

PREVENCIÓN EN PLAYAS Y PISCINAS

CONDICIONES IDEALES EN PISCINAS

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

INTRODUCCIÓN:

Este artículo es la continuación del trabajo aparecido bajo el título "Prevención en playas y piscinas: condiciones ideales en playas", publicado en el nº 1 de la revista FEGUI. Como ya se expuso en el mismo, surge del desarrollo de la asignatura Aplicación Deportiva Específica en Salvamento Acuático del INEF de Galicia. Después de varias sesiones teóricas, en las que el profesor aportó la explicación de los contenidos referidos a la prevención en Salvamento Acuático, los alumnos debatieron este tema; 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 utilizó una misma estructura, en la que se incidió en los recursos humanos (número, condiciones y organización), los recursos materiales (de prevención, de vigilancia, de intervención y de primeros auxilios), el plan de salvamento y socorrismo y los recursos de evacuación.

PISCINAS:

Estas condiciones ideales se han establecido para una piscina tipo de 50 mts. de longitud, 22 mts. de ancho y de profundidad variable (uniforme o desigual) hasta un máximo de 2,20 mts.

A. RECURSOS HUMANOS:

Número, condiciones y organización:

1) - 3 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 piscina, por lo que deberán tenerse en cuenta los descansos diarios y de fines de semana con un cuarto técnico.
- La ubicación ideal de los técnicos será la siguiente: uno vigilando desde la silla elevada, otro alrededor de la piscina y el tercero fuera del vallado, vigilando las actividades recreativas fuera del agua y pendiente de sus compañeros. Se establecerá una rotación entre los técnicos, de forma que sus niveles de atención no disminuyan con el cansancio o la monotonía.

2) - 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 y, 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.

B. RECURSOS MATERIALES:

B.1. De prevención:

3) - Paneles informativos.

¿Qué información?

- Mapa de la instalación.
- Horarios.
- Consejos para evitar ahogamientos y accidentes.
- Normas de higiene.
- Normas de régimen interno de la instalación.

¡Importante!

- La ubicación ideal de los paneles informativos será la siguiente: en la entrada de la piscina, en las entradas a los vestuarios, en la zona de juegos y en la zona verde.

- Los mensajes emitidos en la información serán sencillos y, a ser posible, utilizando ilustraciones para su mejor comprensión.

4) - Balizamientos en la zona de baño.

Tipos de balizamientos:

- Balizamiento de acceso, con un vallado que delimite la zona de baño, de tal forma que existan cuatro accesos para los usuarios, en los que se encuentre un dispositivo que permita la ducha obligatoria antes de acceder al agua.
- Balizamiento externo al agua de la zona de poyetes de salida y cartel que prohíbe su utilización.
- Balizamiento dentro del agua de la zona de poyetes de salida, con una corchera a un metro de la pared para evitar que los usuarios se suban a los poyetes desde el agua.

¡Importante!

- En el vallado que delimita la zona de baño es imprescindible una o varias puertas abatibles desde el interior, para casos de traslados urgentes y para facilitar el acceso a los minusválidos.

5) - Megafonía informativa y de alarma.

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

6) - Teléfono público.

En uno o varios puntos de la instalación.

7) - Papeleras.

Distribuidas de forma proporcionada y eficaz por toda la instalación, con lo que se intenta evitar que por el suelo se encuentren materiales que pueden producir heridas.

B.2. De vigilancia:

8) - Silla elevada de vigilancia.

Material:

- Sombrialla para la protección solar del técnico.
- Radiotransmisor para comunicar con el Puesto de Primeros Auxilios.

importante!:

- La silla se ubicará en uno de los vértices del vaso, en la zona considerada más peligrosa y desde la que se acceda fácilmente al agua.

9) - Equipamiento de los técnicos para ejercer la vigilancia.

Vestimenta y material:

- Visera.
- Gafas de sol.
- Camiseta.
- Bañador.
- Chancletas 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, tapaná 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:

10) - Material de rescate.

Tipo y número:

- 1 percha o alargadera.
- 1 flopi o brazo de rescate.
- 1 gafas de buceo.

- 6 aros salvavidas, preferentemente blandos para evitar las consecuencias de golpes imprevistos.

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:

11) - 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:

12) - 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 instalación.
- 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.

13) - 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 prevista 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.

BIBLIOGRAFÍA

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

PALACIOS, J. (1997): "Salvamento y Socorrismo en Playas con Bandera Azul". FITUR'97. PRIMER ENCUENTRO CON LAS COMUNIDADES AUTÓNOMAS Y MUNICIPIOS 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 a 8 de Diciembre de 1996.

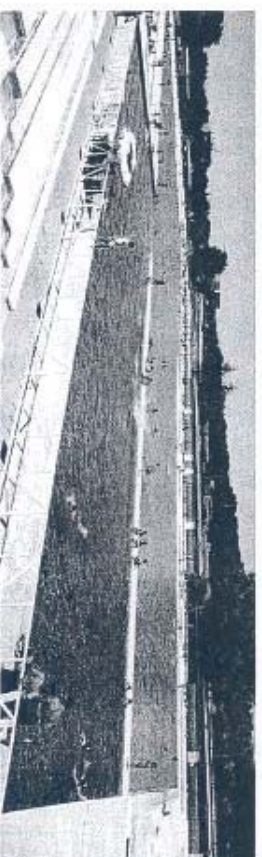
PALACIOS, J. (1996): "Salvamento Acuático: formas, recursos y medios para la prevención".

