

PREVENCIÓN EN PLAYAS Y PISCINAS

CONDICIONES IDEALES EN PLAYAS

- Aplicación Deportiva Específica en Salvamento Acuático del INEF de Galicia •
Dibujos: Raúl Fraguela Vale y Julio Zañano Ongil

El trabajo que se presenta a continuación surge del desarrollo del tema de la prevención en la asignatura Aplicación Deportiva Específica en Salvamento Acuático del INEF de Galicia. Después de varias sesiones teóricas, en las que el profesor de esta asignatura aportó la explicación de los contenidos del tema: la prevención en Salvamento Acuático, los alumnos de la asignatura debatieron este tema referido a playas y piscinas; en una primera sesión se trabajó en pequeños grupos y en otras dos sesiones más hubo una puesta en común, en la que con la dirección del profesor, se llegó a un consenso sobre las condiciones ideales que deberían cumplir en materia de prevención todas las piscinas y playas con baño público.

En ambos casos se ha utilizado el mismo esquema: recursos humanos (número, condiciones y organización), recursos materiales (de prevención, de vigilancia, de intervención y de primeros auxilios) y plan de salvamento y socorrismo y recursos de evacuación.

Los dibujos pretenden servir de orientación y guía para una mejor comprensión de las condiciones indicadas, motivo por el que aparecen numeradas cada una de estas condiciones.

PLAYAS:

Estas condiciones ideales se han establecido para una playa tipo de 800 mts. de longitud, 50 mts. de anchura media y de profundidad variable (uniforme o desigual) mayor a 1,50 mts. a 20 mts. de la orilla. (Figura 1)

A. RECURSOS HUMANOS:

Número, condiciones y organización:

1) - 1 Jefe de Equipo del Servicio de Salvamento y Socorrismo.

Condiciones:

- Formación adecuada y actualizada.
- Titulación vigente.
- Preparación específica y permanente.
- Regulación laboral mediante contrato.
- Seguro de responsabilidad civil.
- Número máximo de horas de trabajo al día: 7.
- Descanso mínimo semanal: 1,5 días.

Importante!:

- El Jefe de Equipo ha de permanecer de forma continuada en la playa, por lo que deberán tenerse en cuenta sus descansos diarios y de fines de semana con un sustituto.

2) - 6 Técnicos en Salvamento Acuático.

Condiciones:

- Formación adecuada y actualizada.
- Titulación vigente.
- Preparación específica y permanente.

- Regulación laboral mediante contrato.
- Seguro de responsabilidad civil.
- Número máximo de horas de trabajo al día: 7.
- Descanso mínimo semanal: 1,5 días.

¡Importante!

- Estos técnicos han de permanecer de forma continuada en la playa, por lo que deberán tenerse en cuenta los descansos diarios y de fines de semana con otros técnicos.
- La ubicación ideal de los técnicos será la siguiente: dos vigilan desde las sillas elevadas, tres efectúan patrullas por la playa con material de rescate y uno acompaña al Patrón de Embarcación en las patrullas e intervenciones de ésta. Se establecerá una rotación entre los técnicos, de forma que sus niveles de atención no disminuyan con el cansancio o la monotonía.

3) - 1 Responsable del Puesto de Primeros Auxilios.

Condiciones:

- Formación adecuada y actualizada.
- Titulación vigente: lo ideal sería contar con un Licenciado en Medicina o un Diplomado Universitario en Enfermería. En cualquier caso, como mínimo, con un Técnico en Primeros Auxilios.
- Preparación específica y permanente.
- Regulación laboral mediante contrato.
- Seguro de responsabilidad civil.
- Número máximo de horas de trabajo al día: 7.
- Descanso mínimo semanal: 1,5 días.

¡Importante!

- Este responsable ha de permanecer de forma continuada en el Puesto de Primeros Auxilios, por lo que deberán tenerse en cuenta los descansos diarios y de fines de semana.

4) - 1 Patrón de Embarcación.

Condiciones:

- Formación adecuada y actualizada.
- Titulación vigente: Como mínimo, la de patrón de embarcación y sería ideal que, además, contara con la de Técnico en Salvamento Acuático.
- Preparación específica y permanente.
- Regulación laboral mediante contrato.
- Seguro de responsabilidad civil.
- Número máximo de horas de trabajo al día: 7.
- Descanso mínimo semanal: 1,5 días.

¡Importante!

- El Patrón de Embarcación ha de permanecer de forma continuada en la playa, por lo que deberán tenerse en cuenta sus descansos diarios y de fines de semana con un sustituto.
- El Patrón de Embarcación no irá nunca sólo en la embarcación, en todas las patrullas e intervenciones será acompañado por un Técnico en Salvamento Acuático.

B. RECURSOS MATERIALES:

B.1. De prevención:

5) - Paneles informativos.

¿Qué información?

