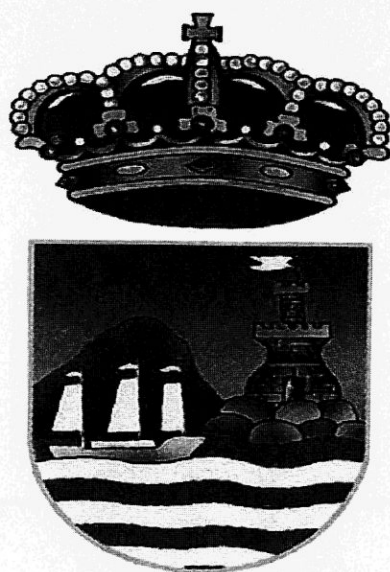


Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Fecha	
		Página	

Sistema de prevención e intervención para los usuarios de la Playa de nuestro término municipal.



PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS

Playas de El Cristo, La Rada y el Padrón

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Fecha	
		Página	

INDICE

INTRODUCCIÓN

OBJETO Y ALCANCE

RESPONSABILIDADES

Cometidos específicos del personal

NORMAS GENERALES DE FUNCIONAMIENTO

Formación del personal de seguridad, salvamento y primeros auxilios
Fórmulas de Cortesía de Atención al Usuario

IDENTIFICACIÓN Y PROTOCOLOS DE ACTUACIÓN ANTE RIESGOS

BALIZAMIENTO Y SEGURIDAD EN EL MAR

SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS

Deberes del Socorrista

Prelación en las urgencias

Boca a Boca y Masaje Cardíaco

Otras actuaciones de primeros auxilios

SERVICIOS MÉDICOS Y TRASLADO DE USUARIOS

COMUNICACIÓN

SIMULACROS

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
		Fecha	
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Página	

0.- INTRODUCCIÓN

La normativa que regula la Seguridad Humana en los Lugares de Baño y Práctica de los deportes Náuticos y que rige en la Playas de La Rada y del Cristo está conformada por la Orden de la Presidencia del Gobierno de 31 de Julio de 1972 (BOE núm.184) y Real Decreto 1471/1981 de 1 de Diciembre por el que se aprueba el Reglamento General para desarrollo y ejecución de la Ley 22/1988 de 28 de Julio de Costas. Ley 27/1992 de Puertos del Estado y de la Marina Mercante. Orden Ministerial, de 17 de Junio de 1997, por la que se regula las condiciones para el gobierno de embarcaciones de recreo (BOE núm. 158). Resolución Ministerial de 2 de septiembre de 1991 por la que se estableció el tipo de balizamiento que debería implantarse en las zonas de baño. Resolución de 12 de Mayo de 1998 del Presidente de Puertos del Estado sobre el balizamiento de las zonas de baño en playas, lagos y superficies de agua interiores.

Con arreglo a lo dispuesto en la Ley de Costas y su Reglamento General, así como en la Orden Ministerial de la Presidencia del Gobierno de 31 de Julio de 1972 (BOE núm. 184), corresponde a los Ayuntamiento la puesta a punto y mantenimiento de los servicios de seguridad.

1.- OBJETO Y ALCANCE

Este plan tiene como objetivo definir las características aplicables a los procesos de salvamento y primeros auxilios en las Playas de La Rada, del Cristo y del Padrón en la temporada de verano y Semana Santa .

Todo lo expuesto en este documento será aplicable en general a todos los servicios de salvamento y primeros auxilios que se prestan en la playa, incluyendo los servicios de seguridad, balizamiento y seguridad en el mar, salvamento y primeros auxilios, servicios médicos y traslado de usuarios.

Conforme a lo dispuesto en la Ley 22/1988 de Costas y su Reglamento General, Ley de Reguladora de las Bases del Régimen Local, el desarrollo del presente Plan tiene por objeto garantizar la gestión de los servicios de Salvamento, Socorrismo y Primeros Auxilios en las Playas de La Rada, del Cristo y del Padrón. Los objetivos específicos son:

- Vigilancia del estado de la mar y seguridad de los bañistas.
- Prestación del Salvamento y Primeros Auxilios, tanto en mar como en tierra, a los usuarios de las playas.
- Actuación con niños perdidos.
- Aviso e información de Seguridad al público.
- Requerir a las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad en caso de actividades prohibidas o peligrosas para los usuarios.

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Fecha	
		Página	

- Coordinación y requerimiento a otros servicios de emergencia que resulten necesarios: 061, Emergencias Sanitarias, Salvamento Marítimo, Bomberos, Medio Ambiente, etc.
- Coordinación de las actuaciones a través del Centro de Emergencias.
- Coordinación y comunicación de la eficacia del presente Plan con el Ayuntamiento de Estepona.

2.- RESPONSABILIDADES

El Ilustrísimo Ayuntamiento de Estepona ha designado a una persona responsable, con independencia de otras funciones, de asegurar que se respetan las instrucciones para alcanzar los niveles de calidad establecidos en el presente Plan de Salvamento y demás documentos que han de regir el concurso que nos ocupa, así como de ser el responsable de la comunicación y coordinación entre las distintas entidades que presten dichos servicios.

2.1.- Cometidos específicos del personal de Salvamento y Primeros Auxilios

2.1.1.- JEFE DEL SERVICIO

- ✓ Preparar el Servicio, asignando los horarios y personal a los distintos módulos, etc.
- ✓ Recibir y valorar las novedades existentes, y aplicar las modificaciones que correspondan.
- ✓ Resolverá, en la medida de sus posibilidades, cualquier problema o avería que surja en el material relacionado con el servicio.
- ✓ Controlará, cambios de turnos o ausencias del Servicio por parte del personal.
- ✓ Transmitir a la Delegación de Playas, cualquier anomalía trascendente para el desarrollo del servicio.
- ✓ Elaborar el /los planes especiales relacionados con el Servicio de Salvamento y primeros auxilios de las playas.
- ✓ Asignar funciones específicas al personal especializado adscrito al servicio.
- ✓ Deberán tener siempre repostados los vehículos.
- ✓ Velar por que se cumpla y se haga cumplir la legislación vigente de influencia en el dominio público marítimo terrestre.
- ✓ Controlar las asistencias, ausencias y/o anomalías del transcurso del servicio.
- ✓ Procurarán que los vehículos y embarcaciones, se encuentren en buen estado mecánico o de chapa, cursando el parte correspondiente ante cualquier anomalía.
- ✓ Mantendrán los vehículos en perfecto estado de limpieza.

