

*Este artículo es la continuación del trabajo aparecido en el número anterior de esta misma revista bajo el título "Condiciones ideales para la prevención de accidentes en piscinas". Como ya se expuso en el artículo que citamos, el trabajo completo surge del desarrollo de la asignatura Aplicación Deportiva Específica en Salvamento Acuático del INEF de Galicia.*

## CONDICIONES IDEALES PARA LA PREVENCIÓN DE ACCIDENTES EN PLAYAS

Profesor y alumnos de la asignatura Aplicación Deportiva Específica en Salvamento Acuático, del INEF de Galicia.

Profesor: José Palacios Aguilar.

Alumnos: Arturo Abrales, Juan C. Alonso, Miguel A. Andújar, Natalia Balseiro, Xabier Bouza, Carlos Carrodegas, José V. Cimadevilla, Pablo del Río, José A. del Río, Concepción Díaz, Antonio Domínguez, Sara Fernández, Raúl Fraguera, José M<sup>a</sup> 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 Vila, Jorge Villamil, Benilde Villar y Julio Zanfaño.

Dibujos: Julio Zanfaño Ongil  
Fotos: José Palacios Aguilar

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.

El dibujo incluido en el artículo tiene como objeto servir de guía para la comprensión de las condiciones que se proponen y sus números hacen referencia a cada uno de los puntos desarrollados en el texto.

### Condiciones ideales en playas

Estas condiciones se han establecido para una playa tipo de 800 m de longitud, 50 m de

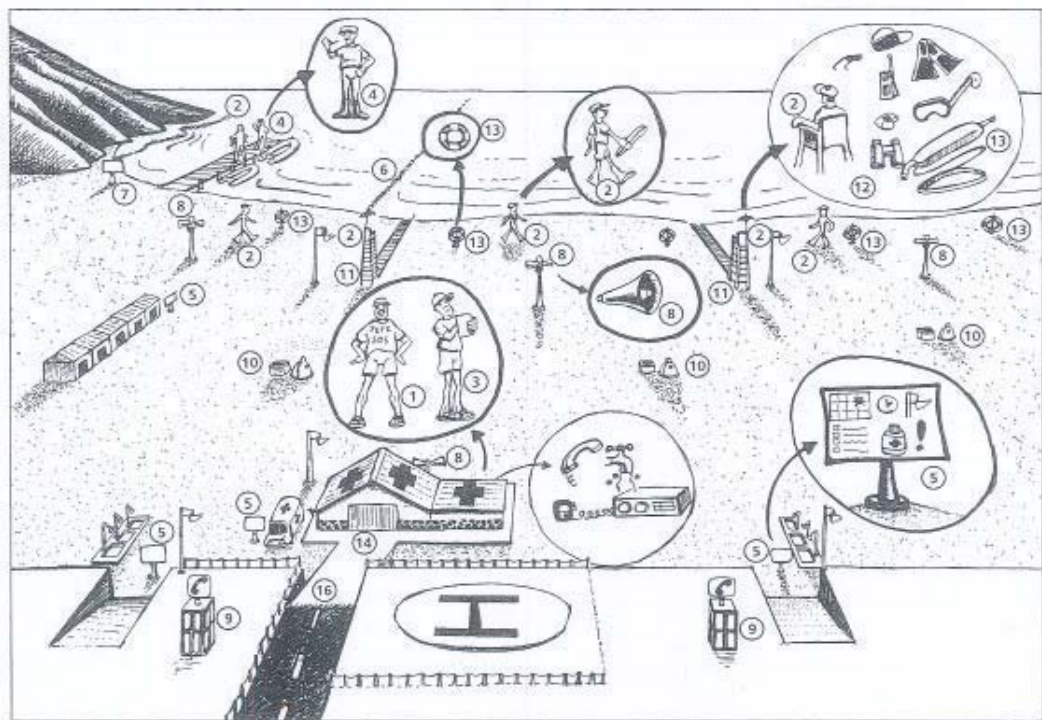
anchura media y de profundidad variable (uniforme o desigual) de más de 1,50 m a 20 m de la orilla.

### Recursos humanos

1 Jefe de Equipo del servicio de Salvamento y Socorrismo (1)

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.

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

#### 6 Socorristas expertos en Salvamento Acuático (2)

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.

Estos socorristas han de permanecer de forma continuada en la playa, por lo que deberán cubrirse los descansos diarios y de fines de semana con otros técnicos.

La ubicación ideal de los socorristas 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 socorristas, de forma que sus niveles de atención no disminuyan con el cansancio o la monotonía.

#### 1 Responsable del Puesto de Primeros Auxilios (3)

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 Socorrista de 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.

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.

1 Patrón de embarcación (4)



**Puesto de Salvamento y Socorrismo en playa Mendruña de Cangas -Pontevedra.**

Condiciones:

- Formación adecuada y actualizada.
- Titulación vigente. Como mínimo la de patrón de embarcación y sería ideal que, además, contara con la de Socorrista experto 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.

