- Soporte Vital Básico. Normas AHA y ERC.
- Lesiones específicas del medio acuático.
- Preparación física.
- Intervención en playas.
- Dinámica marina. Las corrientes en zonas costeras.
- Técnicas de socorrismo en playas.
- Legislación estatal y autonómica de piscinas de uso colectivo.
- Funcionamiento hidráulico.
- Contaminación en piscinas.
- Productos químicos utilizados en una piscina.

**SOS NORTE**

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

623 190 112

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



## Pruebas físicas

Se realizarán en el Complejo Deportivo Municipal de Navia.

Serán simultáneas 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 de la dirección del curso, 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, en el ámbito de piscinas, está avalada por la Consejería de Sanidad del Principado de Asturias y es válida para ejercer en tal Comunidad, así como en aquellas en las que esté reconocida.

## REQUISITOS DE INSCRIPCIÓN

- Saber nadar, y hacerlo con soltura.
- Tener habilidad y destreza en el medio acuático.
- 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.

**SOS NORTE**

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

623 190 112

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



## DURACIÓN

- 85 horas presenciales.

## FECHAS Y HORARIO

El curso constará de 6 fines de semana, desde el 31 de marzo hasta el 30 de abril, inclusive, cumpliendo el siguiente horario general:

- Viernes por la tarde: práctica de 19:30h. a 22:00h.
- Sábado por la mañana: aula teórica de 9:30h. a 13:30h.
- Sábado por la tarde: práctica de 17:00h. a 20:00h.
- Domingo por la mañana: aula teórica de 10:00h. a 14:00h.

Además, se reserva el viernes 3 de marzo para realizar la presentación del curso y toma de contacto con el mismo.

Durante el transcurso del curso, se confirmará según la previsión meteorológica aquellos cambios que sean necesarios, derivados de las condiciones climatológicas, especialmente en relación con el medio acuático natural, y para las prácticas con moto acuática, tablón de rescate y tabla de rescate AirSup.

Será obligatoria la asistencia a las instalaciones del 1-1-2 Asturias, previsiblemente el viernes 28 de abril, en horario de mañanas.

## 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.

**SOS NORTE**

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

623 190 112

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



## MATRÍCULA

El coste de la matrícula es de €360,00.

Para formalizar la misma, será necesario entregar el primer día de curso, junto con el resto de documentación (hoja de matrícula, certificado médico oficial y fotocopia del DNI) en la jornada de presentación (viernes 3 de marzo) un primer pago de €150,00 que serán descontados del precio total de matrícula. El segundo pago de los €210,00 restantes, se efectuará entre el 27 y el 31 de marzo en el número de cuenta de SOS NORTE S.C., que será facilitado a los inscritos, o en su defecto, en efectivo, el viernes 31 de marzo.

Para realizar la preinscripción, es necesario cubrir de forma online el siguiente documento, y adjuntar en el apartado “documentación” del mismo el DNI, escaneado por ambas caras: (clic aquí: <https://forms.gle/41HAftFX3FNRK95C6>)

## 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.
- La reserva de plaza se efectuará una vez cubierto el documento online, y será efectiva el primer día de curso, tras abonar los €150,00.
- 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 varios acuerdos de colaboración con empresas líderes en el sector, que prestan sus servicios en gran parte de la costa Mediterránea. Posibilidad de trabajo durante seis meses en diferentes puntos de nuestra región. Consultar.

**SOS NORTE**

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

623 190 112

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

## HORARIO\*

### MES DE MARZO

- **VIERNES 3: DÍA DE PRESENTACIÓN E INICIO DE CURSO EN PISCINA. DE 17:00 H A 22:00H.**
- **VIERNES 31: PISCINA. DE 19:30 A 22:00H.**

### MES DE ABRIL

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
				<b>31 MARZO:</b> PISCINA.19:30 A 22H.	<b>1</b> TEORÍA: 9:30 A 13:30 PLAYA: 15 A 19H	<b>2</b> TEORÍA: 10 A 14H
3	4	5	<b>6</b> TEORÍA: 9:30 A 13:30 PLAYA: 15 A 19H	<b>7</b> TEORÍA: 9:30 A 13:30 PLAYA: 15 A 19H	8	9
10	11	12	13	14	<b>15</b> TEORÍA: 9:30 A 13:30 PLAYA: 15 A 19H	<b>16</b> TEORÍA: 10 A 14H
17	18	19	20	<b>21</b> TEORÍA: 17 A 20H	<b>22</b> PLAYA: 11 A 19H	23
24	25	26	27	<b>28</b> <b>VISITA MORGAL:</b> <b>8 A 17H</b>	<b>29</b> TEORÍA: 9:30 A 13:30 PLAYA: 15 A 19H	<b>30</b> TEORÍA: 10 A 14H

\*El horario es orientativo, y podrá sufrir cambios que serán anunciados durante el transcurso del curso.

**SOS NORTE**

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

623 190 112

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