

I. DISPOSICIONES GENERALES

MINISTERIO DE LA PRESIDENCIA Y PARA LAS ADMINISTRACIONES TERRITORIALES

- 3194** *Orden PRA/262/2017, de 17 de marzo, por la que se actualizan determinadas cualificaciones profesionales de la familia profesional Actividades Físicas y Deportivas, recogidas en el Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales, establecidas por Real Decreto 295/2004, de 20 de febrero, Real Decreto 1087/2005, de 16 de septiembre, Real Decreto 1521/2007, de 16 de noviembre, y Real Decreto 146/2011, de 4 de febrero.*

La Ley Orgánica 5/2002, de 19 de junio, de las Cualificaciones y de la Formación Profesional, tiene por objeto la ordenación de un sistema integral de formación profesional, cualificaciones y acreditación, que responda con eficacia y transparencia a las demandas sociales y económicas a través de las diversas modalidades formativas. Para ello, crea el Sistema Nacional de Cualificaciones y Formación Profesional, definiéndolo en el artículo 2.1 como el conjunto de instrumentos y acciones necesarios para promover y desarrollar la integración de las ofertas de la formación profesional, a través del Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales, así como la evaluación y acreditación de las correspondientes competencias profesionales, de forma que se favorezca el desarrollo profesional y social de las personas y se cubran las necesidades del sistema productivo.

El Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales, según indica el artículo 7.1, se crea con la finalidad de facilitar el carácter integrado y la adecuación entre la formación profesional y el mercado laboral, así como la formación a lo largo de la vida, la movilidad de los trabajadores y la unidad del mercado laboral. Dicho catálogo está constituido por las cualificaciones identificadas en el sistema productivo y por la formación asociada a las mismas, que se organiza en módulos formativos.

El artículo 5.3 de la Ley Orgánica 5/2002, de 19 de junio, atribuye al Instituto Nacional de Cualificaciones, la responsabilidad de definir, elaborar y mantener actualizado el Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales, en su calidad de órgano técnico de apoyo al Consejo General de la Formación Profesional, cuyo desarrollo reglamentario se recoge en el artículo 9.2 del Real Decreto 1128/2003, de 5 de septiembre, por el que se regula el Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales, estableciéndose en su artículo 9.4, la obligación de mantenerlo permanentemente actualizado mediante su revisión periódica que, en todo caso, deberá efectuarse en un plazo no superior a cinco años a partir de la fecha de inclusión de la cualificación en el catálogo.

Por tanto, la presente orden se dicta en aplicación del Real Decreto 817/2014, de 26 de septiembre, por el que se establecen los aspectos puntuales de las cualificaciones profesionales para cuya modificación, procedimiento de aprobación y efectos es de aplicación el artículo 7.3 de la Ley Orgánica 5/2002, de 19 de junio, de las cualificaciones y de la formación profesional.

Así, en la presente orden se actualizan, por sustitución completa de sus anexos, tres cualificaciones profesionales de la familia profesional Actividades Físicas y Deportivas, que cuentan con una antigüedad en el Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales superior a cinco años, a las que les es de aplicación el Real Decreto 817/2014, de 26 de septiembre. Asimismo, se modifican parcialmente dos cualificaciones profesionales, mediante la sustitución de determinadas unidades de competencia transversales y sus módulos formativos asociados, incluidos en las cualificaciones profesionales actualizadas recogidas en los anexos de esta orden.

En el proceso de elaboración de esta orden han sido consultadas las Comunidades Autónomas y han emitido informe el Consejo General de la Formación Profesional y el Consejo Escolar del Estado.

En su virtud, a propuesta conjunta del Ministro de Educación, Cultura y Deporte y de la Ministra de Empleo y Seguridad Social, dispongo:

Artículo 1. Objeto y ámbito de aplicación.

Esta orden tiene por objeto actualizar determinadas cualificaciones profesionales correspondientes a la familia profesional Actividades Físicas y Deportivas, aplicación del Real Decreto 817/2014, de 26 de septiembre, por el que se establecen los aspectos puntuales de las cualificaciones profesionales para cuya modificación, procedimiento de aprobación y efectos es de aplicación el artículo 7.3 de la Ley Orgánica 5/2002, de 19 de junio, de las cualificaciones y de la formación profesional.

Las cualificaciones profesionales actualizadas por este procedimiento tienen validez y son de aplicación en todo el territorio nacional, y no constituyen una regulación del ejercicio profesional.