- Mapa de la playa.
- Horarios del Servicio de Salvamento y Socorrismo (mínimo de 12,00 a 20,00 horas y variable en función de la playa y afluencia de personas).
- Consejos para evitar ahogamientos y accidentes.
- Código de banderas del estado del mar.
- Tabla de mareas (en las playas en las que este factor tenga incidencia).
- Normas de higiene.

¡Importante!

- La ubicación ideal de los paneles informativos será la siguiente: en todos los accesos a la playa, en el puesto de Primeros Auxilios, en otras zonas de interés (vestuarios, zona de juegos, etc).
- Los mensajes emitidos en la información serán sencillos y, a ser posible, utilizando ilustraciones para su mejor comprensión.
- En los paneles informativos, si fuera preciso, se utilizarán varios idiomas: el propio de la playa, el más habitual entre los turistas que acuden a la playa y el inglés.

6) - Balizamientos en la zona de baño.

Tipos de balizamientos:

- Balizamiento de separación, que delimite la zona de baño y a ella no puedan acceder embarcaciones, motos acuáticas, tablas de windsurf, tablas de surf, etc.
- Balizamientos diversos en función de las características de la playa y de las medidas de prevención que sean necesarias tomar.

7) - Señalización de las zonas de peligro.

Realizada mediante carteles claros, sencillos y fáciles de ver que se ubiquen en todos aquellos lugares en los que existe algún tipo de peligro (rocas, corrientes fuertes, cambios bruscos de profundidad, oleaje intenso, etc).

8) - Megafonía informativa y de alarma.

Distribuida de forma proporcionada y eficaz por la playa y utilizada para mensajes de prevención, avisos urgentes y casos de emergencia.

9) - Teléfono público.

En uno o varios puntos del paseo marítimo o en los accesos a la playa.

10) - Papeleras.

Distribuidas de forma proporcionada y eficaz por toda la playa, con lo que se intenta evitar que por el suelo se encuentren materiales que pueden producir heridas. Sería ideal contar con recipientes para la recogida selectiva de basuras (papel y vidrio como mínimo), con lo que, además, se incide en planteamientos ecológicos.

B.2 De vigilancia:

11) - 2 sillas elevadas de vigilancia.

Material:

- Sombrilla para la protección solar del técnico.
- Radiotransmisor para comunicar con el Puesto de Primeros Auxilios.
- Prismáticos para ejercer la vigilancia con mayor eficacia.

¡Importante!

- Las sillas se ubicarán de forma que entre ambas se cubra toda la playa y desde cada una existan las mismas distancias al centro y a los extremos, teniendo además fácil acceso al agua.

12) - Equipamiento de los Técnicos para ejercer la vigilancia.

Vestimenta y material:

- Visera.
- Gafas de sol.
- Camiseta.
- Bañador.
- Chanclas con sujeción en tobillo.
- Silbato.

¡Importante!

- El equipamiento de los Técnicos tiene la función principal de permitir su identificación, por lo que no se quitará, tapará o sustituirá por otro diferente al utilizado habitualmente y que los usuarios ya conocen.

- Es de gran interés que los Técnicos establezcan un código de señales con los pitidos del silbato, de forma que identifiquen fácilmente cuándo se trata de una emergencia y cuándo de realizar una llamada de atención a los usuarios.

B.3. De intervención:

13) - Material de rescate.

Tipo y número:

- 1 flopi o brazo de rescate para cada Técnico en Salvamento Acuático.
- 1 gafas y tubo de buceo para cada Técnico en Salvamento Acuático que se encuentra en las sillas de vigilancia.
- 5 aros salvavidas, distribuidos por la playa.
- 1 embarcación, correcta y completamente equipada para el Servicio de Salvamento y Socorrismo.

¡Importante!

- Los aros salvavidas se distribuirán de forma proporcionada y eficaz por el interior del vallado (esquinas y escaleras), con un sistema que permita cogerlos fácilmente.

B.4. De Primeros Auxilios:

14) - Puesto de Primeros Auxilios.

Condiciones y material:

- Puesto fácilmente identificable.
- Radiotransmisor para comunicar con los Técnicos en Salvamento Acuático.
- Teléfono con línea directa al exterior.
- Listado de teléfonos de urgencia.
- Agua corriente.

- Camilla normal.
- Camilla rígida para traslados con inmovilización.
- Collarín cervical.
- Ambú.
- Equipo de oxigenoterapia.
- Sonda de aspiración.
- Férulas.
- Medicamentos de urgencia médica (tipo y número en función de la titulación del responsable del Puesto de Primeros Auxilios).
- Partes de accidentes y libro de memoria de intervenciones.

¡Importante!

- El Puesto de Primeros Auxilios se indicará con claridad en el mapa de la instalación y se encontrará en una zona de fácil acceso.

C. PLAN DE SALVAMENTO Y SOCORRISMO Y RECURSOS DE EVACUACIÓN:

15) - Plan de Salvamento y Socorrismo.

¡Importante!