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.

RELACIÓN DE AUTORES QUE HAN INTERVENIDO PARA CONFECIONAR ESTE ARTÍCULO:

Profesor: José Palacios Aguilár

Alumnos: Arturo Abroides, Juan C. Alonso, Miguel A. Andujar, Natalio Balteiro, Xabier Bouza, Carlos Carrodegus, José V. Cimadevilla, Pablo del Río, José A. del Río, Concepción Díez, Antonio Domínguez, Sara Fernández, Raúl Froguela, José M^a García, Eugenio Ieira, 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, Lora Varela, Alicia Vicente, Helena Vila, Jorge Villamil, Benilde Villar y Julio Zañtaño.



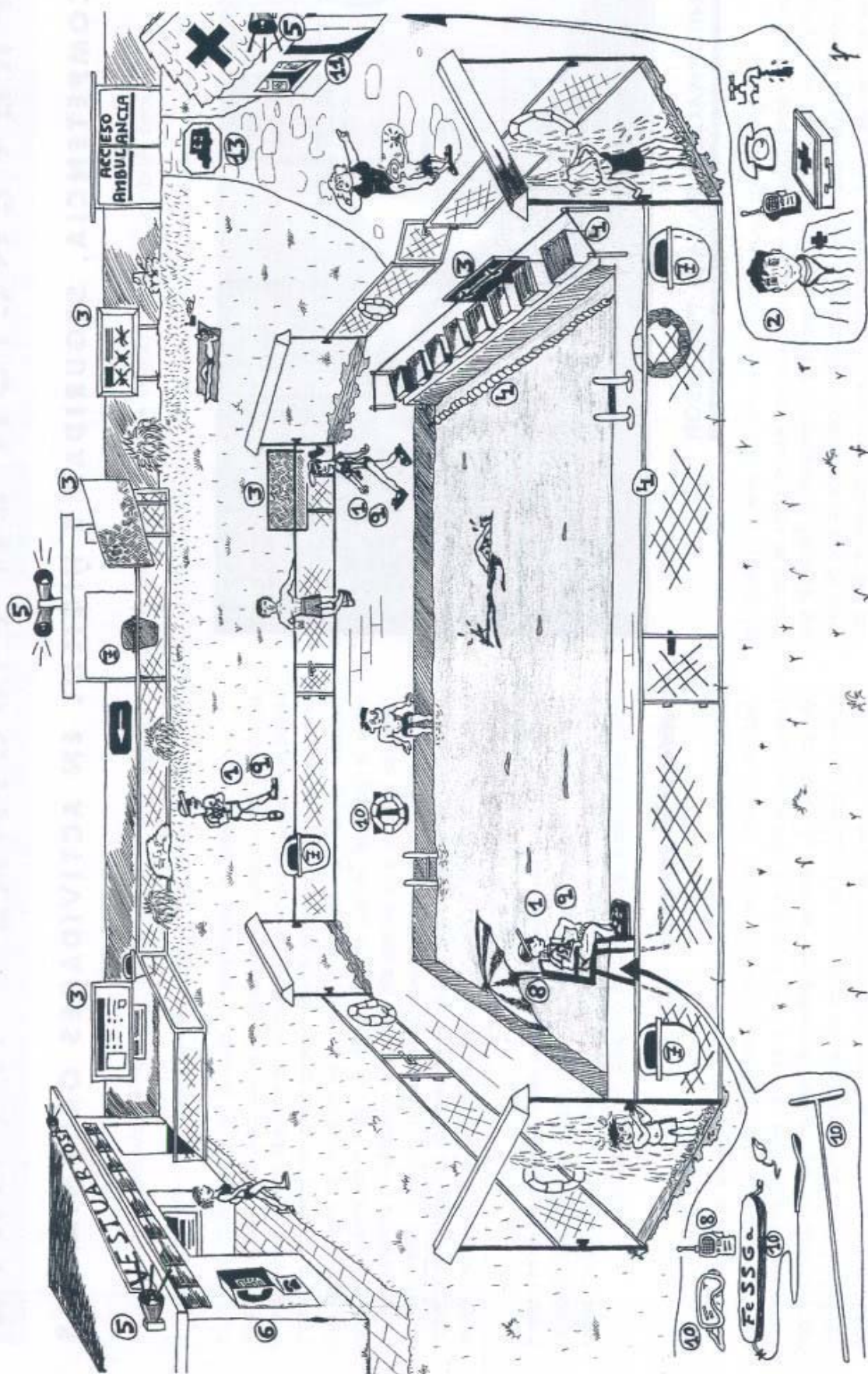


Figura 1. Condiciones ideales para la prevención en Piscinas.