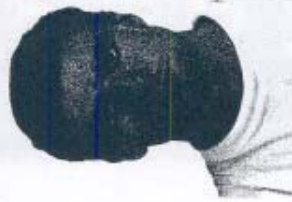


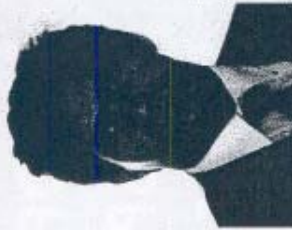
SEMANA DE SALVAMENTO ACUÁTICO EN MATOSINHOS (PORTUGAL)

Abraldes Valeiras, J. Arturo,
Palacios Aguilar, José,
Vales Porto, Carlos.

Profesores de la FESSGA



Arturo Abraldes



José Palacios



Carlos Vales

INTRODUCCIÓN.

Los conocimientos del salvamento acuático se vieron difundidos durante la semana del 8 al 14 de Junio de 1998, en Angeiras - Lavra - Matosinhos (Portugal).

Las estrechas relaciones que unen a la Asociación de Nadadores Salvadores "Patroa de Salva-vidas Ezaquiel Da Silva Seabra" (A.S.N.A.S.A.), con la Federación de Salvamento y Socorrismo de Galicia (FESSGA), y el Instituto Nacional de Educación Física de Galicia (INEF Galicia), hicieron posible un intercambio de profesorado, para la mejora del Salvamento y Socorrismo Acuático.

Estas relaciones se vieron reforzadas por los contactos y reconocimientos mutuos iniciados en el Proyecto SalvArco 97. Así la dirección de estas jornadas fue coordinada por A.S.N.A.S.A. representada por Fernando R. Martinho, y dirigida a nivel pedagógico por D. José Palacios Aguilar, y los colaboradores Carlos Vales Porto y J. Arturo Abraldes Valeiras.

En esta memoria se trata de plasmar todas los contenidos llevados a cabo durante la actividad, así como las impresiones que se vivieron en cada una de las clases, tanto teóricas como prácticas. El objetivo es dejar constancia por escrito de todo lo que sucedió a lo largo de este período de tiempo, para así valorarlo y tenerlo en cuenta para futuras ocasiones, en las que se vuelva a cooperar.

CONTENIDOS TEÓRICOS IMPARTIDOS

- Justificación del Salvamento Acuático.
- Principios Generales del Salvamento Acuático.
- Prevención.
- Consejos para Evitar Ahogamientos.
- Conductas para el Autosalvamento.
 1. Entradas al Agua.
 2. Buceo.
 3. Situaciones de Riesgo: Zafaduras, Corrientes, Olas.
- El Técnico en Salvamento Acuático.
 1. Definición (tópicos).
 2. Formación (centros de información).
 3. Preparación (tópicos).
- Secuencia de Actuación en Rescates.
- Control.
- Secuencia para Actuar ante Ahogamientos.
- Material Auxiliar.

Tipos de Material Auxiliar.

 - A - Las Gafas de Buceo.
 - B - El Tubo de Buceo.
 - C - Las Aletas.
- Técnicas Básicas con Material Auxiliar.
 1. Entradas al Agua.
 2. El Nado.
 3. El Rescate y Remolque.
- Material de Rescate.
 1. Tipos de Material de Rescate.
 2. Técnicas Básicas con Material de Rescate.

3. Entradas al Agua.
 4. El Nado.
 5. El Rescate y Remolque.
- Preparación física en Salvamento Acuático.
 - Introducción a la utilización de embarcaciones a motor en Salvamento Acuático.

CONTENIDOS PRÁCTICOS IMPARTIDOS.

Para desarrollar los contenidos prácticos impartidos de una forma clara y concisa, mostramos los distintos sesiones impartidas en las prácticas realizadas durante el curso.

