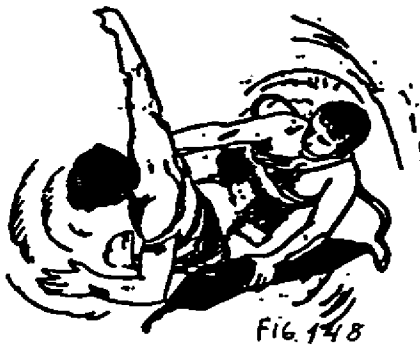


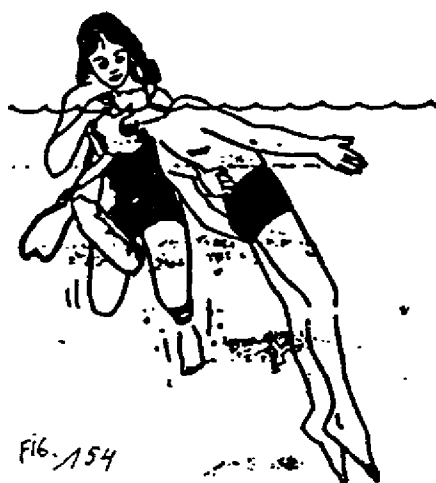
ACERCAMIENTO POR DETRAS

- Posición lista, nadar a golpes. neumático a un lado.
- Agarrar la axila de la víctima y tirar hacia atrás (Fig.148)
- Balancear el neumático alrededor y frente de la víctima (Fig.149)
- Sujetar el neumático alrededor de la víctima (Fig.150)
- Entrelazar el brazo y hacer la respiración de rescate si fuera necesaria (Fig.151)



PONERSE A HORCAJADAS EL NEUMÁTICO

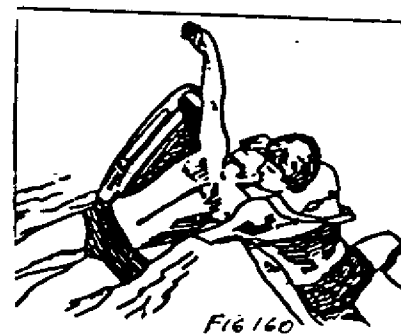
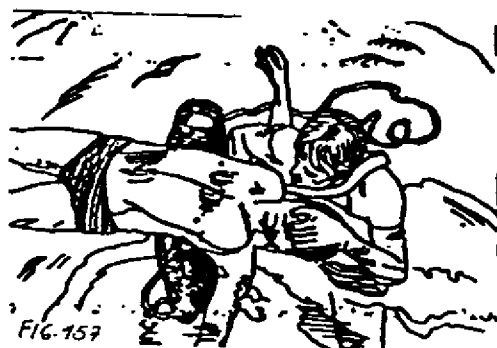
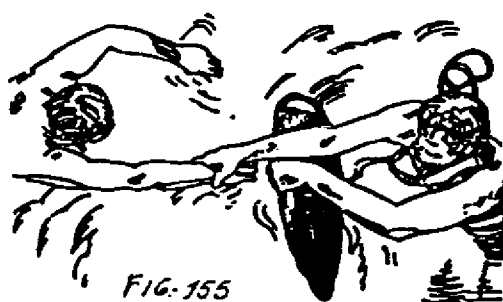
- El auxiliador sumerge el neumático (Fig.152)
- Neumático entre las piernas. enganchar los extremos juntos.(Fig.153)
- Hacer el acercamiento por atrás para agarrar a la víctima por la espalda. Hacer la respiración de rescate en caso necesario (Fig.154)



BOYA DE SALVAMENTO

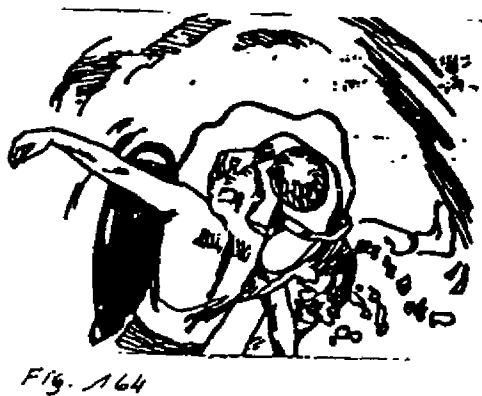
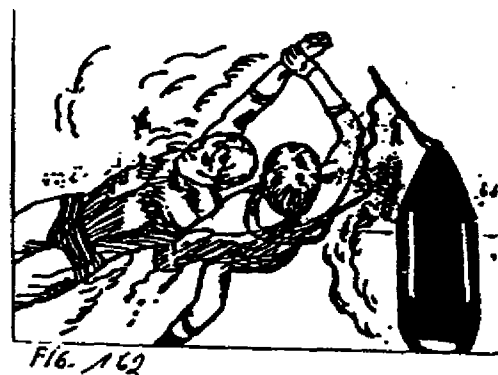
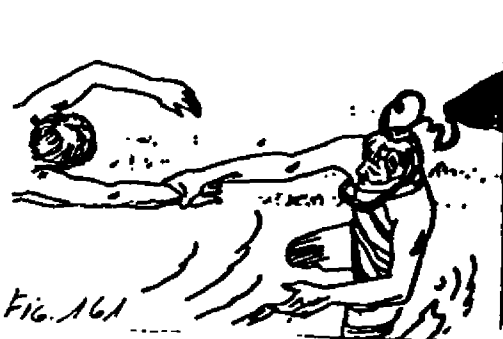
Acercamiento de superficie de frente con la boya a la espalda de la víctima (Figuras.155-156-157-158-159-160)

- El acercamiento se realiza similar al acercamiento de superficie de frente con neumático de rescate.
- Entrelazar el brazo.
- Con la mano libre, agarrar la boya y sumergirla bajo un lado de la víctima.
- Agarrar la boya con la mano debajo de la espalda de la víctima.
- Respiración de rescate, si es necesario.



