

# Especialidad SOCORRISMO



La obtención del curso de socorrismo de la Cruz Roja o de Protección civil dispensa de estas pruebas.

## Diploma de ayudante-socorrista:

1. Aplicar las principales reglas de seguridad que conciernen a los desplazamientos en la ciudad y en carretera, sólo o en patrulla, a pie, en bicicleta, de día y de noche.
2. Conocer la conducta a seguir en caso de accidente en carretera y las precauciones que hay que tomar para desplazar a un herido.
3. Explicar la composición del botiquín de patrulla. Utilizar los productos sin error, mantener el material y encargarse del botiquín por lo menos un trimestre.
4. Cuidar convenientemente: una herida, una contusión o un golpe, una picadura de insecto, una ampolla y una quemadura ligera.
5. Ser capaz de realizar varios vendajes triangulares y conocer su utilidad.
6. Saber inmovilizar provisionalmente un miembro supuestamente fracturado.
7. Conocer la situación de las principales arterias y saber cómo detener una hemorragia venosa y arterial (puntos de compresión, apósitos, compresas...).
8. Demostrar que se es capaz de levantar, colocar y transportar a un enfermo o un herido con ayuda de uno o varios patrulleros y de instalarlo en un coche o en la cama asegurándose buenas condiciones de seguridad y comodidad (transporte en brazo o sobre la espalda o sobre una camilla).
9. Confeccionar en algunos minutos una camilla improvisada y utilizarla sin riesgo de rotura sobre más de 500 m.
10. Practicar en las mejores condiciones de éxito un método de respiración artificial. Saber encontrar las constantes (pulso y tensión arterial).

## Diploma de ayudante-socorrista náutico (ríos y lagos):

1. Aplicar de manera permanente las principales reglas de seguridad que hay que observar al borde de agua o sobre las embarcaciones.
2. Conocer la conducta que hay que seguir en caso de accidente o de ahogamiento y las precauciones que hay que tomar para garantizarle al herido las mejores condiciones de salvamento (cronología de las acciones, desplazamiento...).
3. Explicar la composición del botiquín de patrulla. Utilizar los productos sin error, mantener el material y encargarse del botiquín.
4. Cuidar convenientemente: una herida, una contusión o un golpe, una picadura de insecto, una ampolla y una quemadura ligera.
5. Ser capaz de realizar varios vendajes triangulares y conocer su utilidad.
6. Saber inmovilizar provisionalmente un miembro supuestamente fracturado.
7. Saber lanzar el salvavidas a 15 m, dos veces consecutivas en menos de 1 minuto.
8. Conocer las reglas de higiene y de salud que hay que aplicar en medio náutico: ropas, alimentación...



## Diploma de ayudante-socorrista en montaña (montaña):

1. Explicar a su cordada la importancia y los medios de prevención de accidentes en montaña (lucha contra el frío, el sol, el cansancio, la altitud, los peligros de la montaña...).

Tener permanentemente un estuche de primeros auxilios. Saber utilizarlo y revisarlo con arreglo a la actividad.

2. El frío:
  - Conocer los efectos del frío y aplicar las protecciones necesarias (buena hidratación, alimentación adaptada, higiene corporal, ropas y equipos correctos).
  - Conocer los síntomas, la evolución de las congelaciones y saber aplicar las medidas que se imponen.
  - Conocer los síntomas y la conducta que hay que tener frente a un enfriamiento generalizado.

3. El Sol:

- Prevenir las afecciones debidas el sol; conocer los efectos de las quemaduras y saber cuidarlos.
- Conocer los primeros signos de una insolación; saber prevenirse o efectuar los primeros cuidados.
- Conocer los síntomas y los cuidados de primera urgencia frente a una oftalmía de las nieves; saber prevenirse.

4. La fatiga:

- Conocer los síntomas y la conducta que hay que tener frente al malestar de altitud.
- Saber detectar los síntomas de un caso de agotamiento y operar los cuidados urgentes.
- Saber remediar y prevenir los calambres y los cansancios.

5. Traumatología:

- Saber cuidar una herida, una ampolla, un hematoma y una hemorragia.
- Conocer el aspecto particular de una fractura y saber inmovilizarla.
- Conocer los síntomas principales de un choque traumático.
- Saber reaccionar frente a una mordedura de serpiente.



## **Diploma de salvador en montaña (montaña):**

1. Explicar a su cordada la obligación moral del salvamento ("asistencia a alguien en peligro"; promesa de servir y de salvar).
2. Conocer las actuaciones de primera urgencia (gestión P.A.S., balance general).
3. Hacer un cuadro para su tropa o su cordada sobre la organización civil de los socorros en montaña (Protección Civil y Guardia Civil).
4. Conocer perfectamente los códigos y las señales de socorro internacionales y convencionales.  
Conocer las diferentes gamas de frecuencia y prefijos de los centros de socorro de montaña y saber pasar un mensaje de peligro (utilizando los transmisores en VHF y el teléfono).
5. Durante una temporada, preparar para su cordada el material de socorro y de señalización con arreglo a la actividad.  
Conocer y saber utilizar el material de evacuación siguiente: trineo desmontable, artolas, camilla...
6. En caso de avalancha poco importante:
  - Saber utilizar el Aparato de Búsqueda de Víctimas en Avalancha y conocer la práctica de búsqueda,
  - Saber materializar los puntos A de alcance de avalancha, el punto B de desaparición, eventualmente V de presunta víctima,
  - Saber efectuar sondeos someros,
  - Saber fijar las indicaciones sobre los lugares donde se encuentran objetos o materiales,
  - Saber jalonar cuidadosamente el itinerario para los futuros socorros.
7. Organizar para su cordada un ejercicio de alerta (en verano e invierno) que incluya una evacuación en montaña.