Las sesiones constan de unos puntos muy significativos a la hora de preparar una práctica, que son los siguientes:

- **Objetivos de la sesión:**
Donde se establece lo que se pretende conseguir en esa sesión.
- **Descripción Técnica:**
Donde se desarrollan detalladamente los contenidos de las distintas partes de la sesión: calentamiento, parte principal y vuelta a la calma.
- **Conductas a orientar:**
Donde se marcan las distintas consignas a seguir a la hora de llevar los contenidos a la práctica y donde se detallan los puntos más importantes de la sesión.
- **Observación:**
Parte donde se anotan todo tipo de sugerencias o impresiones que puedan ser significativas.

OBJETIVOS DE LAS DISTINTAS SESIONES IMPARTIDAS.

A lo largo de la semana de salvamento acuático de Matosinhos se realizaron un total de siete sesiones de salvamento, con una duración aproximada de cada sesión entre unas dos horas y media, y tres horas, tanto en sesiones matutinas como vespertinas.

De la misma forma, contamos con dos "instalaciones" perfectas para el desarrollo de los contenidos de salvamento acuático, la piscina y el mar. Atendiendo a los contenidos y al estado del mar, se fue variando la programación para realizar las prácticas en piscina o en el mar.

Los objetivos de las sesiones llevadas a cabo son los siguientes:

Sesión 1: (Playa).

Iniciar al alumno en la preparación física en el Salvamento Acuático en Playas.

Practicar entradas al agua, nados variados y extracción de accidentados. Resolución de dudas iniciales.

Sesión 2: (Piscina).

Iniciar al alumno en la práctica de los primeros pasos de un posible rescate: entradas al agua, nados de aproximación, buceo y control del accidentado.

Corregir los posibles defectos técnicos de los contenidos explicados.

Sesión 3: (Piscina).

Iniciar al alumno en la práctica de los primeros pasos de un posible rescate con material auxiliar: Entradas al agua, nados de aproximación, buceo y control del accidentado.

Iniciar al alumno en las diferentes técnicas de remolque (con y sin diérs).

Sesión 4: (Playa).

Que el alumno sea capaz de realizar correctamente las fases de buceo, remolque y extracción del accidentado en el mar, sin material auxiliar. Iniciar correctamente el protocolo de primeros auxilios en tierra.

Sesión 5: (Piscina).

Iniciar y conocer los entradas al agua con material de rescate, así como las diferentes técnicas de control.

Practicar las técnicas especiales de inmovilización de columna y respiración artificial.

Sesión 6: (Piscina).

Repasar y corregir las diferentes técnicas de control con material y la camilla de inmovilización.

Valorar la importancia de la respiración artificial y practicarla en diferentes situaciones.

Conocer y practicar las técnicas de control y remolque con tabla de surf.

Sesión 7: (Piscina).

Conocer y practicar la R.C.P. con el nuevo protocolo.

Realizar y vivenciar una secuencia completa de salvamento.

Practicar y corregir la técnica de extracción ante un accidentado de columna vertebral.

VALORACIÓN DEL CURSO.

Al final de la semana se realizó una valoración del curso, pasando a los alumnos una encuesta para que diesen su opinión al respecto. El modelo de encuesta era el siguiente:

SEMANA DE SALVAMENTO ACUÁTICO ENTRE ASNASA E FESSGA.

ENCUESTA DE VALORACIÓN DE LOS CONTENIDOS Y EL PROFESORADO.

Esta encuesta es anónima y sirve para conocer tu opinión sobre la semana de Salvamento Acuático desarrollada en estos días. Con esta encuesta pretendemos mejorar próximos cursos. Por favor, contesta con honestidad y libertad a las preguntas y haz los comentarios que creas oportunos.

Valoración del 0 al 20 (0 = Lo peor; 20 = Lo mejor).

SALVAMENTO ACUÁTICO. PRIMEROS AUXILIOS (R.C.P.).