- Debe contemplar todos los recursos humanos y materiales que intervienen cuando sucede un accidente, fijando un organigrama claro y preciso y todas las alternativas posibles.
- Debe tener en cuenta la secuencia de actuación completa, desde que sucede algún accidente hasta que se resuelve definitivamente, en la propia instalación o con traslado a un centro hospitalario.
- Debe ser conocido por todos los empleados de la playa.
- Es necesaria la realización de pruebas que, por un lado, confirmen la idoneidad del plan y, por otro lado, entrenen a todos los que participan en el mismo.

16) - Vía de acceso y evacuación.

¡importante!

- La instalación debe contar con un acceso reservado e indicado con claridad para la ambulancia, con comunicación directa con el Puesto de Primeros Auxilios, para facilitar las evacuaciones urgentes.
- Este acceso deberá estar permanentemente libre de obstáculos o vehículos.
- Sería ideal la posibilidad de tener previsto una zona para el aterrizaje de helicóptero, como forma de reducir aún más el tiempo de evacuación.
- Sería ideal la presencia permanente de una ambulancia.

RELACIÓN DE AUTORES QUE HAN INTERVENIDO PARA CONFECCIONAR ESTE ARTÍCULO:

Profesor: José Palacios Aguilera

Alumnos: Arturo Abrolides, Juan C. Alonso, Miguel A. Andujar, Natalia Balseriro, Xabier Bouza, Carlos Carrodegus, José y Cimadevilla, Pablo del Río, José A. del Río, Concepción Díaz, Antonio Domínguez, Sara Fernández, Raúl Froguela, José M^o García, Eugenio Leira, Salvador López, Ana Isabel López, Juan A. López, Andrés Lorenzo, Laura Mosquera, Roberto Pedrouzo, Sonia Pena, Antonio Ramos, José A. Rodríguez, José R. Rodríguez, Juan A. Suárez, Lara Varela, Alicia Vicente, Helena Vilo, Jorge Villamil, Benilde Villar y Julio Zanfano.

BIBLIOGRAFÍA

ESCUELA ESPAÑOLA DE SALVAMENTO Y SOCCORRISMO (1995). "Curso de Técnico en Salvamento Acuático Especialista de Salvamento en Playas". A Coruña: EESS.

PALACIOS, J. (1997). "Salvamento y Socorrismo en Playas con Bandera Azul". FUTUR97. PRIMER ENCUENTRO CON LAS COMUNIDADES AUTÓNOMAS Y MUNICIPALES Y PUERTOS CON BANDERA AZUL, organizado por la Asociación de Educación

Ambiental y del Consumidor (ADEACI, Recinto Ferial "Juan Carlos I" Madrid), 31 de Enero de 1997.

PALACIOS, J. (1996). "Playas de Bandera Azul y Salvamento Acuático". SEMINARIO DE ACTUALIZACIÓN TÉCNICO-DEPORTIVA EN SALVAMENTO ACUÁTICO, organizado por la Federación Española de Salvamento y Socorrismo, INEF de Madrid (Madrid), 6 o 8 de Diciembre de 1996.

PALACIOS, J. (1996). "Salvamento Acuático: formas, recursos y medios para la prevención".

II JORNADAS TÉCNICAS DE NATACIÓN Y SALVAMENTO, organizadas por la Federación Gallega de Natación y la Asociación Gallega de Técnicos en Actividades Acuáticas, Santiago de Compostela, 2 de Junio de 1996.

PALACIOS, J. (1996). "Prevención: Consejos para evitar ahogamientos". A Coruña: Centro Galego de Documentación e Edicións Deportivas. Material audiovisual.

PALACIOS, J. y ZANFANO, J. (1996). "Consejos para evitar ahogamientos". CARTEL DIVULGATIVO de la Agrupación Deportiva INEF-Galicia. A Coruña: Agrupación Deportiva INEF-Galicia.

PALACIOS, J. y ZANFANO, J. (1996). "Salvamento Acuático: Formas, Recursos y Medios para la Prevención". CUADERNO DIDÁCTICO Nº 2 de la Escuela Española de Salvamento y Socorrismo. A Coruña: Federación Española de Salvamento y Socorrismo.

PALACIOS, J. y COL. (1996). "Documentación de la Aplicación Deportiva Específica en SALVAMENTO ACUÁTICO - Curso: 1995/96". INEF de Galicia. Tres tomos. Sin publicar.

PALACIOS, J., CALVO, J. y ZANFANO, J. (1995). "El mundo del salvamento acuático". SEAE-INFO. Revista especializada en actividades acuáticas y gestión. Nº 31, Julio-Septiembre de 1995. Pgs. 19-25.

PALACIOS, J. y COL. (1995). "Salvamento Acuático y Primeros Auxilios". Madrid: Federación Española de Salvamento y Socorrismo. 2ª reimpresión.

**En el próximo número de FEGUI (Nº2):
"PREVENCIÓN EN PLAYAS Y PISCINAS:
Condiciones ideales en Piscinas"**