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Fecha	
		Página	

- ✓ Asegurar el sistema de transmisiones para que se permita la ejecución de cualquier incidencia.
- ✓ Garantizar el correcto funcionamiento de la malla operativa, así como asegurar la continua comunicación con la Delegación de Playas.
- ✓ Procurarán emplear la codificación adecuada en los mensajes.
- ✓ La terminología que usarán será cortés.
- ✓ No deberán comunicar nunca mensajes de índole personal.
- ✓ Asegurar que todos los mensajes emitidos quedarán archivados así como la confidencialidad de los mismos.

2.1.2.- SOCORRISTAS ACUÁTICOS / PERSONAL SANITARIO

- ✓ Controlar y permanecer alerta permanentemente durante su turno, en su zona de demarcación de playa
- ✓ Hacer cumplir lo establecido en la legislación vigente e informar al Ayuntamiento ante cualquiera que no atienda a su requerimiento, para enviarles a la autoridad competente.
- ✓ Contribuirán a mantener el orden público en zonas de emergencia.
- ✓ Controlarán junto con Policía los accesos a zonas de emergencia.
- ✓ El trato para con la ciudadanía será educado y cortés.
- ✓ Deberán revisar los botiquines de forma diaria.
- ✓ Solicitarán al servicio los materiales a reponer.
- ✓ Tienen que organizar y disponer las medidas higiénico sanitarias necesarios del puesto asignado.
- ✓ Clasificarán, asistirán y participarán en la atención de pacientes.
- ✓ Redactaran, en cada intervención a cumplimentar debidamente el correspondiente parte.
- ✓ Ante un siniestro grave, le proporcionarán información al Ayuntamiento sobre las lesiones de afectados.
- ✓ Anotarán el material usado después de cada intervención.
- ✓ Estarán a las órdenes del Facultativo u otro Personal Sanitario si lo hubiere.

2.1.3.- PATRÓN DE LAS EMBARCACIONES

- ✓ Estará siempre alerta ante cualquier petición que se reciba.
- ✓ Permanentemente controlara su zona de demarcación asignada.
- ✓ Vigilará y realizará rondas a lo largo del día por su franja litoral.
- ✓ Cuando intervenga lo hará de acuerdo a las normas de atención al usuario.
- ✓ Informara al socorrista de la demarcación donde se produzca el servicio para que se refleje en el correspondiente parte de intervención.
- ✓ Velaran por el buen estado de las embarcaciones.
- ✓ Repostaran la embarcación cuando terminen o empiecen el servicio.
- ✓ Informaran inmediatamente al coordinador del servicio de cualquier anomalía.

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
		Fecha	
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Página	

2.1.4- PERSONAL DE CARÁCTER ESPECIAL

Dependiendo de las circunstancias, le/les será asignado una tarea y deberán cumplirla cumpliendo con el protocolo de conducta e informando de cualquier anomalía al jefe del servicio.

3.- NORMAS GENERALES DE FUNCIONAMIENTO

El contratista, en la medida de sus posibilidades y/o competencias, se compromete a velar por la seguridad de los usuarios durante la prestación de los servicios, tanto en temporada de baño como fuera de ella, incluyendo la asistencia sanitaria, así como de los servicios de información.

El periodo anual de la playa:

- El servicio de salvamento y primeros auxilios durante la temporada de baño, desde el 15 de junio al 15 de septiembre, prestará el servicio en horario de 12:00 a 20:00 horas. Este horario es comunicado a los usuarios a través de carteles informativos ubicados en los distintos módulos de seguridad, salvamento y primeros auxilios de protección civil.

Será objeto prioritario la conservación, buen trato y control de todo el material que se utiliza. Diariamente deben reflejarse en el parte de novedades, las anomalías detectadas, los deterioros y las carencias observadas sobre todo el material a utilizar. Se debe dejar además una anotación indicativa para el servicio entrante.

El servicio se organizará en turnos preferentemente de cuatro u ocho horas, con el fin de alternar al personal en los cometidos de mayor y menor actividad física que sean compatibles.



El personal que participe en la prestación de dichos servicios estará dotado de un uniforme distinguiéndolo del resto de agentes implicados en la gestión de la playa, vistiendo con un pantalón tipo bermuda o bañador, camiseta amarilla fluorescente y serigrafiada con la leyenda de "SOS", lo que resulta muy importante tanto para facilitar a los usuarios su identificación como para la buena imagen.

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Fecha	
		Página	

3.1- Formación del personal de seguridad, salvamento y primeros auxilios

Todo el personal que realice labores de seguridad, salvamento y primeros auxilios poseerá la cualificación y la formación adecuada para ello. Se considera requisito indispensable, para la actuación de cualquier miembro de la Agrupación en los servicios de playas, el poseer la capacitación y formación necesarias, tanto de carácter general, como aquella otra que le habilite legalmente para el desempeño de las labores específicas encomendadas de socorrismo, vigilancia, salvamento, conducción de vehículos y embarcaciones, transmisiones, etc.

Por tanto, según la función que desempeñen, los voluntarios deberán haber realizado los siguientes cursos:

- Patrón de embarcación: Título oficial o Certificado de aptitud para el manejo de la embarcación, según figure en el rol o licencia de navegación de la embarcación.
- Socorristas acuáticos: Formación específica de salvamento acuático.
- Jefe del Servicio: Cursos avanzados de protección civil realizados por organismos oficiales y Permiso de clase B-1, BTP y C.
- Personal especial: la formación depende de la tarea asignada.