Artículo 2. Modificación de dos cualificaciones profesionales de la familia profesional Actividades Físicas y Deportivas, establecidas por Real Decreto 295/2004, de 20 de febrero, por el que se establecen determinadas cualificaciones profesionales que se incluyen en el Catálogo nacional de cualificaciones profesionales, así como sus correspondientes módulos formativos que se incorporan al Catálogo modular de formación profesional.

Conforme a lo establecido en la disposición adicional única del Real Decreto 295/2004, de 20 de febrero, se procede a la actualización de las cualificaciones profesionales cuyas especificaciones están contenidas en los anexos XCVI y XCVII del citado real decreto:

Uno. Se da una nueva redacción al anexo XCVI, Cualificación Profesional «Socorrismo en instalaciones acuáticas». Nivel 2. AFD096_2, que figura como Anexo I de la presente orden.

Dos. Se da una nueva redacción al anexo XCVII, Cualificación Profesional «Acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente». Nivel 3. AFD097_3, que figura como Anexo II de la presente orden.

Artículo 3. Modificación de una cualificación profesional, correspondiente a la Familia profesional Actividades Físicas y Deportivas, establecida por Real Decreto 1087/2005, de 16 de septiembre, por el que se establecen nuevas cualificaciones profesionales, que se incluyen en el Catálogo nacional de cualificaciones profesionales, así como sus correspondientes módulos formativos, que se incorporan al Catálogo modular de formación profesional, y se actualizan determinadas cualificaciones profesionales de las establecidas por el Real Decreto 295/2004, de 20 de febrero.

Conforme a lo establecido en la disposición adicional única del Real Decreto 1087/2005 de 4 de febrero, se procede a la actualización de la cualificación profesional cuyas especificaciones están contenidas en el anexo CLXII del citado real decreto:

Se modifica parcialmente la cualificación profesional, correspondiente a la familia profesional Actividades Físicas y Deportivas, establecida como «Anexo CLXII: Acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. Nivel 3. AFD162_3» sustituyendo respectivamente, la unidad de competencia «UC0273_3: Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario» y el módulo formativo asociado «MF0273_3: Valoración de las capacidades físicas. (150 h)» por la unidad de competencia « UC0273_3: Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario» y el módulo formativo asociado «MF0273_3: Valoración de las capacidades físicas. (150 horas)», correspondientes al anexo II «Acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente. Nivel 3. AFD097_3» de la presente orden.

Artículo 4. *Modificación de una cualificación profesional establecida por Real Decreto 1521/2007, de 16 de noviembre, por el que se complementa el Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales, mediante el establecimiento de cuatro cualificaciones profesionales de la Familia Profesional Actividades Físicas y Deportivas.*

Conforme a lo establecido en la disposición adicional única del Real Decreto 1521/2007, de 16 de noviembre, se procede a la actualización de la cualificación profesional cuyas especificaciones están contenidas en el anexo CCCXL del citado real decreto:

Se da una nueva redacción al anexo CCCXL, Cualificación Profesional «Socorrismo en espacios acuáticos naturales». Nivel 2. AFD340_2, que figura como Anexo III de la presente orden.

Artículo 5. *Modificación de una cualificación profesional establecida por Real Decreto 146/2011, de 4 de febrero, por el que se complementa el Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales, mediante el establecimiento de doce cualificaciones profesionales de la Familia Profesional Actividades Físicas y Deportivas, y se actualizan determinadas cualificaciones profesionales de las establecidas en el Real Decreto 295/2004, de 20 de febrero, en el Real Decreto 1087/2005, de 16 de septiembre, y en el Real Decreto 1521/2007, de 16 de noviembre.*

Conforme a lo establecido en la disposición adicional única del Real Decreto 146/2011, de 4 de febrero, se procede a la actualización de la cualificación profesional cuyas especificaciones están contenidas en el anexo DXI del citado real decreto:

Se modifica parcialmente la cualificación profesional, correspondiente a la familia profesional Actividades Físicas y Deportivas, establecida como «Anexo DXI: Fitness acuático e hidrocinesia. Nivel 3. AFD511_3» sustituyendo respectivamente, la unidad de competencia «UC0273_3: Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario» y el módulo formativo asociado «MF0273_3: Valoración de las capacidades físicas. (150 h)» por la unidad de competencia « UC0273_3: Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario » y el módulo formativo asociado «MF0273_3: Valoración de las capacidades físicas. (150 horas)», correspondientes al anexo II «Acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente. Nivel 3. AFD097_3» de la presente orden.