- 1.- Nivel de conocimientos de los profesores sobre la materia.
- 2.- Nivel didáctico de los profesores.
- 3.- Actitud del profesorado con respecto a la materia.
- 4.- Clases prácticas realizadas.
- 5.- Nivel de relación con el alumno.
- 6.- Nivel de seriedad en las clases.
- 7.- Nivel metodológico.
- 8.- Calificación general de la semana.

Realiza las críticas o sugerencias, que consideres oportunas, sobre las siguientes cuestiones relativas al curso:

Clases teóricas de Salvamento Acuático:

Clases prácticas de Salvamento Acuático:

Clases teóricas de Primeros auxilios:

Clases prácticas de Primeros auxilios:

Organización general del curso:

De lo que más te gustó del curso:

De lo que menos te gustó del curso:

Otros comentarios:

Los resultados obtenidos después de pasar la encuesta son los siguientes:

1. Podemos afirmar que la valoración del curso fue muy buena, ya que la nota máxima a la que se podía aspirar era un 20 y la nota media mínima recibida fue un 18,69.
2. Es curiosa la mejor puntuación en materia de Primeros Auxilios que en Salvamento Acuático.
3. El nivel didáctico del profesorado es valorado muy alto.
4. La actitud del profesorado con respecto a la materia tiene una valoración de las valoraciones más altas, mostrando así la importancia que el profesorado manifiesta por lo que pretende enseñar.
5. Las clases prácticas realizadas también muestran una puntuación elevada, de acorde con los intereses de los alumnos por la materia.
6. El nivel de relación entre profesor y alumno está especialmente destacado.
7. Este dato es importante puesto que no fué condicionada por el anterior punto. Es decir, es difícil pero muy gratificante llevar a cabo una buena relación con los alumnos, sin que disminuya el nivel de seriedad en las clases.
8. La metodología empleada parece ser adecuada para este tipo de cursos.
9. Cuando un profesor intenta apartar con su trabajo algo que considero bueno para los demás, la mejor forma de obtener satisfacción y recompensa es comprobar que a los alumnos les motiva el curso y, por lo tanto, se valora muy bien el mismo.

En cuanto a los comentarios y anotaciones de los alumnos destacamos lo siguiente (se ha conservado el idioma original: portugués):

Clases teóricas de Salvamento Acuático:

- "Fiquei a saber coisas que nao conhecia, oehi bastante interessante as aulas."
- "Tudo foi muito claro."
- "Muito instrutivas."
- "Muito seguras e úteis para nos orientar melhor nas aulas práticas."
- "Óptimas."
- "Achei interessante, fiquei a aprender coisas novas."
- "Sao importantes só o pouco tempo que tivemos nao deixou saberen mais."

"Um pouco monótonas."

"Muito boas, aprendí muito, boa a presentacao da materia."

"Faltou videos demostrativos."

"Menos horas e quando for feito verá de ser mais explicita."

"Bom."

Clases prácticas de Salvamento Acuático:

- "Gostei muito das aulas, acho que aprendí muito con as aulas."
- "Muito boas."

• "Muito dinámicas."
• "As melhores que já tive até hoje, só devem ser mais severas, um bocadinho."

• "Ótimas."
• "Ainda muito melhor aprendi coisas que não sabia e agora acho-me fronte para fazer un escote."

"Muito boas. Aprendi mais nesta semana."

- "Perfeitas."
- "Serviu para ganhar experiencia."

"Mais horas e Kayaks."

Clases teóricas de primeros auxilios:

- "Foi muito bom."

• "Muito importantes."

• "Muito úteis e veio quebrar muitos preconceitos que ainda existian no grupo. As más interessantes."

• "Muito boas."

• "Não tive, mas a teoria que deron foi pouco mas boa."

• "Perfeitas."

• "Aprendi novas técnicas."

• "Muito bom e de fácil aprendizagem."

• "Ideal."

Clases prácticas de primeros auxilios:

• "Foi muito bom."

• "Muito importantes."

• "Muito boas."

• "Fiquei a saber como se pode salvar vidas, não só no trabalho como nadador salvador más como um individuo qualquer."