3.2.- Fórmulas de Cortesía de Atención al Usuario

En las relaciones con otros miembros del Servicio y con el público en general serán atentos, correctos y esmerados, tal y como figura a continuación:

DESCRIPCIÓN DE LAS FÓRMULAS DE CORTESÍA DE ATENCIÓN AL USUARIO DE LA PLAYA. PROTOCOLO DE CONDUCTA

El personal adscrito al servicio de Salvamento y Socorrismo, han de seguir unas instrucciones técnicas y unas pautas de control para una buena realización de su trabajo, así como, han de emplear unas normas de cortesía al atender a los usuarios.

Hay una serie de comportamientos y actitudes que garantizan que el servicio de atención al cliente se de en las mejores condiciones. Estas actitudes son claves a la hora de transmitir una imagen de calidad a los usuarios. Entre ellas, podemos destacar las siguientes:

- ✓ Tener un trato amable, cordial, respetuoso y formal con los usuarios.
- ✓ Siempre atender a los usuarios con una sonrisa sincera.

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Fecha	
		Página	

- ✓ Ayudar a localizar aseos alternativos cuando el aseo no pueda ser utilizado.
- ✓ Realizar su trabajo de una manera responsable, buscando soluciones que mejoren la eficacia del mismo y la satisfacción de los usuarios.
- ✓ Se tendrá en cuenta la comunicación no verbal.
- ✓ Tratamiento de sugerencias y reclamaciones.
- ✓ Trato al usuario de forma amable, respetuosa y formal.
- ✓ Tono de voz intermedio.
- ✓ Anticiparse a las necesidades de los usuarios en relación con la limpieza (no esperar a que sea el usuario quien nos lo haga saber).
- ✓ Lugares de atención al usuario limpio y ordenado.
- ✓ Capacidad de respuesta y preparación ante los imprevistos.
- ✓ Servicio coordinado y eficaz.
- ✓ Sonreír naturalmente. La gente que sonríe tiende a trabajar con más eficacia y a tener mejores relaciones personales.

Hay otras muchas acciones que podrá realizar y que se irá desarrollando a lo largo del proceso de implantación del este plan especial para el uso público de la playa. Constituyen unas recomendaciones para cualquier trabajador sobre su actuación en relación al lenguaje y trato que ha de tener cuando se relaciona con el usuario:

- ✓ Hablar de usted a no ser que el usuario le permita lo contrario.
- ✓ Escuchar de manera activa antes de ponerse a hablar.
- ✓ Saludar siempre con “Buenos días”, “Buenas tardes” y no solo con “hola”.
- ✓ Despedirse siempre con amabilidad.
- ✓ Siempre utilizar expresiones como “por favor” y “gracias”.
- ✓ Sonreír de forma natural en el momento de atender a los usuarios.

El tratamiento de las personas mayores, jóvenes y personas con movilidad reducida, ha de ser de la siguiente manera:

- ✓ El trabajador ha de procurar dar un trato personalizado, siempre que se pueda así como dar un trato profesional y respetuoso a todos los usuarios.
- ✓ Se ha de tener un poco de paciencia con los ancianos, invirtiendo en su atención un poco más de tiempo que al resto de personas.

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Fecha	
		Página	

- ✓ No se ha de establecer diferencias en el trato en función de que los jóvenes vayan con sus padres o no. Hay que tratarlos con madurez.
- ✓ En relación a las personas de movilidad reducida prestarles la atención y ayuda que necesiten, (facilitar acceso a la zona húmeda de la playa, al mar, mediante sillas anfibias, muletas anfibias etc...).

4.- IDENTIFICACIÓN Y PROTOCOLOS DE ACTUACIÓN ANTE RIESGOS

En el presente documento se incluye un listado de riesgos en materia de salvamento y primeros auxilios que pueden tener lugar en la playa.

En el caso de que se produzca alguna de estas situaciones, el Jefe del Servicio de Salvamento y Primeros Auxilios, es el responsable de llevar a cabo el plan de actuación correspondiente con la entidad responsable de su control.

Se han determinado las siguientes situaciones de riesgo en la playa que serán atendidas por los diferentes Cuerpos implicados, tanto Policía Local, Bomberos, Salvamento Marítimo o Voluntarios de Protección Civil:

1. Incendios en embarcaciones de recreo.

- ✓ Si es mar adentro, se procederá avisando a Salvamento Marítimo.
- ✓ En el caso de incendios de embarcaciones dentro del recinto portuario, será el personal del mismo el encargado de actuar, dándose aviso al Centro de Coordinación para que este proceda a alertar los medios necesarios y estos estén preparados para actuar en caso de solicitarse la ayuda necesaria.

2. Varadas y encallamientos de embarcaciones.

- ✓ Se dará aviso al Centro de Coordinación para que se avise a Salvamento Marítimo.

3. Accidentes provocados por embarcaciones o artefactos flotantes.

- ✓ Se dará aviso al Centro de Coordinación para que se avise a Salvamento Marítimo.

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
		Fecha	
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Página	

4. Aviso o Explosión de artefactos.

- ✓ En caso de aviso se comunicará al Centro de Coordinación, el cual activará a Policía Local, Nacional o Guardia Civil.
- ✓ Por parte del Voluntariado se despejará de bañistas la zona, acordonando un perímetro alrededor del lugar.
- ✓ En el supuesto de explosión, además de lo anterior, se avisará al 112 y al 061 para que estén alertados y movilicen los medios oportunos.

5. Accidentes de tráfico.

- ✓ Se dará aviso al Centro de Coordinación.
- ✓ Se movilizarán a los Agentes de Policía Local, avisando estos a otras patrullas se fuesen necesarias.
- ✓ Se alertará al 061, si llegado el caso se hace necesaria la evacuación de heridos.

6. Fuertes vientos que arrastren a los bañistas mar adentro.

- ✓ Se avisará al Centro de Coordinación.
- ✓ Se cambiarán banderas.
- ✓ Si las condiciones no fuesen muy desfavorables, se rescatará con las embarcaciones propias del servicio.
- ✓ Si por las condiciones de la mar no fuese posible el rescate desde las embarcaciones del servicio, se avisará a Salvamento Marítimo.