ACERCAMIENTO DE SUPERFICIE DE FRENTE-BOYA A UN LADO DE LA VICTIMA (Figuras 161-162-163-164)

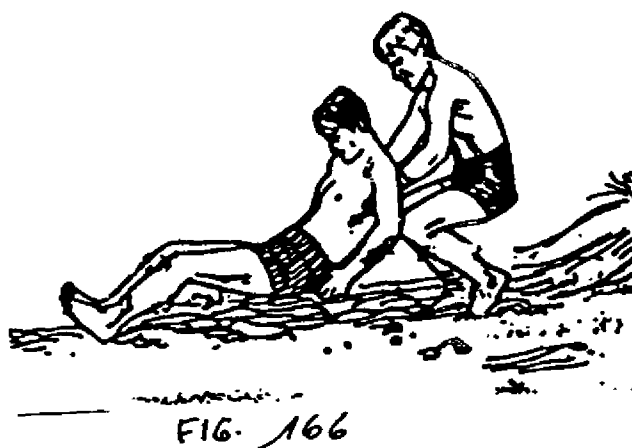
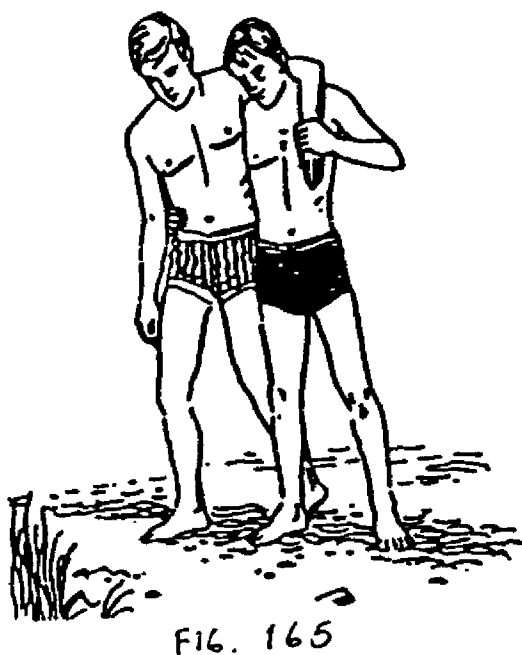
- Realizar acercamiento de superficie de frente
- Entrelazar el brazo
- Con la mano libre, agarrar la boya y sumergirla bajo el lado opuesto de la víctima.
- Sujete la boya con la mano debajo de la espalda de la víctima.
- Respiración de rescate, si es necesario.



2.9.9. REMOVER O SACAR DEL AGUA

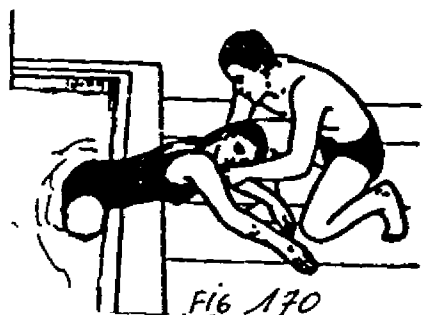
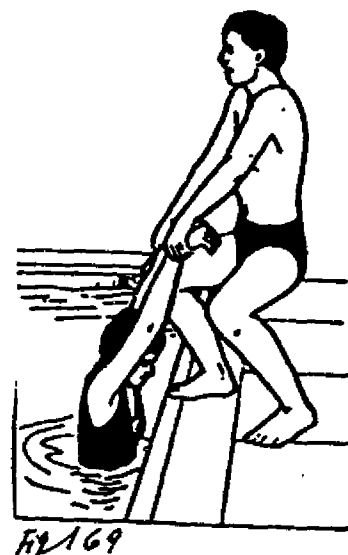
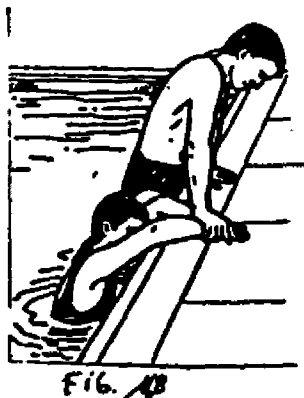
Puede que la víctima sea incapaz de salir del agua, existen diferentes métodos de acuerdo con la condición del agua y la víctima para asistirle

- Asistencia en aguas poco profundas (Fig.165)
- Arrastre en aguas poco profundas (Fig.166)
- Levantarla del agua
- Cargarla como empaquetado



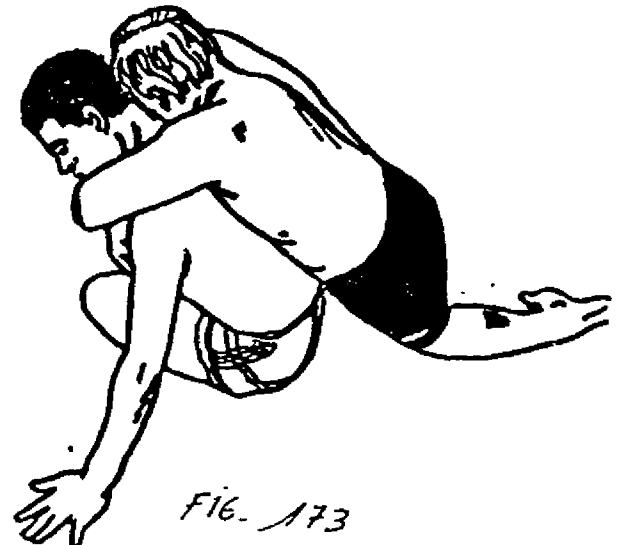
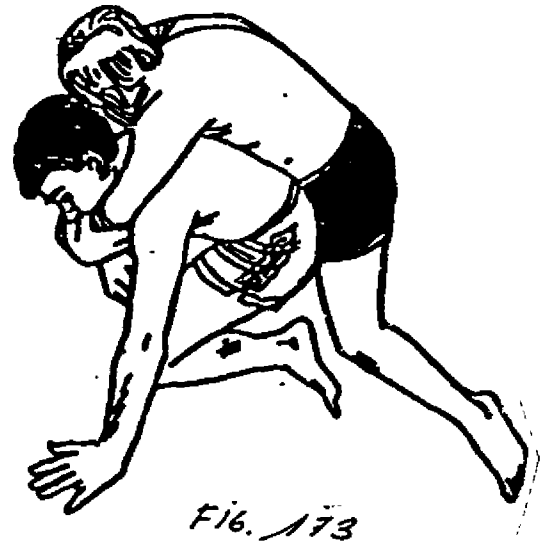
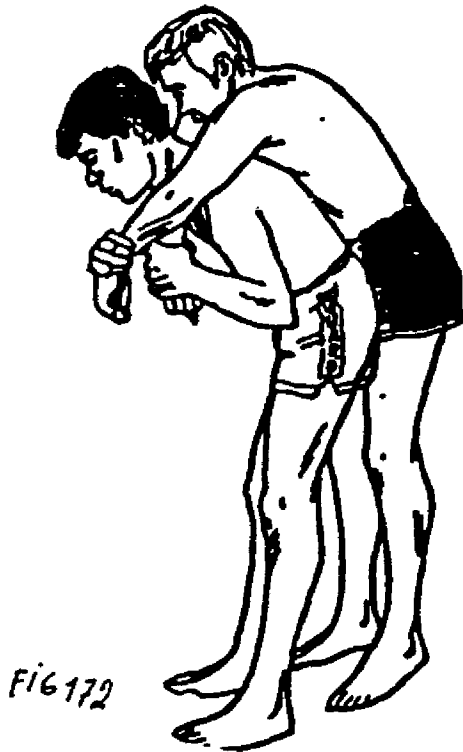
SACARLA DEL AGUA EN PISCINAS