Disposición final primera. *Título competencial.*

Esta orden se dicta en virtud de las competencias que atribuye al Estado el artículo 149.1.1.^a y 30.^a de la Constitución, sobre regulación de las condiciones básicas que garanticen la igualdad de todos los españoles en el ejercicio de los derechos y en el cumplimiento de los deberes constitucionales, y para la regulación de las condiciones de obtención, expedición y homologación de los títulos académicos y profesionales.

Disposición final segunda. *Entrada en vigor.*

La presente orden entrará en vigor el día siguiente al de su publicación en el «Boletín Oficial del Estado».

Madrid, 17 de marzo de 2017.–La Vicepresidenta del Gobierno y Ministra de la Presidencia y para las Administraciones Territoriales, Soraya Sáenz de Santamaría Antón.

ANEXO I

CUALIFICACIÓN PROFESIONAL: SOCORRISMO EN INSTALACIONES ACUÁTICAS

Familia Profesional: Actividades Físicas y Deportivas

Nivel: 2.

Código: AFD096_2.

Competencia general:

Vigilar por la seguridad de los usuarios en zonas de baño de piscinas e instalaciones acuáticas, de forma autónoma o integrado en un equipo de rescate o socorrismo, velando por su integridad física, previniendo situaciones potencialmente peligrosas, realizando una vigilancia permanente y eficiente e interviniendo ante un accidente o situación de emergencia de forma eficaz.

Unidades de competencia:**UC0269_2:** Ejecutar técnicas específicas de natación con eficacia y seguridad.**UC0270_2:** Prevenir accidentes o situaciones de emergencia en instalaciones acuáticas, velando por la seguridad de los usuarios.**UC0271_2:** Rescatar personas en caso de accidente o situación de emergencia en instalaciones acuáticas.**UC0272_2:** Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.**Entorno Profesional:****Ámbito Profesional:**

Desarrolla su actividad profesional en el área de gestión de servicios de deporte, ocio y turismo, dedicada a la prevención y recuperación, en entidades de naturaleza pública o privada, empresas de tamaño pequeño y mediano, tanto por cuenta propia como ajena, con independencia de su forma jurídica. Desarrolla su actividad dependiendo, en su caso, funcional y/o jerárquicamente de un superior. Puede tener personal a su cargo en ocasiones, por temporadas o de forma estable. En el desarrollo de la actividad profesional se aplican los principios de accesibilidad universal y diseño universal o diseño para todas las personas de acuerdo con la normativa aplicable.

Sectores productivos:

Se ubica en los sectores del deporte, ocio y turismo.

Ocupaciones y puestos de trabajo relevantes:

Los términos de la siguiente relación de ocupaciones y puestos de trabajo se utilizan con carácter genérico y omnicomprensivo de mujeres y hombres.

Bañistas-socorristas

Socorristas en piscinas

Socorristas en parques acuáticos

Socorristas en piscinas naturales

Formación asociada (360 horas).**Módulos formativos:****MF0269_2:** Natación (120 horas).**MF0270_2:** Prevención de accidentes en instalaciones acuáticas (90 horas).**MF0271_2:** Rescate de accidentados en instalaciones acuáticas (90 horas).**MF0272_2:** Primeros auxilios (60 horas).

Unidad de competencia 1: Ejecutar técnicas específicas de natación con eficacia y seguridad

Nivel: 2.

Código: UC0269_2.

Realizaciones profesionales y criterios de realización:

RP 1: Ejecutar las habilidades y destrezas básicas acuáticas para dominar las conductas motrices en el medio y ajustarlas a los modelos técnicos de referencia.

CR 1.1 Las técnicas de zambullida se utilizan de forma eficaz, alcanzando un avance significativo y manteniendo la orientación en el medio acuático.

CR 1.2 La inmersión cuando lo requiere, se realiza con la profundidad que permite acceder al suelo de cualquier instalación acuática.

CR 1.3 Las técnicas de flotación en el medio acuático se utilizan, alternándolas de forma fluida, permitiendo la observación y orientación en el entorno.

CR 1.4 Los giros en los tres ejes dentro del medio acuático se realizan manteniendo la flotación, la orientación y permitiendo la observación del entorno.

RP 2: Ejecutar las técnicas específicas de los estilos de nado adaptándose a las condiciones del medio y ajustarlos a los modelos técnicos de referencia.

CR 2.1 El material e indumentaria se seleccionan en función de las condiciones del medio acuático, de temperatura, instalación y condiciones de las aguas, entre otros.