7. Maremotos o Tsunamis.

- ✓ Se dará aviso por todos los integrantes del Operativo y mediante megafonía instalada en vehículos.
- ✓ Se darán consejos para que a la vez que se insta abandonar el lugar no cunda el pánico, realizándose una evacuación sin prisas pero sin pausas.

8. Intoxicaciones por picaduras de plagas de medusas.

- ✓ Se cambiarán banderas.
- ✓ Se avisará la obligatoriedad de salir del agua.
- ✓ Se avisará al Centro de Salud para que estén alertados ante la llegada de heridos por picadura.
- ✓ Debido a la cantidad de personas heridas se movilizaran vehículos para el transporte de heridos en número suficiente, siempre y cuando que la vida de los accidentados no corra peligro.

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
		Fecha	
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Página	

9. Presencia de animales marinos peligrosos.

- ✓ Se avisará al Centro de Coordinación.
- ✓ Se cambiarán banderas.
- ✓ Se avisará por la megafonía de los vehículos la obligatoriedad de salir del agua.

Para aquellos riesgos no contemplados anteriormente, se aplicará el Plan de Emergencias Municipal de Estepona o en su caso, el Plan Territorial de Andalucía, donde se contemplan, entre otras, los vertidos de hidrocarburos, aceites y otros vertidos de localización desconocida, que pudieran suponer un riesgo para la salud pública.

5.- BALIZAMIENTO Y SEGURIDAD EN EL MAR

Debido a que en la Rada , del Cristo y el Padrón coexisten simultáneamente embarcaciones (desde hidropedales, catamaranes, etc.) y bañistas, existirá un sistema de balizamiento longitudinal específico mediante boyas normalizadas, al objeto de cumplir la normativa vigente sobre balizamiento de las playas y zonas de baño, asegurando el disfrute del baño de los usuarios y total prohibición de embarcaciones de motor o a vela, exceptuando salvamento marítimo.

Existirán varios canales de salidas y entradas de embarcaciones coincidentes con zonas de embarcadero a pie de playa situadas a una distancia mínima de 150 metros y balizadas para evitar el paso de usuarios por estas zonas. En la zona de embarcaciones en la arena, queda prohibido arrojar basuras, derramar aceites, vertidos de hidrocarburos a la arena, así como, al paso de usuarios de la playa.

La situación de los canales de entrada y salida de embarcaciones, es la siguiente: (Puede variar cada año según la aprobación, por parte de la Delegación Territorial de Agricultura, Pesca y Medio Ambiente y la Capitanía Marítima de Málaga, del Plan de Servicios de Temporada).

- ✓ Zona de la Rada (Frente al módulo de servicios de Monterroso, frente al chiringuito Tropical y en las cercanías del chiringuito La Peseta).
- ✓ Zona del Padrón (Frente Hotel Kempinski y Laguna Village).

6.- SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS

Los servicios de Salvamento y Primeros Auxilios en la Playa de La Rada, del Cristo y del Padrón lo realizará un equipo humano que poseerá la formación adecuada, que incluirá la titulación mínima oficial para cada

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Fecha	
		Página	

puesto, estará definida en función de las competencias que se desarrollan y a disposición del Ayuntamiento.

Los servicios a prestar serán, como mínimo, los siguientes:

- Vigilancia, auxilio y salvamento de personas.
- Realizar las acciones y tomar medidas preventivas necesarias para garantizar la seguridad de los bañistas y la prevención de accidentes e incidentes en las playas.
- Gestionar la aplicación de los elementos y medidas de seguridad de los que este dotada la playa.
- Velar por la conservación de las señales y del material destinado a la prevención de accidentes, seguridad, vigilancia, socorro y transporte de accidentados.
- Hacer respetar la prohibición de que cualquier artefacto flotante independientemente de su propulsión navegue de forma ilegal o poniendo en peligro a los usuarios que se encuentren en las zonas de baño, y la prescripción de que hagan sus entradas y salidas por los lugares destinados a tal efecto.
- Mantener la zona destinada al baño totalmente despejada de animales y objetos que puedan presentar peligros a los bañistas.
- Evitar toda clase de actividades que resulten peligrosas para los usuarios.

Dicho equipo estará formado por:

PLAYA DE LA RADA:

- 1 módulo botiquín con 1 DUE, (Diplomado Universitario en Enfermería).
- 7 puestos de socorrista, (sillas de aproximación), con 7 socorristas acuáticos.
- 3 módulos de salvamento, (El Carmen, Monterroso y la Cala).

PLAYA DEL CRISTO:

- 2 puestos de socorrista, (sillas de aproximación), con 2 socorristas acuáticos y un socorrista terrestre.
- 1 módulo de salvamento.

PLAYA DEL PADRON:

- 2 puestos de socorristas, (sillas de aproximación), con 2 socorristas acuáticos.
- 1 módulo de salvamento.

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
		Fecha	
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Página	

*** El equipo mínimo que debe tener cada socorrista:**

- Una lata de rescate.
- Unos prismáticos.
- Un elemento de telecomunicaciones, (teléfono, walky ...).
- Un mástil y un juego de banderas en cada módulo de salvamento, (roja, amarilla, verde y medusas).
- Elemento indicador de la ubicación del puesto de socorrista, (banderolas, cartel, etc...).
- Botiquín de mano compuesto por:
- 1 bote de suero fisiológico de 250 ml.
- 1 pinzas de plástico.
- 1 tijeras.
- 5 jeringuillas, (varios tamaños).
- 1 caja de guantes de nitrilo.
- 1 caja de 100 gasas.
- 1 rollo de esparadrapo.
- 1 caja de tiritas, (varios tamaños).
- 1 venda elástica.
- 1 venda autoadhesiva.
- 1 venda gasa.
- 1 bote de betadine o similar.
- 20 agujas hipodérmicas.
- 1 mascarilla de RCP.
- 1 bote 500 ml + pulverizador con 10% amoníaco sanitario de uso tópico 90% agua o suero.