- Súfete a la víctima al borde de la piscina (Fig.167)
- Mantenga contacto mientras usted sale (Fig.168)
- Levante su víctima usando sus piernas(Fig.169)
- Apoye la víctima en la pierna, protegiendo la cabeza (Fig.170)
- Suba a la víctima a la cubierta (Fig.171)
- Colóquela para hacerle respiración de rescate en caso necesario



TRANSPORTACION COMO PAQUETE ATADO O SALVEQUE

- La víctima está sobre la espalda del auxiliador con sus axilas sobre los hombros de este.(Fig.172)
- Los brazos de la víctima se cruzan en frente del auxiliador.
- El auxiliador dobla sus rodillas y agarra ambas muñecas con una mano, mientras que con la otra se asegura al suelo. (Fig.173)
- El auxiliador gira sobre su cadera bajando la víctima al suelo.(Fig.174)
- La mano más cerca de la cabeza de la víctima, la protege cuando es bajada.



2.10.1. RESPIRACION DE RESCATE EN EL AGUA

Si la víctima no respira y es encontrada flotando en aguas profundas, la respiración de rescate debe iniciarse tan pronto como sea posible. La respiración de rescate puede iniciarse usando un neumático, boya o tabla de salvamento; también si la víctima llevará un cinturón de esquí acuático, aparato personal de flotación; o un aparato compensador de boyas.

La respiración de rescate en aguas profundas es extremadamente difícil. Un guardavidas en buena forma que ayuda a una víctima pequeña puede ser capaz de abrir las vías respiratorias y darle dos completas respiraciones. Sin embargo, una respiración de rescate sostenida pudiera no ser posible, y podría retardar el que la víctima fuera llevada a lugar seguro. En las zambullidas, el uso de aletas de natación mientras se sostiene a la víctima, puede hacer que la respiración de rescate sea posible si no hay disponible otro medio de flotación.

PASOS PARA UNA RESPIRACION DE RESCATE

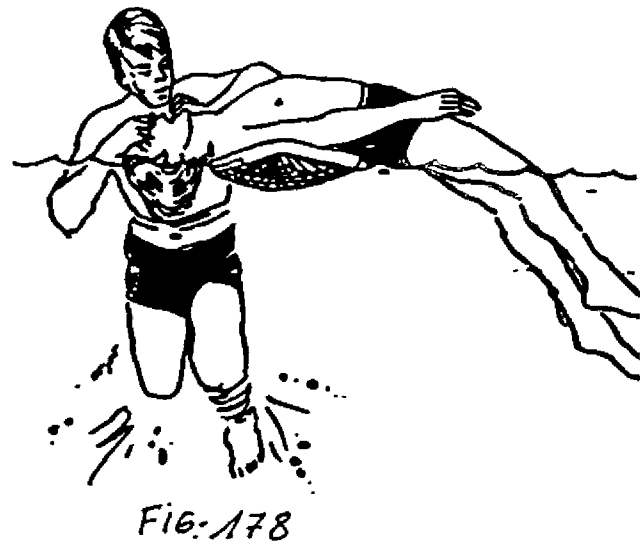
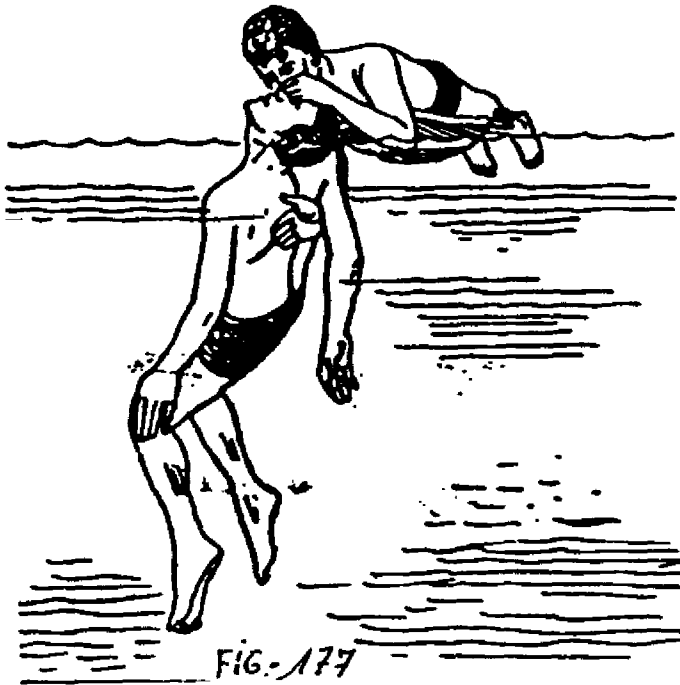
- Pedir ayuda y activar el SINEM.
- Acercarse a la víctima rápidamente.
- Voltear a la víctima en su espalda.
- Abrir las vías respiratorias.
- Observar la respiración (3-5 segundos).
- Dar dos respiraciones lentas.
- Revisar el pulso de la carótida (5 - 10 segundos).
- Pulsación Presente: Continuar la respiración de rescate.
- Pulsación Ausente: Sacar la víctima fuera del agua inmediatamente y comenzar la RCP. (Fig.175-176)



TABLA DE SALVAMENTO PARA RESPIRACION DE RESCATE

Son posibles dos métodos para dar respiración de rescate en una tabla de salvamento:

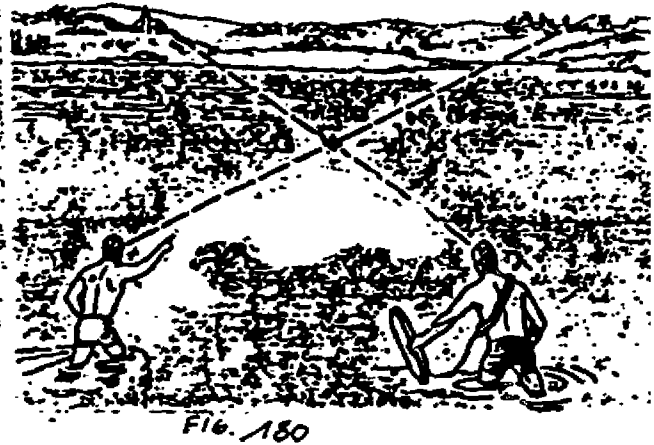
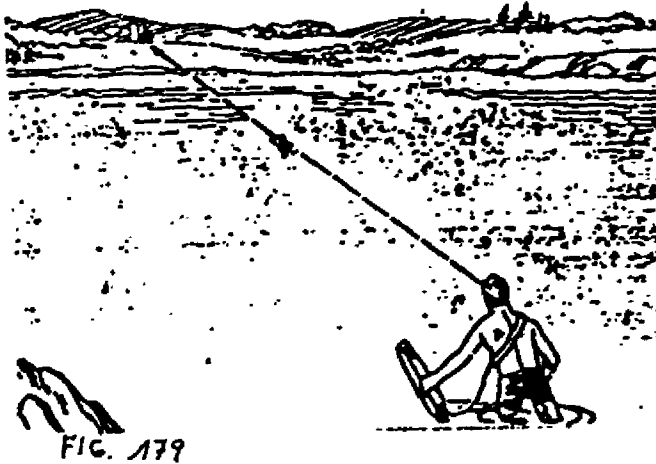
- El guardavidas está en la tabla, la víctima en el agua. La víctima sostenida por el brazo del guardavidas en una posición do-si-do (Fig.177)
- La víctima es volteada sobre la tabla con la cabeza cercana al guardavidas, éste se hallará fuera de la tabla. El auxiliador tiene que sostenerse él mismo y dar respiración de rescate (Fig.178).



2.11.1. PROCEDIMIENTO BASICO PARA EL RESCATE DE VICTIMAS SUMERGIDAS

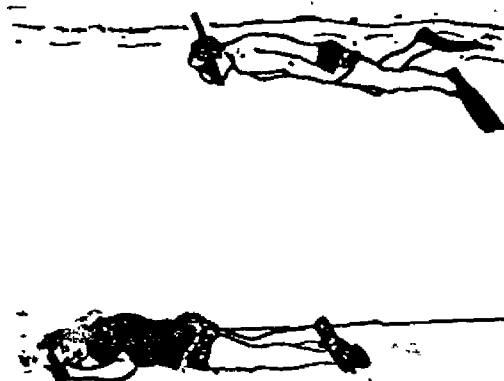
Cuando una víctima ha desaparecido debajo de la superficie, el salvamento debe hacerse con la máxima rapidez. Como primer paso, debe localizarse la víctima, ello se logra mediante la observación (vistazo) y orientación cruzada de la víctima sumergida. (Figuras 179 Y 180)

- Observación (vistazo) sencilla del auxiliador
- Observación de dos auxiliadores



RECUPERACION DE LA VICTIMA SUMERGIDA POR MEDIO DE LA ZAMBULLIDA DE SUPERFICIE

Si la víctima se hunde cuando usted se acerca, tiene que ir por ella inmediatamente, mantenga su vista fija donde la víctima ha sido vista por última vez. Al llegar a ese lugar, haga una zambullida de superficie (Fig. 181) cuando localice a la víctima; agarre la muñeca, el brazo y la axila desde atrás. Asiente sus pies en el fondo si es firme, dé un impulso y nade y pedalee hacia la superficie. Si el fondo es suave y lodoso, usted tiene que usar brazadas y pedaleo para levantar la víctima. Tan pronto como llegue a la superficie, comience la respiración de rescate.



2.12.1. EQUIPO BASICO DE BUCEO

Las máscaras, las aletas y los snorkel, son parte del equipo usado para gozar de la natación, para nadar bajo el agua y exploración. Este equipo es también usado por los guardavidas para mantenimiento de piscinas, búsqueda bajo el agua, recuperación y para asistir a un herido de la columna vertebral en aguas profundas.

Se debe probar la máscara para ver si queda bien, poniéndola sobre la cara y respirando (e inhalando) por la nariz. Si se suelta la máscara, y queda fija, la ajustación es buena.

MASCARAS (Figuras 182-183)

Deben tenerse lentes templados a prueba de roturas, banda ajustable y contornos flexibles, todo junto con un material a prueba de corrosión.

ALETAS (Fig. 184)

Hay dos tipos básicos de aletas:

- Pie completo o zapato
- Talón abierto
- Siempre camine hacia atrás o de lado para evitar tropezar y caer

SNORKELS (TUROS DE RESPIRACION)

Es un tubo de caucho, de aproximadamente 12-15 pulgadas de largo, para respirar cuando la cara está debajo del agua. Hay muchos diferentes tipos disponibles (Fig.185), pero todos ellos deben tener un protector de snorkel y una amplia abertura en la parte superior del tubo.

2.12.2. DESAGUE DE LA MASCARILLA Y EL SNORKEL

COMO LIMPIAR LA MASCARA

- Apretar el plato de mira contra la frente y hacer que salga el agua exhalando por la nariz (Figuras 185, 186)
- Limpiar la máscara, método horizontal (Fig.187)
- Limpiar la máscara, usando válvula de limpieza (Fig.188)

LIMPIEZA DEL SNORKEL

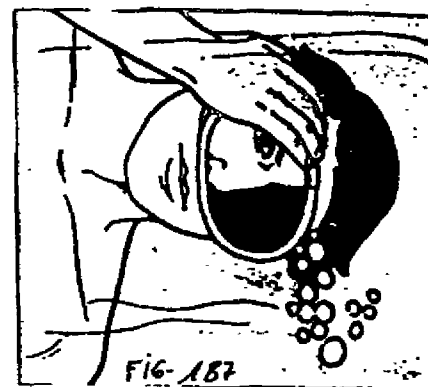
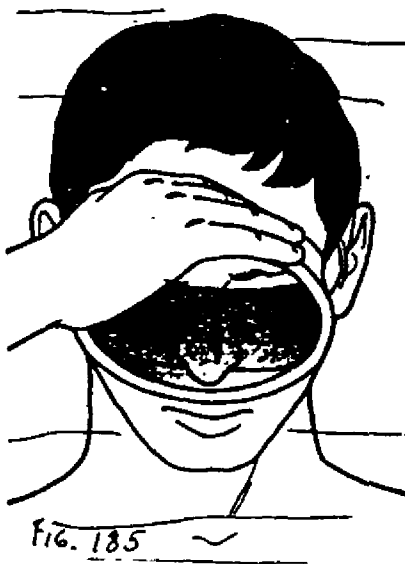
Dos métodos:

- Método de Soplar:

Exhale mucho aire cuando esté en la superficie (Fig.189).

- Método Gradual:

Incline la cabeza al ascender, soplando gradualmente por el aparato de la boca (Fig.190)



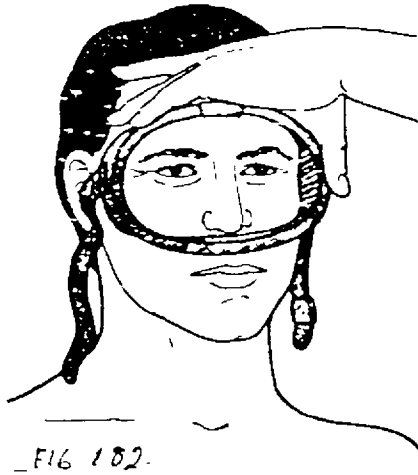


FIG 182.

