

EXAMEN PRÁCTICO:

Rescate en playa con víctima en una distancia total programada de 210 m., con las siguientes partes y criterios de evaluación:

SECUENCIA DE RESCATE	CRITERIOS A EVALUAR
50 m. de carrera en arena hasta el agua.	Sin aletas: Ingreso al agua debe ser con rapidez y la zambullida con el agua a la cadera aproximadamente. Con aletas: Correr con ellas en la mano y ponérselas antes de ingresar al agua, entrando de espaldas hasta la zambullida con el agua a la cadera aproximadamente. Con equipo de apoyo: Antes de la zambullida, lanzar primero el equipo.
75 metros de aproximación a nado hasta el lugar en el donde se encuentra la víctima.	Natación estilo crol siempre con cabeza fuera del agua y sin perder contacto en ningún momento con la víctima.
Control de la víctima.	Sumergirse aproximadamente a 1,5 m. de la víctima y tomarlo por la espalda. (técnica de frente o por detrás en zambullida).
Remolque acuático de la víctima hasta la orilla.	Utilizando cualquier técnica o elemento de rescate, realizando el remolque siempre con la cara de la víctima fuera del agua y su cuerpo lo más horizontal posible.
10 m. de traslado terrestre en arena.	Transporte de la víctima.
Tiempo máximo de la secuencia completa utilizando aletas.	06 minutos.
Tiempo máximo de la secuencia sin uso de aletas.	08 minutos.

Evaluación de una víctima inconsciente, no respira y no tiene pulso:

SECUENCIA DE RCP	CRITERIOS A EVALUAR
A: VÍA AERA PERMEABLE:	Apertura de boca.
	Elevación de mentón y/o tracción de mandíbula.
	Barrido bucal digital de cuerpo extraño.
	Que hacer en caso de vómito de la víctima.
B: VENTILACIÓN:	Mirar expansión torácico.
	Escuchar sonidos de la ventilación.
	Sentir la exhalación de la víctima.
	Efectuar 02 ventilaciones de rescate.
C: CIRCULACIÓN:	Verificar pulso.
RCP	Ubicación del salvavidas.
	Posición de brazos y manos.
	Nº compresiones cardiacas.
	Ritmo del masaje cardiaco.