*** El equipamiento mínimo que debe tener cada módulo botiquín:**

- 1 botiquín de mano con el equipamiento anteriormente indicado.
- 1 pomada para quemaduras.
- 1 pomada para picaduras.
- 1 pomada para golpes.
- 1 bote de agua oxigenada.
- 1 camilla cuchara.
- 1 desfibrilador semiautomático.
- 1 equipo de oxigenoterapia.
- 1 papelera bidón de residuos punzantes.
- 1 nevera para material sanitario.
- 1 papelera de pedal de acero inoxidable.
- 1 lámpara tipo sanitario con lupa.
- 1 mueble botiquín.
- 2 sillas de plástico lavables, (no porosas).
- 1 mesa de plástico lavable, (no porosa).
- 1 camilla de curas.
- 1 lavabo o fregadero.

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
		Fecha	
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Página	

- Agua caliente y agua fría.
- Suministro eléctrico.
- Certificación de homologación como botiquines por parte de la Consejería de Sanidad.
- Material diverso conforme a las exigencias de la certificación.
- Un elemento de telecomunicaciones, (teléfono o walky ...).
- Camiseta color amarilla fluorescente con leyenda en la espalda y en el pecho: "Enfermero" y debajo la leyenda: "Ilmo. Ayto. de Estepona con el escudo de la ciudad".
- Bañador amarillo fluorescente con las leyendas arriba descritas.
- Gorra amarillo fluorescente con las leyendas anteriormente mencionadas.

Todos estos servicios, se activan ante un accidentado en un tiempo menor a 5 minutos, desde la localización del incidente hasta su atención. Las diferentes condiciones de seguridad para el baño se identifican mediante banderas, las cuales tienen asociado un color en función de las condiciones del mar, corrientes, meteorología u otras circunstancias extraordinarias que se presenten (contaminación química o biológica), para definir la peligrosidad del baño para los usuarios.

El color de bandera y su peligro asociado se describe a continuación:

- Bandera color verde, indica baño autorizado, no existe peligro asociado.
- Bandera color amarillo, indica baño peligroso.
- Bandera color rojo, el baño queda prohibido.
- Bandera de medusas: Presencia de medusas.

El cambio de las banderas obedecerá los siguientes factores:

- Corrientes marinas.
- Condiciones meteorológicas.
- Presencia de animales marinos peligrosos (medusas, anémonas, erizos, peces araña, etc.).
- Aparición de manchas de hidrocarburo
- Otros que puedan modificar el estado de las playas y seguridad en las mismas.
- Debido a la naturaleza de la playa de la rada y la especial forma y ubicación de la playa del Cristo. Ante la señalización se comportarán como zonas independientes, pudiendo darse el caso de señalizaciones diferentes en la misma playa.

Si se considera peligroso para la seguridad de los bañistas y la situación va a más, se pasará a la prohibición del baño (bandera roja), mediante comunicación del Coordinador del Servicio, de forma inmediata.

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
		Fecha	
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Página	

Dichas banderas tendrán un tamaño de 1,5 m de ancho y 1 m de largo, colocadas a 6 m de altura, medidas que cumplen con la normativa actual, de forma que sean visibles desde todos los accesos a la playa. Atendiendo a las exigencias de los bañistas, algunas banderas de la zona de la rada, se han modificado en su tamaño y se han cambiado de ubicación situándolas en la silla del socorrista.

Se recogen a continuación las cuestiones principales que se deben conocer a la hora de aplicar a un herido los primeros auxilios, a la espera de la ayuda exterior:

6.1.- Deberes del Socorrista:

Ante una situación de emergencia el socorrista debe:

- ✓ Permanecer sereno.
- ✓ Observar la situación antes de actuar.
- ✓ Examinar bien al herido sin tocarle de forma innecesaria.
- ✓ Actuar con rapidez pero sin precipitación.
- ✓ No mover al accidentado sin saber antes lo que tiene.
- ✓ No hacer más que lo indispensable.
- ✓ Jamás dar de beber a quien esté sin conocimiento.
- ✓ No permitir que el herido se enfríe.
- ✓ Tranquilizar al lesionado.
- ✓ Evacuar con suavidad.

Sin olvidar en ningún momento que al accidentado hay que tratarle con urgencia, pero no trasladarle con urgencia.

6.2.- Protocolo en las Urgencias:

6.2.1.- Comprobación de las constantes vitales del accidentado:

- ✓ Ante un paro respiratorio y cardíaco, al rescatar al accidentado, se realizará rápidamente las maniobras de RCP, ininterrumpido y duradero.
- ✓ Apnea y asfixias: respiración artificial boca a boca y /o aplicación del ambu.
- ✓ Si esta inconsciente, poner en posición lateral de seguridad y comprobar en repetidas veces el pulso y la respiración.
- ✓ Obstrucción vías respiratorias: realizar la maniobra Hemlich, si se localiza el objeto, meter el dedo índice por detrás del obstáculo y hacer gancho hacia fuera, limpiar las mucosidades.

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Fecha	
		Página	

6.2.2.- Atender a las hemorragias:

- ✓ Hemorragia externa: aplicar gasas sobre el punto sangrante. Si no cede añadir más y con mayor compresión o apretar con los dedos por encima de la arteria. Avisar a la ambulancia para su traslado
- ✓ Hemorragia interna. No dar bebidas, colocar en la zona hemorrágica una bolsa de hielo y trasladar al accidentado acostado y abrigado.
- ✓ Hemorragia por la boca: reposo absoluto del accidentado, no darle bebidas y llamar de forma inmediata a un médico.
- ✓ Hemorragia nasal: comprimir el dedo pulgar contra el hueso de la nariz, en caso de que no funcione rellenar completamente de gasa la ventana nasal que sangra.

