

PRIMEROS AUXILIOS Y RESCATE PARA SURFISTAS

CARACTERÍSTICAS GENERALES

Curso	Seguridad para surfistas (primeros auxilios y rescate)
Duración	8 horas
Participantes	Hasta 20 personas
Idioma	Euskera o castellano
Lugar	Local del club y playa
Fecha	A determinar

PERFIL DEL ALUMNADO

Practicantes esporádicos o habituales de surf y otros deportes que se practican en el mar, que deseen aprender cómo hacer frente a una emergencia hasta la llegada de los servicios de emergencia.

OBJETIVOS

Objetivo general

- Conocer las pautas básicas de actuación ante las emergencias más habituales durante la práctica del surf, y entender la cadena asistencial.

Objetivos específicos

- Ser consciente de las medidas básicas de prevención en la realización de actividades acuáticas
- Entrenar las técnicas de reanimación y manejo de víctimas hasta la llegada de los servicios de emergencia.
- Aprender a aprovechar para la atención sanitaria el material del que disponemos habitualmente en la práctica del surf.

CRONOGRAMA

El curso tiene un día de duración (8 horas), dividido en sesiones de mañana y tarde. Comenzará con una sesión teórica breve y el resto de la jornada consiste en diversos ejercicios prácticos que se realizarán en la propia playa.

CONTENIDOS DEL CURSO

1. PREVENCIÓN
 - a. Nociones básicas de seguridad
 - b. Accidentes más habituales en el surf
 - c. Análisis de focos de riesgo
 - d. Medidas preventivas básicas
2. PRIMEROS AUXILIOS Y RESCATE
 - a. Valoración primaria
 - b. Posición lateral de seguridad
 - c. RCP en ahogados
 - d. Uso de desfibriladores (DEAs)
 - e. Manejo del trauma (golpes en cabeza/cuello/espalda)
 - f. Uso de la tabla como camilla
 - g. Rescate de víctimas inconscientes (con y sin tabla)
 - h. Uso del tablón de rescate



EQUIPO DOCENTE

El equipo docente del curso lo componen socorristas con una década de experiencia en playas y en la seguridad de campeonatos de surf en olas grandes, junto a personal médico con experiencia en atención prehospitalaria.

RECURSOS MATERIALES

Se utilizará el material del que disponen los propios surfistas para la práctica del deporte, junto a maniqués de RCP y desfibriladores. Tendrán que traer neopreno, toalla y una tabla de surf o bodyboard.

Al finalizar el curso, las personas participantes tendrán acceso al Aula Virtual de izaro Water Safety & Rescue,

EVALUACIÓN Y ACREDITACIÓN

Será necesaria la asistencia a la totalidad del curso. La evaluación será continua; los participantes deberán mostrar su destreza durante la realización de los diferentes ejercicios, lo que les permitirá la obtención de un diploma acreditativo.



Todas las sesiones de nuestros cursos (tanto en instalaciones cerradas como al aire libre) son zonas cardioprotegidas.