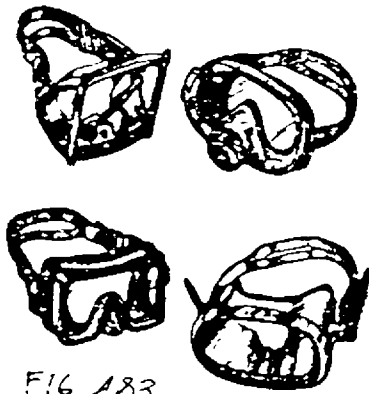


FIG 183

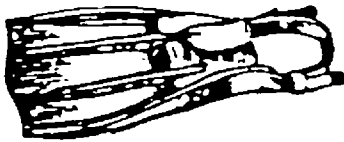


FIG 184

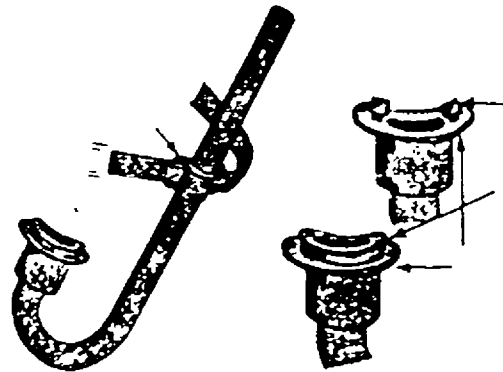


FIG 185



FIG 185A

2.12.3. UTILIZAR EL EQUIPO BASICO DE BUCEO.

DESCARGAR LA PRESION DE LA MASCARA Y OIDOS.

Cuando un buceador desciende, el agua que le rodea causa un aumento de presión, apretando la máscara contra la cara del buceador, causando incomodidad, dolor y posibles heridas. Para ayudar a aliviar esta presión, exhale una pequeña cantidad de aire de la nariz a la máscara. Para aliviar la presión del oído, coloque el dedo gordo contra su cara y exhale por su nariz o trague saliva y mueva sus mandíbulas.

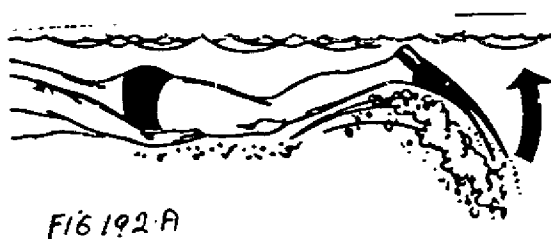
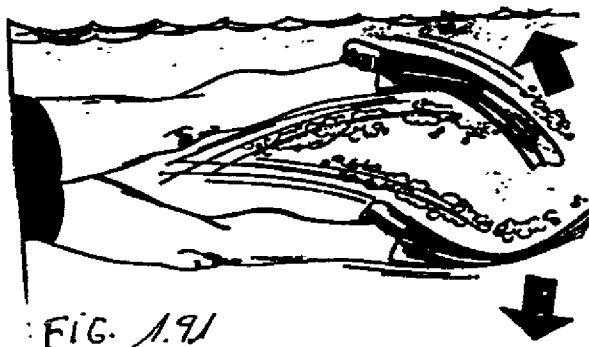
PEDALEAR CON ALETAS

Hay dos pedaleos casi siempre usados con éxito con las aletas:

- Pata de estilo libre (Fig.191)
- Patada de delfín (Fig.192)

SNORKEL

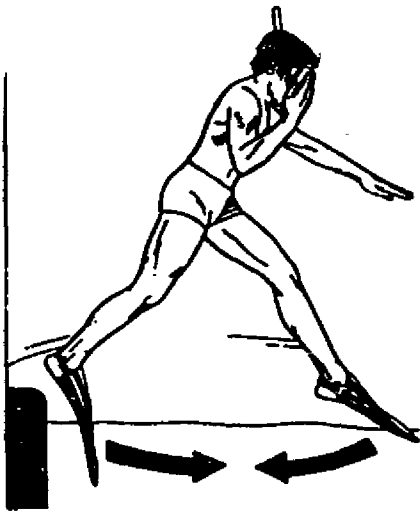
Toma de la boquilla y sujeción en la máscara



ENTRADAS AL AGUA CON EQUIPO BASICO DE BUCEO

Se usan comúnmente dos métodos:

- Salto de zancada (Fig.193)
- Sentada (Fig.123)



NATACION CUANDO SE LLEVA EQUIPO

- El pedaleo debe ser más lento y amplio que el pedaleo regular (Fig.195) Respire con normalidad.
- Siempre levante las manos sobre la cabeza cuando suba del fondo a la superficie (Fig.196).

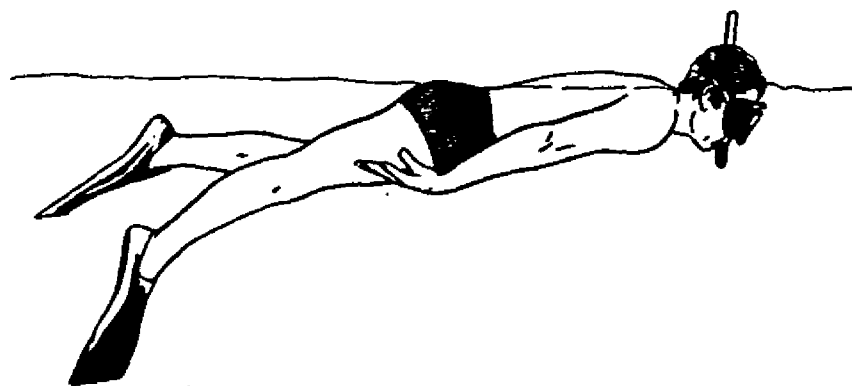


Fig. 196



Fig-196

2.13.1. SIGNOS Y SINTOMAS EN UN PACIENTE CON POSIBLE LESION EN LA COLUMNA VERTEBRAL.

CONSIDERACIONES BASICAS

- De las lesiones relacionadas con los deportes, el 14.2% fueron lesiones de la columna vertebral, en 1986 en EEUU.
- El 66% de estas lesiones fueron causadas por accidentes de zambullidas.
- Aproximadamente el 95,5% de los accidentes de zambullidas ocurrieron en aguas poco profundas (5 pies o menos).
- Al tratar de determinar si ha habido una lesión de la columna vertebral, tiene usted que tomar en consideración la causa de la lesión. Aquí tiene una lista general de situaciones que pueden indicar que hubo lesión de la columna:
 - . Una caída desde una altura mayor que la de la víctima.
 - . Toda persona encontrada inconsciente por desconocidas razones.
 - . Todo trauma importante de la cabeza.
 - . Todo accidente de zambullida.