6.2.3.- Atender a las fracturas:

- ✓ Trauma craneal: si sangra por el oído y no se ve erosión sospechar de una fractura en la base del cráneo, no dejar al accidentado mover la cabeza, no darle bebidas y mantenerlo abrigado y vigilado hasta la llegada de un médico.
- ✓ Lesión de columna: mover o curvar el cuerpo puede causar la muerte o la invalidez permanente del accidentado, mantener el cuerpo recto y trasladarlo así, moviendo al accidentado en bloque y sólo lo estrictamente necesario.
- ✓ Fuerte contusión abdominal: reposo y abrigo sin dar bebidas, observando durante un par de horas al menos. Avisar a un médico.
- ✓ Fractura cerrada: si carece de férulas improvisarlas e inmovilizarlas por encima y por debajo del foco de fractura.
- ✓ Fractura abierta: lavar la herida dejando caer un chorro de agua salada y colocando un apósito estéril e inmovilizando como en la fractura cerrada.
- ✓ Fractura de costillas: inmovilizar con un vendaje circular comprimiendo el tórax por su parte inferior.
- ✓ Fractura de pelvis: trasladare tumbado sobre la espalda y con las piernas flexionadas apoyando las plantas de los pies.

6.3.- Boca a Boca y Masaje Cardíaco:

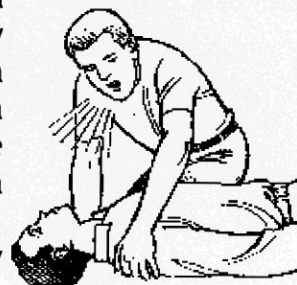
Consiste en la exploración de las constantes vitales con el único fin de detectar su presencia, sin entretenernos en cuantificar. Se realizará siempre de manera **rápida y sistemática**, siguiendo estos pasos:

- **CONSCIENCIA:** Para evaluar la consciencia se preguntará a la víctima si nos escucha y cómo se encuentra, a la vez que la sacudimos

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Fecha	
		Página	

ligeramente los hombros o se la pellizca en la cara (A.V.D.N.). No sólo buscaremos que el paciente nos dé una respuesta verbal sino que podemos esperar cualquier movimiento de defensa del tipo de apertura o cierre de ojos, retirada de la cara o manos ante pellizcos, etc...

- Si la víctima responde, pasaremos a realizar la valoración secundaria; si, por el contrario, no percibimos ninguna respuesta consideraremos a la víctima inconsciente, avisaremos a una ambulancia asistencial y/o a un facultativo y pasaremos a prepararnos para la evaluación de la respiración. Recordad que a una persona inconsciente como consecuencia de un golpe (traumatismo) siempre se la supondrá y tratará como si tuviera lesión en la columna vertebral, tratando y movilizando el eje cabeza, cuello y tronco como un solo bloque.

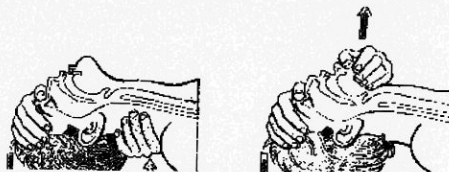


- **PREPARACIÓN:** Nos colocaremos a la altura de los hombros, quitaremos la ropa que nos moleste del pecho de la víctima (¡atención con los sujetadores que tienen aros metálicos!); aflojaremos corbata y cinturón, retiramos cadenas o collares y colocaremos a la víctima tumbada sobre un plano duro en decúbito supino (boca arriba) con los brazos a lo largo del cuerpo.
- **RESPIRACIÓN:** La evaluaremos acercando un lateral de nuestra cara a la boca y nariz de la víctima mientras que miramos su pecho y abdomen. Buscamos con esto oír y/o sentir en nuestra mejilla la entrada y salida del aire de la víctima, a la vez que nos permite ver y observar el movimiento respiratorio del tórax y abdomen.

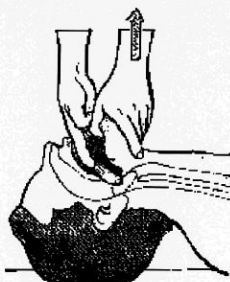


Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Fecha	
		Página	

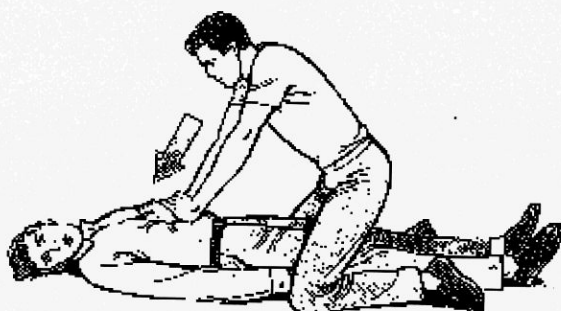
- En caso de no sentir la respiración, observaremos que la boca y faringe estén libres de objetos que puedan obstruir las vías aéreas (dentaduras, chicles, caramelos, flemas, vómitos, etc.), liberaremos la base de la lengua que también puede obstruir el paso del aire por la faringe. Para ello pondremos una mano en la frente, que empujará hacia abajo, y la otra en la nuca, que tirará hacia arriba, consiguiendo así estirar el cuello elevando la mandíbula y con ella la base de la lengua, volviendo de nuevo a comprobar la respiración. Esta maniobra es conocida como **hiperextensión**.



- Si la respiración existe, giraremos su cabeza hacia un lado y pasaremos a realizar la valoración secundaria; si, por el contrario, la respiración no está presente realizaremos **2 insuflaciones seguidas (boca a boca)** y a continuación valoraremos el pulso.



