

## CONTENIDO GENERAL:

### Parte teórica (30%):

1. Identificación de las situaciones de emergencia.
2. Conocimientos básicos sobre anatomía y fisiología:
  - Aparato cardio-circulatorio
  - Aparato respiratorio
  - Aparato digestivo
  - Aparato locomotor
  - Sistema nervioso
3. Atragantamientos:
  - maniobras de desobstrucción de vías respiratorias en lactantes, niños y adultos
  - Práctica
4. Resucitación cardio-respiratoria:
  - Pediátrica y en adultos
  - Manejo de los equipos y simulaciones.
5. Valoración de las constantes vitales:
  - Temperatura (patologías por el calor)
  - Pulso
  - Tensión arterial
  - Frecuencia respiratoria
  - Niveles de conciencia (convulsiones, síncope, coma)
6. Hemorragias:
  - su control
  - Prácticas
7. Problemas digestivos:
  - Vómitos
  - Diarreas
  - Dolor abdominal
8. Intoxicaciones:
  - Alergias
  - Picaduras.
9. Dolor:
  - Cuerpos extraños
  - Irritaciones oculares
  - Mareos
  - Estados de ansiedad.
10. Traumatismos del aparato locomotor:
  - Contusiones
  - Heridas y quemaduras
  - Esguinces y fracturas
  - Técnicas de vendaje e inmovilizaciones
  - Movilización de heridos
11. Traumatismos craneales y de la columna vertebral:
  - El politraumatizado
  - Simulación y prácticas de actuaciones no recomendables.
12. Componentes de un botiquín de primeros auxilios:
  - Correcto uso de todos sus elementos

- Su renovación y caducidades.
- 13. Prevención de riesgos:
  - Puntos críticos en una piscina y su entorno
  - Legislación.
- 14. El socorrismo acuático:
  - aspectos éticos, sociales y jurídicos.

### Parte práctica (70%):

1. Emergencias y accidentes en el agua:
  - Lesiones específicas
  - Prevención
  - Activación del sistema de urgencias médicas en ésta Comunidad Autónoma.
2. Natación de salvamento:
  - Nadar un mínimo de 50 metros de espaldas con manos libres y 50 metros a braza.
  - Buceo en apnea de 12,5 a 15 metros.
  - Prácticas de apnea estática 45 segundos.
  - Arrastre de un semiahogado 50 metros.
  - Flotabilidad con peso de 1 kg. Durante 1 minuto sostenido en una mano fuera del agua.
3. Fases del salvamento acuático:
  - Indumentaria adecuada
  - Características del agua
  - Avistamiento y técnicas de lanzamiento de salvavidas
  - Entrada al agua
  - Aproximación a la víctima
  - Presas y zafaduras
  - Técnicas de remolque
  - Extracción de la víctima del agua
  - Actuaciones en tierra firme
4. Aspectos psicológicos en situaciones extremas:
  - El liderazgo y el control de la situación por el socorrista
  - La angustia vital en el agua
5. Ejercicios de simulación:
  - En paciente consiente e inconsciente
  - Actuación en para da respiratoria
  - Actuación en parada cardio-respiratoria
  - Adiestramiento en el manejo de cánulas Guedel
6. Actuación en caso de hemorragias y heridas
7. Actuación en caso de traumatismos de cuello y de extremidades:
  - Movilización ante lesionados
  - Acciones que no debe practicar