CR 2.2 Los estilos y desplazamientos en el medio acuático (crol, espalda, braza y sus técnicas específicas), se realizan ajustándose a los modelos para conseguir fluidez y eficacia.

CR 2.3 Las técnicas específicas de estilo crol, espalda y braza, se ejecutan con el material auxiliar como aletas y palas, entre otros, adaptándolas durante el desplazamiento en el medio acuático, para conseguir fluidez y eficacia.

CR 2.4 Las técnicas de respiración se realizan, adaptándolas al estilo de nado, material auxiliar y condiciones del medio acuático, para conseguir fluidez y eficacia.

RP 3: Ejecutar desplazamientos en el medio acuático adaptándose a las condiciones del medio, materiales auxiliares y situaciones de apnea, y ajustarlos a los modelos técnicos de referencia.

CR 3.1 Los desplazamientos en el medio acuático según el estilo crol, espalda y braza, se realizan ajustándose a los modelos técnicos de referencia, para conseguir fluidez y eficacia.

CR 3.2 La técnica de respiración se adapta a la forma de desplazamiento empleado, al material auxiliar como aletas, palas, entre otros y esfuerzo físico solicitado, para conseguir fluidez y eficacia.

CR 3.3 El desplazamiento a media distancia en estilo libre, se realiza, con una velocidad constante en un tiempo máximo de cuatro minutos quince segundos, ajustándolo a las condiciones del medio, para conseguir fluidez y eficacia realizando 200 metros.

CR 3.4 El desplazamiento en larga distancia con y sin vestimenta no específica acuática y material auxiliar, se ejecuta manteniendo la velocidad, orientación y eficacia, ajustándose a los modelos técnicos de referencia.

CR 3.5 El desplazamiento en larga distancia en situaciones de apnea prolongada, se ejecuta manteniendo la velocidad, resistencia y orientación, ajustándose a los modelos técnicos de referencia.

Contexto profesional:**Medios de producción:**

Instalación acuática. Materiales específicos: bañador, gorro, trajes de neopreno, gafas, entre otros. Materiales de propulsión: aletas, palas, entre otros. Materiales específicos del aprendizaje y entrenamiento de la natación: tablas, pulsómetro, cronómetro, entre otros.

Productos y resultados:

Ejecución de las habilidades y destrezas básicas acuáticas para dominar las conductas motrices en el medio y ajustarlas a los modelos técnicos de referencia. Ejecución de las técnicas específicas de los diferentes estilos de nado adaptándose a las condiciones del medio, ajustándolas a los modelos técnicos de referencia. Ejecución de desplazamientos en el medio acuático adaptándose a las condiciones del medio, materiales auxiliares y situaciones de apnea.

Información utilizada o generada:

Manuales de iniciación a la natación. Videos de modelos técnicos. Revistas y libros especializados. Reglamentos de la modalidad de natación. Guías y normativa para la acción preventiva. Protocolos de seguridad.

Unidad de competencia 2: Prevenir accidentes o situaciones de emergencia en instalaciones acuáticas, velando por la seguridad de los usuarios

Nivel: 2.

Código: UC0270_2.

Realizaciones profesionales y criterios de realización:

RP 1: Revisar la instalación acuática, los medios materiales y su operatividad, en consonancia con el protocolo de la entidad y observando las medidas de prevención de riesgos, efectuando las operaciones auxiliares de mantenimiento y reparación que permitan su uso según la normativa aplicable en instalaciones acuáticas.

CR 1.1 Las instalaciones se revisan antes de su utilización, comprobando su operatividad y adaptación de las características individuales de los participantes, identificando los peligros y proponiendo medidas para su prevención.

CR 1.2 Los medios de comunicación de incidencias se comprueban, verificando que están operativos y accesibles para poder solicitar ayuda inmediata en caso de producirse alguna situación de emergencia.

CR 1.3 Los medios materiales y de apoyo para realizar la actividad profesional:

- Se identifican y revisan comprobando que están en las condiciones de uso previstas.
- Se colocan y distribuyen, para su disponibilidad antes del comienzo de la jornada.
- Se recogen y guardan, en los lugares indicados asegurando su conservación y seguridad.

CR 1.4 La hoja de control de mantenimiento para las comprobaciones rutinarias se cumplimenta y se entrega al departamento o persona responsable, para su control y gestión.

CR 1.5 Las incidencias, fallos y desperfectos de instalaciones y medios materiales encontrados, susceptibles de reparación inmediata, se resuelven in situ, para asegurar la disponibilidad de uso.