El patrón de embarcación ha de permanecer de forma continuada



**Embarcación del servicio de salvamento y socorrismo de las playas de Barreiros - Lugo.**

da en la playa, por lo que deberán tenerse en cuenta sus descansos diarios y de fines de semana con un sustituto. No irá nunca sólo en la embar-

cación, en todas las patrullas e intervenciones deberá ir acompañado por un Socorrista experto en Salvamento Acuático.

#### Recursos materiales

De prevención  
*Los paneles informativos deben incluir la siguiente información (5):*

- 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.

La ubicación ideal de los paneles informativos será en todos los accesos a la playa, en el puesto de Primeros Auxilios y 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.

*Balizamientos en la zona de baño (6)*

Tipos de balizamientos:

- Balizamiento de separación, que delimite la zona de baño y a la que 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 sea necesario tomar.

*Señalización de las zonas de peligro (7)*

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

*Megafonía informativa y de alarma (8)*

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

*Teléfono público (9)*, en uno o varios puntos del paseo marítimo o en los accesos a la playa.

*Papeleras (10)*

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.

**De vigilancia**

*2 sillas elevadas de vigilancia (11) dotadas de:*

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

Las sillas se ubicarán de forma que entre ambas se cubra toda la playa y desde cada una existan las mismas dis-

tancias al centro y a los extremos, teniendo además fácil acceso al agua.

*En cuanto a la vestimenta y el material el equipamiento de los socorristas para ejercer la vigi-*



*Puesto de vigilancia en playa América de Nigrán - Pontevedra.*

*lancia (12) debe ser el siguiente:*

- Visera
- Gafas de sol
- Camiseta
- Bañador
- Chancletas con sujeción al tobillo
- Silbato

El equipamiento de los socorristas 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 soco-



*Los prismáticos garantizan una mejor cobertura de la playa.*



ristas 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.

### De intervención

#### Material de rescate (13)

- 1 flopi o brazo de rescate para cada Socorrista experto en Salvamento Acuático.
- 1 gafas y tubo de buceo para cada Socorrista experto en Salvamento Acuático que se encuentran 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.

Los aros salvavidas se distribuirán de forma proporcionada

nicar con los Socorristas expertos 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 fun-

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



Los puestos de vigilancia deben estar comunicados con la patrulla de socorristas.

ción de la titulación del responsable del Puesto de Primeros Auxilios).

- Partes de accidentes y libro de memoria de intervenciones.

pruebas que, por un lado, confirmen la idoneidad del plan y, por otro, entrenen a todos los que participan en el mismo.

#### Vía de acceso y evacuación (16)

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

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.

#### Plan de salvamento y socorrismo y recursos de evacuación

#### Plan de Salvamento y Socorrismo (15)

Este acceso deberá estar permanentemente libre de obstá-



Embarcación entrando en el mar en la playa Valdaio de Carballo - A Coruña.

y eficaz por la playa, con un sistema que permita cogerlos fácilmente.

### De primeros auxilios

#### Puesto de Primeros Auxilios (14)

Condiciones y material:

- Puesto fácilmente identificable.
- Radiotransmisor para comu-



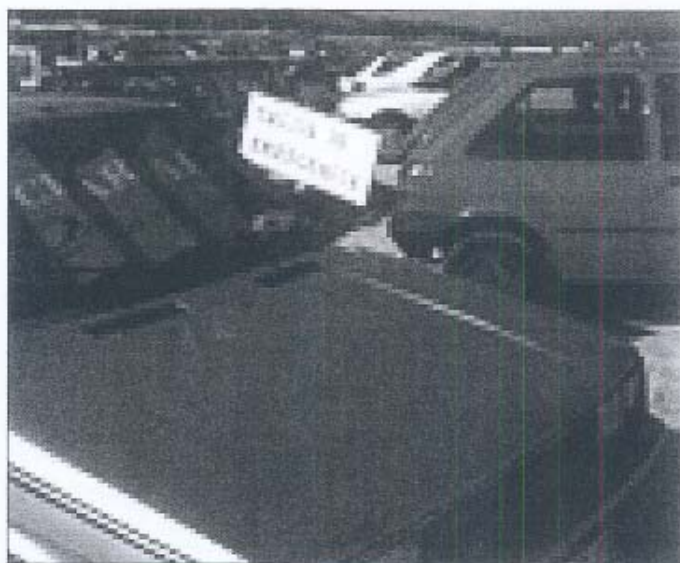


**Las playas deben contar con servicio de ambulancia.**

culos o vehículos. Sería ideal tener prevista una zona para el aterrizaje de helicópteros, como forma de reducir aún más el tiempo de evacuación y contar con la presencia permanente de una ambulancia.

### **Bibliografía**

ESCUELA ESPAÑOLA DE SALVAMENTO Y SOCORRISMO (1995): "Curso de Técnico en Salvamento Acuático Especialista".



**La salida de ambulancias debe estar libre de obstáculos.**

lista 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 (ADEAC). 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.

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

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

PALACIOS, J. y ZANFAÑO, 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 ZANFAÑO, 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.