SIGNOS Y SINTOMAS DE LESION DE COLUMNA.

Pueden estar presentes los siguientes síntomas y señales:

- Dolor en el lugar de la lesión.
- Pérdida del movimiento en las extremidades o debajo del lugar de la lesión.
- Pérdida de sensación u hormigueo en las extremidades.
- Desorientación.
- Deformidad de la espalda o cuello.
- Dificultad de respiración.
- Lesión en la cabeza.
- Líquido o sangre en los oídos y/o nariz.

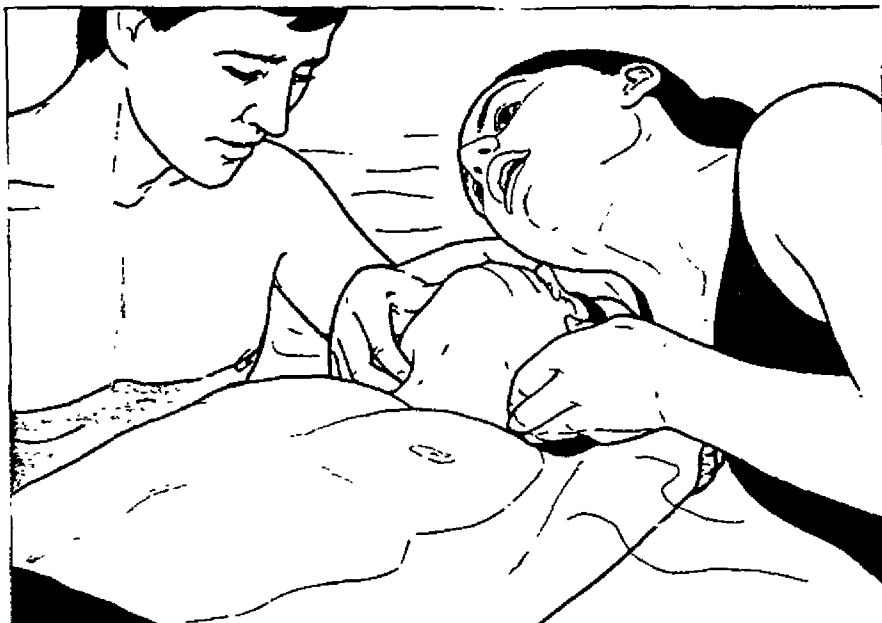
2.13.2 TRATAMIENTO BASICO A UNA VICTIMA QUE SE SOSPECHA DE LESION DE COLUMNA VERTEBRAL

Todo accidente ocurrido en aguas poco profundas debe tratarse como lesión de columna vertebral, se deben considerar fracturas y deben tratarse como tales:

Los siguientes factores pueden influir en la actuación del guardavidas:

- La condición de la víctima, presencia o ausencia de respiración o pulso.
- El tamaño del guardavidas en relación con la víctima.
- La ubicación de la víctima: aguas no profundas, aguas profundas, en el fondo, etc.
- La disponibilidad de asistencia: guardavidas adicionales, SINEM, policía, público, etc.
- La temperatura del agua y del ambiente.

Todas las víctimas de posibles lesiones de la columna vertebral deben tener abiertas sus vías respiratorias usando la maniobra modificada de empuje de la mandíbula. Los auxiliadores deben colocar sus dedos pulgares en los huecos de la barbilla de la víctima y levantar la mandíbula con los dedos. Durante esta maniobra debe procurarse no mover el cuello. (Phi.197)



PROCEDIMIENTO GENERAL DE RESCATE

- Active los planes de acción de emergencia del lugar.
- Acérquese a la víctima con cuidado.
- Reduzca o prevenga todo movimiento de la columna vertebral de la víctima.
- Lleve a la víctima a la superficie del agua. Colóquela cara arriba.
- Lleve a la víctima a aguas no profundas, si es posible.
- Observe si respira.
- Ponga la tabla bajo la víctima, y asegure a la misma.
- Saque a la víctima del agua.
- Trátela por Shock.

2.13.3. TECNICAS DE ESTABILIZACION DE COLUMNA.

Se presentan varias técnicas de estabilización de columna que pueden adaptarse a situaciones diferentes. Los guardavidas deben estar familiarizados con cada técnica y deben ser capaces para decidir cuál de ellas han de usar en cada situación particular.

Los siguientes puntos tienen que ser considerados al elegir una técnica:

- La flotación de la víctima y/o del guardavidas.
- El tamaño de la víctima y/o del guardavidas.
- La potencia de la brazada en los pies del guardavidas.
- La capacidad que posee el guardavidas de sostener su respiración.
- La posición de la víctima cara arriba o cara abajo.
- La ubicación de la víctima en aguas profundas o no, cerca o bajo la superficie.
- Condiciones del viento y agua