• "Muito boas. Aprendi muitas cosas que não sabia."

• "Muito boa, mais desenvolvido que o ISN."

Di lo que más te gustó del curso:

• "De todo."

• "Relación de organizada e os professores e alunos."

• "Os profesores e a maneira como foi administrado."

• "Nadar e facer resgate."

• "O contacto com o mar."

• "As aulas prácticas."

• "Os dois primeiros dias e o último."

• "Kayaks."

Di lo que menos te gustó del curso:

• "Do vento e do frio."

• "Tudo foi excelente, nada foi negativo."

• "Ter de me levantar cedo."

• "Nada."

• "O pouco tempo aqui."

• "A monotonia das aulas teóricas e a espera."

• "Muitas aulas na piscina e menos no mar."

• "Apenelas."

Outros comentarios:

• "A pesar de não estar inscrito nas aulas de salvamento aquático e de participar só durante a semana que se realizou estas actividades, gostei bastante de participar, pois fiquei a conhecer bastante de salvamento aquático e da importância dos nadadores-salvadores nas praias em todo o mundo, pois sen eles podemos correr serios riscos de vida, porque o mar é bastante perigoso. Gostei de conhecer tres pessoas (Gajals) bastante simpáticas."

• "Tudo que tenho qu dizer é que esta semana foi muito útil para o nosso futuro. Espero que a experiencia se repita, por muitas vezes, visto que fui muito agradável, e valioso para a nossa formação."

• "Tem de vir cá mais vezes."

• "Muito divertido e importante."

• "Temos que ter este tipo de actividades mais vezes."

• "Obrigado aos rapazes de Galiza por tudo o que nos ensinaram e espero que venham cá mais vezes."

• "Foi uma semana bastante instrutiva."

• "O curso foi excelente, no entanto penso que poderíamos ir mais o mar."

CONCLUSIÓN.

Cuando las cosas salen tan bien y la relación entre organización, profesores y alumnos ha sido tan buena, lo mejor es concluir en pocas palabras:

• Éxito para el Salvamento Acústico en Portugal.

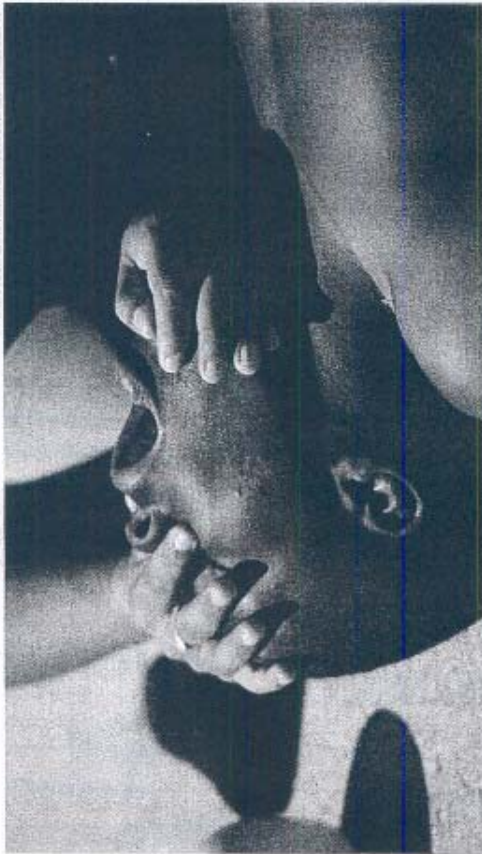
• Experiencias positivas para todos.

• Motivación por conseguir mejorar en Salvamento Acústico en Portugal.

• Formación en Salvamento Acústico Incrementada.

• Intercambio y cooperación entre países hermanos.

"Gracias a todos por el esfuerzo realizado."



Respiración Artificial Boca a Boca.



Rescate de accidentado de columna vertebral en mar.



Utilización de tabla de wind surf en mar.