- BOCA A BOCA:** Consiste en introducir en los pulmones de la víctima el aire contenido en nuestra boca, faringe, laringe, tráquea y bronquios antes de que quede viciado por nuestra propia respiración; es decir: el aire que aún no ha sufrido el total intercambio gaseoso en nuestros pulmones.
- Para ello, manteniendo el cuello de la víctima en extensión, pegaremos nuestros labios herméticamente alrededor de la boca de la víctima mientras pinzamos su nariz con los dedos índice y pulgar de la mano que mantenemos en la frente; le insuflaremos el aire con fuerza moderada durante no más de dos segundos a la vez que miramos su tórax y abdomen y nos aseguramos de que lo que sube es el tórax. Esta fuerza debe ser muy controlada en el caso de que el paciente sea un niño y más aún en el caso de lactantes.
- No retirar la mano de la nuca; si lo hacemos porque la boca está firmemente cerrada y es preciso abrirla (ver figura anterior) no la apoyéis en la garganta pues impediría la entrada del aire.



- Si al insuflar vemos subir el abdomen es síntoma de que el aire pasa al estómago en vez de los pulmones; en este caso corregiremos la postura de la cabeza realizando de nuevo la hiperextensión del cuello o comprobando de nuevo la cavidad de la boca

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
		Fecha	
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Página	

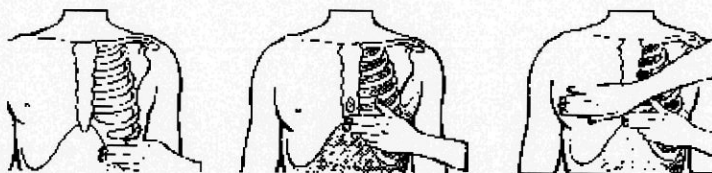
y faringe para detectar que la lengua o cuerpos extraños impidan la entrada de aire en los pulmones. Si esto es lo que ocurre, realizaremos la maniobra de desobstrucción.

- **PULSO:** El pulso vamos a localizarle en cualquiera de las arterias carótidas situadas en el cuello a ambos lados de la nuez. Para ello utilizaremos 2 ó 3 dedos (nunca el pulgar) de la mano que teníamos en la nuca, que la haremos resbalar por cualquiera de los laterales de la tráquea (mejor por el lado opuesto a nosotros) hasta la depresión existente entre ésta y los músculos externo-cleido-mastoideos, presionando hacia la nuez. Si sentimos el pulso seguiremos realizando el boca a boca a ritmo de 1 insuflación cada 5 segundos; si, por el contrario, la víctima carece de pulso **NO golpearemos el tórax con el puño** y comenzaremos el masaje cardíaco externo.



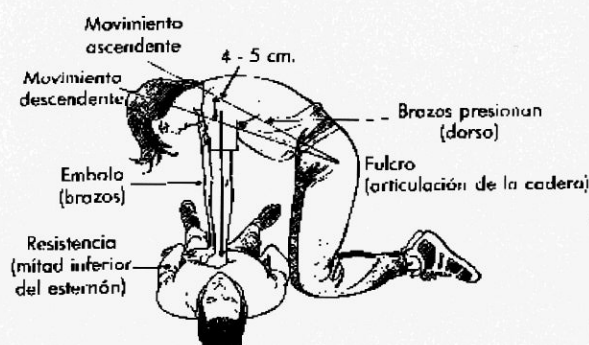
- **MASAJE CARDIACO**

EXTERNO: Consiste en comprimir el corazón entre el esternón y la columna vertebral



cargando nuestro peso sobre el tercio inferior del esternón de la víctima. Para localizar este punto con exactitud seguiremos con los dedos de una de nuestras manos el borde inferior de las costillas en dirección al esternón, y en la zona central del pecho chocaremos con la punta cartilaginosa del esternón (**apófisis xifoides**); en este punto pondremos 2 o 3 dedos de la otra mano en dirección a la cabeza y en este nuevo punto colocaremos el talón de la primera mano. Esta es la zona donde realizaremos las compresiones, quedando completamente desnuda y especialmente si existen sujetadores con aros metálicos; ello implica actuar con respeto a la intimidad del sujeto.

-
-

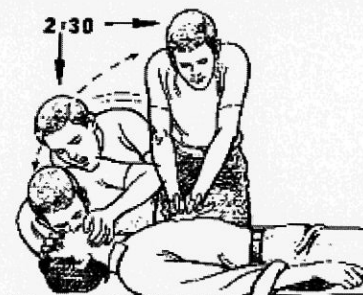


centímetros.

Para ello, sin apoyar ni la palma de la mano ni los dedos sobre la víctima, pondremos la otra mano sobre la primera (mejor entrelazando los dedos) y con los brazos rectos y perpendiculares al pecho de la víctima dejaremos caer nuestro peso con el fin de hacer descender el tórax unos

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
		Fecha	
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Página	

- Las compresiones serán secas y rítmicas (contaremos ...y uno... y dos... y tres... etc.), en número de 30, posteriormente volveremos a dar dos insuflaciones rápidas y de nuevo 30 masajes externos.
- Cada conjunto de 2 insuflaciones y 30 masajes se denomina ciclo de reanimación con un socorrista.
- Si son dos los reanimadores, el ciclo es de 1 insuflación y 5 masajes.
- Consideraremos secuencia al conjunto de 4 ciclos completos de reanimación.



(1) ATENCION: No todas las personas tienen la misma consistencia en sus costillas por lo cual se recomienda hacer rápidamente una o dos presiones de tanteo para precisar la "dureza" del recorrido muerto y saber exactamente dónde comienza la verdadera presión sobre el músculo cardíaco.

- **FINALIZACIÓN DE LA REANIMACIÓN:** Al finalizar cada secuencia volveremos a valorar si el pulso está presente. Si no hay pulso seguiremos realizando secuencias hasta que retorne. Cuando el pulso retorne volveremos a valorar la respiración actuando como se ha descrito anteriormente.

Daremos por finalizada la resucitación...

- ... cuando otra persona nos sustituya (otro socorrista, personal de ambulancia asistencial, médico, etc.)
- ... cuando un médico certifique el fallecimiento de la víctima
- ... cuando recupere las constantes vitales o
- ... cuando estemos agotados y no podamos continuar con la reanimación.