PROCEDIMIENTO

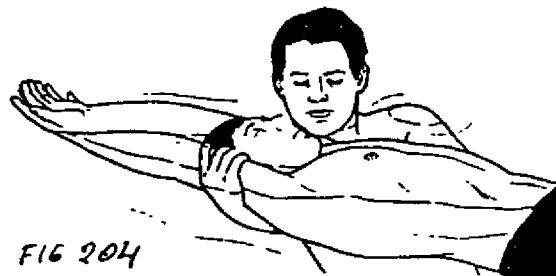
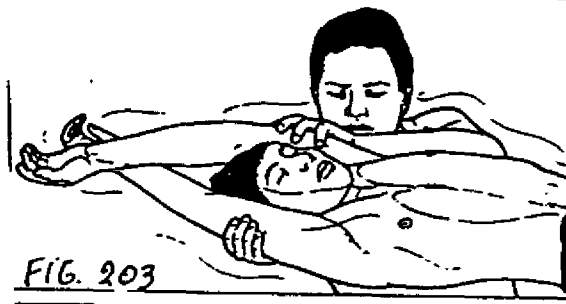
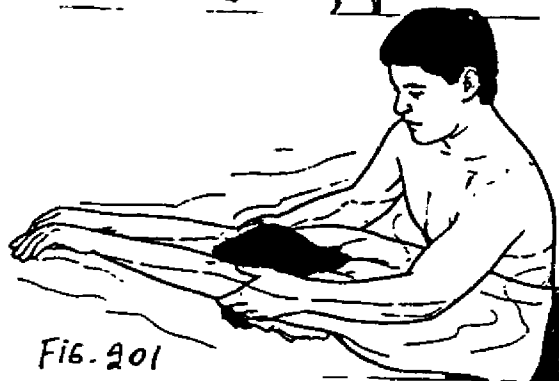
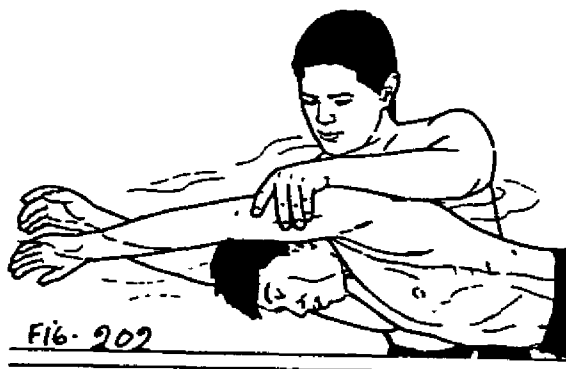
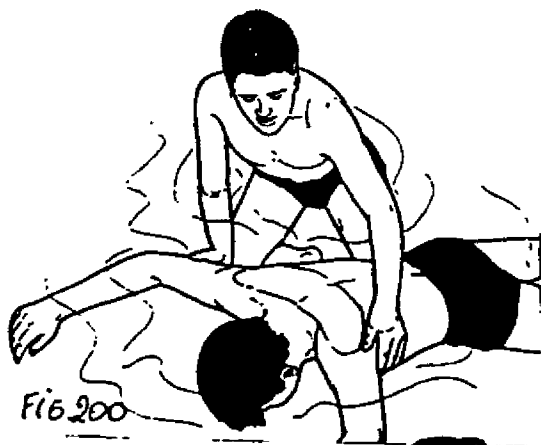
- SOSTENER LA CADERA Y HOMBRO (Fig.198)

- . Acercarse con cuidado a la víctima.
- . El guardavidas sumerge sus hombros bajo el agua.
- . Alcanzarla por debajo y colocar una mano en la cadera y la otra bajo la espalda cerca del hombro.
- . Sostener delicadamente a la víctima.
- . Para esta técnica, el agua debe estar calmada y ser poco profunda.



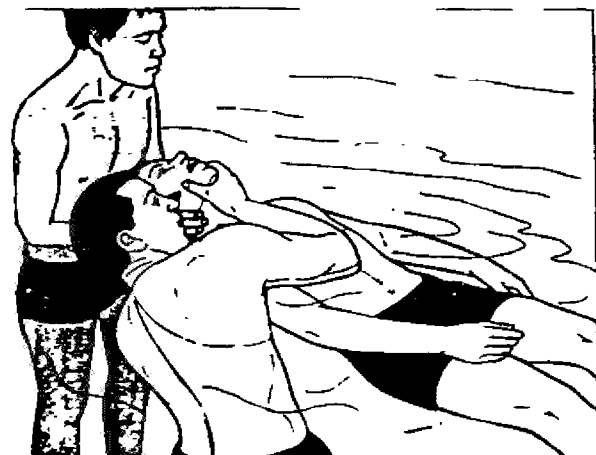
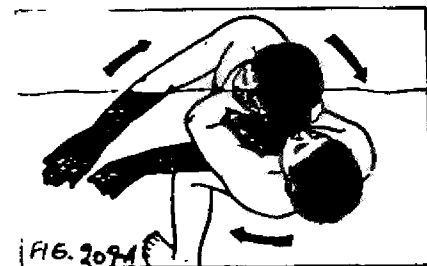
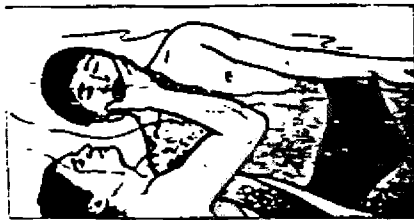
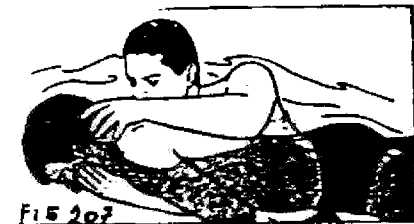
- INMOVILIZACION DE CABEZA.

- . Acercarse con cuidado, de lado.
- . Alcanzar la víctima de lado y agarrar la parte superior del brazo de ella. (Fig.200)
- . Con delicadeza levantar los brazos de la víctima sobre la cabeza empujándolos contra las orejas e inmovilizar la cabeza. (Fig.201)
- . Continuar la presión y dar vuelta a la víctima cara arriba. (Figuras 202,203).
- . Mantener la presión; la presión interior del brazo puede moverse para sostener las caderas, al mismo tiempo que el hombro del auxiliador provee un apoyo y "entablillado" por la parte de adentro. (Fig.204)



- SOPORTE DE LA CABEZA Y LA BARBILLA

- Puede usarse para una víctima de lesión de columna, que esté cara arriba o cara abajo.
- Los antebrazos presionan el esternón de frente y parte posterior de la columna vertebral.
- La mano de adelante sostiene la barbilla, la mano de atrás, la cabeza. (Figuras 205,206).
- Si la víctima esta cara abajo (Figuras 207,208) Se debe voltear, sumergiéndose y girando despacio bajo la víctima. (Fig. 209,209A)
- El segundo auxiliador debe continuar estabilizándola en línea (Fig.210)



2.13.4. PROCEDIMIENTO DE COLOCACION DE LA TABLA DE COLUMNA Y CUELLO

- Poner en posición la tabla (Fig.211)
- Colocarle el cuello cervical (Fig. 212.212A)
- Asegurar los hombros de la víctima (Fig. 213)
- Asegurar los muslos y piernas (Fig. 214)
- Asegurar las manos de la víctima (Fig. 215)
- Colocar una almohadilla bajo la cabeza de la víctima (Fig.216)
- Asegurar la cabeza con cobija o toalla (Fig.217)
- Asegurar la frente (Fig. 218)
- Sacarla del agua (Figuras 219-220)