6.4.- Otras actuaciones de Primeros Auxilios:

6.4.1.- Quemaduras:

- ✓ Quemaduras físicas: dependiendo del grado, aplicar agua sobre la zona quemada calmando el dolor y evitando que el accidentado se enfríe. Reponer líquidos. No abrir flictemas ni quitar escaras cubriendo la zona quemada con paños limpios. Trasladar urgentemente al accidentado a un hospital.

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
		Fecha	
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Página	

- ✓ Accidentado en llamas: aislar del aire al accidentado cubriendo con una manta o chaqueta la zona afectada, actuar a continuación como en el caso de las quemaduras físicas.
- ✓ Quemaduras químicas (medusas): quitar ropas disolviendo el veneno con amoníaco diluido abundante.

6.4.2.- Intoxicaciones:

- ✓ Envenenamiento por ingestión: si no es por algún ácido, provocar el vómito y averiguar el producto causante del envenenamiento, no dejar que el accidentado se enfríe y trasladarlo a un hospital llevando la hoja de seguridad del producto tóxico ingerido.
- ✓ Envenenamiento por productos de antídotos desconocidos: provocar el vómito dando al accidentado agua albuminosa (con 5 ó 6 claras de huevo en suspensión de un litro de agua).
- ✓ Intoxicación etílica: si está consciente provocar el vómito evitando que se enfríe y acostarle. Si hay signos de asfixia aplicarle la respiración artificial y llamar a un médico.
- ✓ Intoxicación por barbitúricos: si está consciente provocar el vómito, si no lo está no dejar que se enfríe y aplicar la respiración artificial hasta la llegada de un médico.
- ✓ Gases tóxicos: sacar el aire libre aflojando las ropas y practicando la respiración boca a boca.

6.4.3.- Otros:

- ✓ Heridas: no extraer objetos clavados y lavar con agua y jabón aplicando desinfectante, nunca pomadas y tapando la herida con gasas o un trapo limpio.
- ✓ Contusiones: aplicar alguna pomada o spray calmante del dolor, en caso de que haya hematoma aplicar una pomada adecuada.
- ✓ Picadura de insectos: en caso de abejas quitar el aguijón, en todos los casos aplicar amoníaco rebajado o pomada antihistamínica.
- ✓ Convulsiones: no impedir los movimientos tumbando al accidentado donde no pueda hacerse daño impidiendo que se muerda la lengua mediante la colocación de un pañuelo doblado entre los dientes.
- ✓ Lipotimia: poner al accidentado tumbado con la cabeza más baja que el resto del cuerpo.
- ✓ Insolación: poner al insolado en una habitación oscura con una bolsa de hielo en la cabeza y avisar a un médico.
- ✓ Salida de vísceras abdominales: no tratar de meter los intestinos, procediendo a cubrir al accidentado en dicha zona con un lienzo o sábana limpia y trasladare con urgencia a un centro médico.

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
		Fecha	
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Página	

- ✓ Prevención del shock: tranquilizar y abrigar al accidentado, calmando el dolor e inmovilizando las fracturas y taponando las hemorragias. Aflojar las ropas y cinturones y realizar el traslado del accidentado de forma correcta.

7.- SERVICIOS MÉDICOS Y TRASLADO DE USUARIOS

En función de la tipología de la playa y su peligrosidad, se dispone de un número suficiente de puestos sanitarios para garantizar a los usuarios una asistencia sanitaria adecuada, (de primeros auxilios, enfermería o facultativa), según se requiera:

- Ambulancia Soporte Vital Básico con 1 DUE y 1 TTS. Se incluye material sanitario equivalente como mínimo a un módulo botiquín.
- Barca salvamento con el equipamiento mínimo que debe tener cada socorrista acuático a lo que habrá que sumar el botiquín de mano.

8.- COMUNICACIÓN

Los trabajadores dispondrán de equipos de comunicación individualizados, que aseguren una adecuada comunicación entre los distintos agentes implicados en la seguridad, vigilancia, salvamento, primeros auxilios, servicios médicos de la playa y otros servicios sanitarios.

A todos los usuarios de la playa se les comunicará el/los horarios de prestación del servicio a través de carteles.

Los dispositivos de comunicación y coordinación con los servicios de Salvamento y socorrismo y/o otros Cuerpos de Seguridad como Policía Local, Nacional, Guardia Civil, etc., son los siguientes: Equipamiento telefónico o walky etc... para cada uno de los trabajadores del servicio, (jefe de servicio, socorristas acuáticos y terrestres, DUE, etc...).

9.- SIMULACROS

El reciclaje y perfeccionamiento permanentes, serán objetivos básicos en la preparación del personal, al objeto no sólo de no olvidar las enseñanzas recibidas en las acciones formativas correspondientes, sino también en su aplicación práctica diarias. Para no caer en una labor rutinaria, en la que además, las situaciones de emergencia no se producen a diario, se dedica la primera hora de cada servicio en los días de menor afluencia de público, para la práctica de ejercicios y simulacros, desde los más sencillos a los más complejos. El personal de la embarcación, además, debe simultanear las rondas de reconocimiento con la práctica de ejercicios.

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
		Fecha	
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Página	

La planificación y descripción de los simulacros para la temporada de baño se consensuará con la Delegación de Playas del Ilmo. Ayto. de Estepona.

PLAYA ():

Simulacro Número ():

Propósito: ()

Lugar:

Situación Inicial: ()

Requerimientos: ()

Participantes: ()

Acciones: ()

Tareas Previas: ()

Evaluación: ()

SIMULACRO DE EMERGENCIA – Playa ().				
Fecha:	Hora:	Tipo de emergencia:		
Personal alertado:		Tiempo respuesta	de	Medios OK
☐ Socorrista acuático				
☐ Responsables del servicio				
☐ Vehículo de traslado				

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
		Fecha	
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Página	

OBSERVACIONES:

Tiempo de puesta en marcha del Plan de Emergencia:	Tiempo de control de la emergencia:	Resultado Simulacro:	del
--	-------------------------------------	----------------------	-----

Playas del Cristo, La Rada y Padrón.	Ayuntamiento de Estepona		
		Fecha	
PLAN DE SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS.		Página	