FIG-211

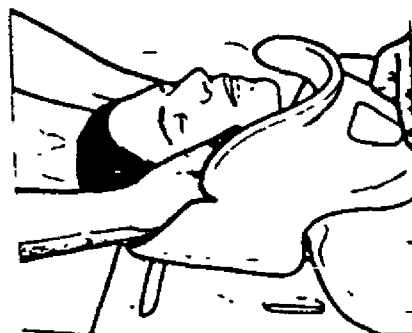


Fig. 212-A

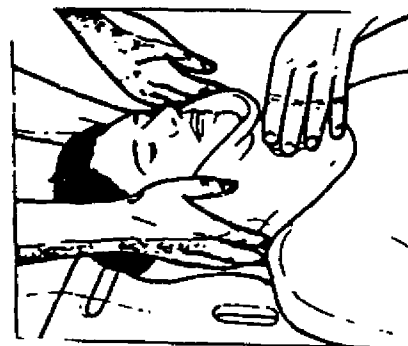


FIG. 212-B



FIG. 213

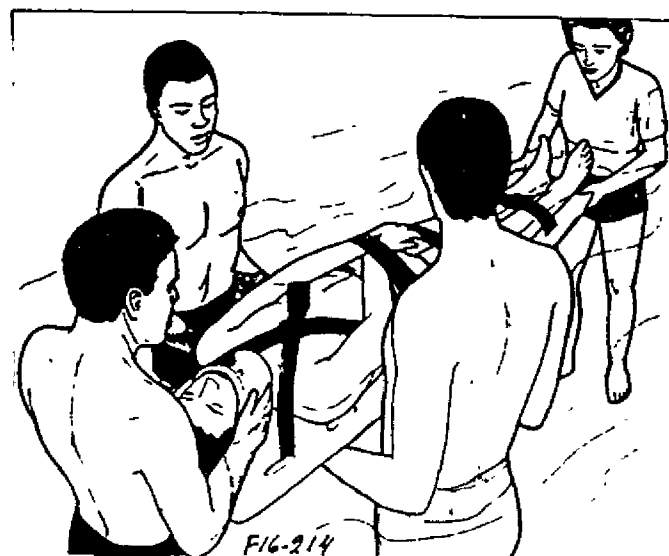


FIG-214

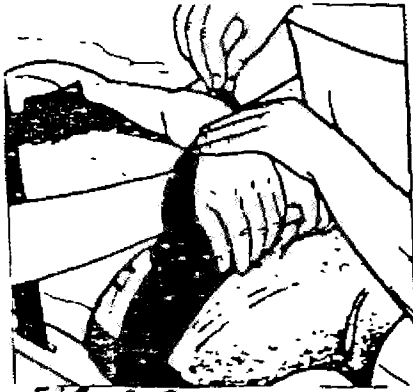


FIG. 215

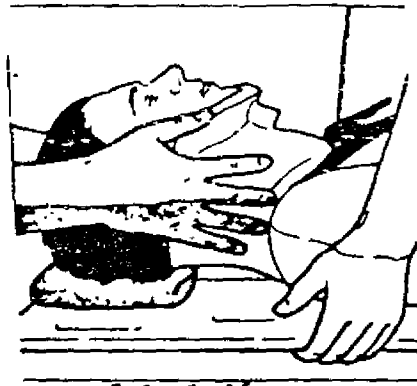


FIG. 216

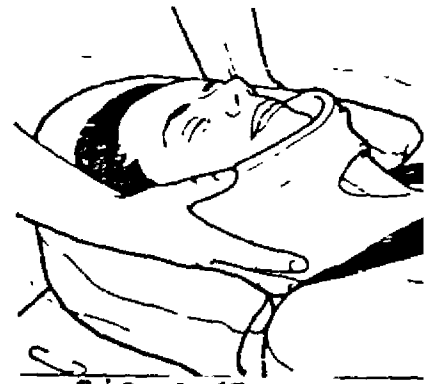


FIG. 217

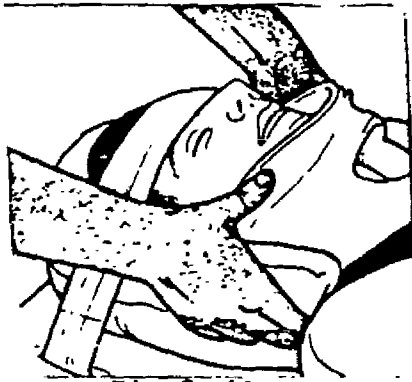


FIG. 218

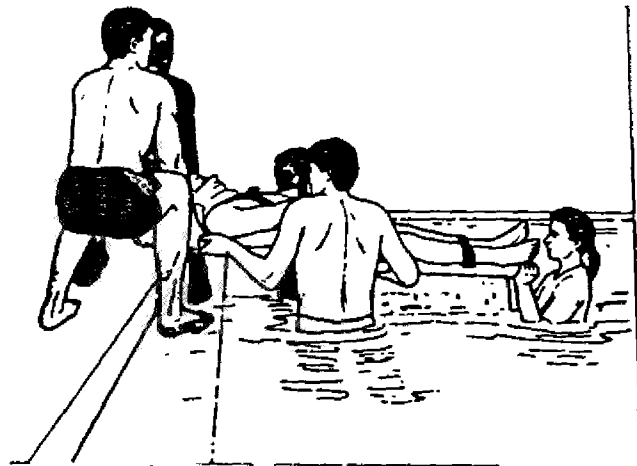


FIG. 219

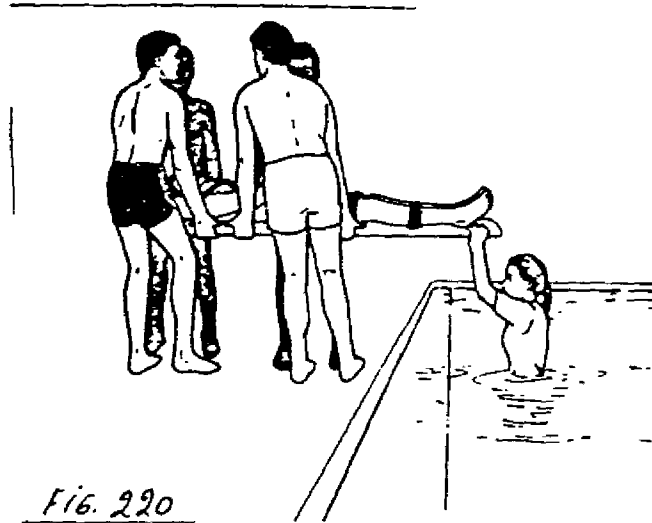


FIG. 220

ESTABILIZACION DE VICTIMAS DE LESIONES DE COLUMNA EN AGUAS PROFUNDAS

Afortunadamente, es raro que una persona sufra una lesión de columna vertebral en aguas profundas. Como los guardavidas no pueden evaluar una fractura de columna, todas las lesiones de cabeza o espalda tienen que ser tratadas como posibles lesiones de columna. Si la lesión ocurre en aguas profundas, traslade la víctima a aguas menos profundas, si es posible.

Los guardavidas de piscinas de zambullidas en aguas profundas deben tener disponibles aletas de natación junto a su silla. Las aletas permitirán que el guardavidas se mueva fácilmente y sostenga en la superficie a la víctima que sospecha tiene una lesión de columna vertebral, hasta que llegue ayuda adicional. Por lo menos cinco auxiliares adicionales son necesarios para proveer apoyo en aguas profundas.