CR 1.6 Los accesos, zonas de recepción y vías de evacuación se revisan de manera periódica siguiendo el protocolo de la entidad, para mantenerlos acondicionados y despejados permitiendo su uso inmediato.

CR 1.7 Los puestos, lugares, zonas, recorridos y rotaciones de vigilancia, se establecen, de forma coordinada previo análisis de la instalación y sus características, para proporcionar la seguridad de toda la instalación.

CR 1.8 El puesto de vigilancia se comprueba que esté dotado del material como sombrilla, silla, prismáticos, entre otros, y que se encuentra en condiciones de uso, reduciendo y previniendo los posibles riesgos laborales.

RP 2: Informar al usuario de las normas a cumplir en la instalación, para garantizar la convivencia y la seguridad, aplicando técnicas de comunicación eficaces.

CR 2.1 La información en la instalación se transmite, indica y señala utilizando recursos audiovisuales y gráficos para sensibilizar sobre los riesgos potenciales y la forma de evitarlos.

CR 2.2 Las normas de la instalación acuática se comunican a sus usuarios, y se adaptan a sus posibilidades de percepción e interpretación para mantener una relación positiva con el mismo y asegurar la comprensión.

CR 2.3 Los posibles riesgos y formas de evitarlos se explican a los usuarios manteniendo una actitud de comunicación y compromiso con las necesidades de informar, divulgar y prevenirlos.

CR 2.4 El trato y comunicación con los usuarios se realiza con respeto y fluidez usando técnicas de comunicación verbal o gestual, atendiendo con un trato diligente, cortés y eficaz, resolviendo sus demandas y reclamaciones en el tiempo necesario y adecuado.

CR 2.5 Los conflictos que surgen se resuelven aplicando las estrategias y habilidades sociales adaptadas a la situación, cumpliendo y respetando las normas establecidas por la entidad.

CR 2.6 La conservación y respeto de los espacios y elementos naturales se consigue informando y concienciando a los usuarios de las consecuencias de las conductas negativas e irrespetuosas, sensibilizándoles al respecto.

CR 2.7 El informe o parte de actuación correspondiente, se registra por el procedimiento establecido permitiendo el almacenamiento y posterior recuperación de la información contenida en ellos.

CR 2.8 Los simulacros de intervención ante accidentes o situaciones de emergencia con los materiales específicos, se realiza de forma periódica según las instrucciones de la entidad, para proporcionar la seguridad al usuario.

RP 3: Vigilar el área designada de forma sistemática y periódica para anticiparse al accidente o situación de emergencia y mantener las condiciones de seguridad.

CR 3.1 La ubicación del técnico durante la vigilancia se selecciona una vez analizada la instalación acuática y las características de sus usuarios, permitiendo controlar visualmente en especial aquellos que supongan un riesgo como niños, mayores, personas con discapacidad, para conseguir:

- La seguridad de la actividad, anticipándose a las posibles contingencias y poniendo especial atención a los síntomas de fatiga aguda que puedan presentarse.
- La eficiencia en sus intervenciones.

CR 3.2 Los factores de riesgo como fondos, niveles, olas, tormentas eléctricas, implementos de juego, materiales de nado, entre otros, se controlan de forma periódica.

CR 3.3 La comunicación con los miembros del equipo se establece de forma periódica, comprobando su funcionamiento y buscando la participación y compromiso de todos.

CR 3.4 La rotación entre los socorristas, los puestos y funciones que desempeñan, se realiza de forma periódica, según el protocolo establecido por la entidad, manteniendo la atención en la labor de vigilancia.

CR 3.5 Los recorridos periódicos y sistemáticos con el equipo de salvamento por la zona de baño, se realizan, según el protocolo establecido, para mantener la vigilancia de todas las zonas.

CR 3.6 Las condiciones del agua como salubridad, temperatura, entre otros, se identifican, informando al responsable de la entidad, para la toma de decisión en relación a un posible cierre o cese de la actividad en la instalación acuática.

CR 3.7 Las condiciones ambientales y atmosféricas como tormentas eléctricas, entre otros, se valoran, en relación con los riesgos que conllevan para los usuarios e informando, en su caso, al responsable de la entidad para tomar la decisión ajustada a la situación, y en su caso, el cese temporal de actividad en la instalación.

CR 3.8 Las contingencias que se presentan en relación al material, al medio y a los usuarios, e incidencias y conflictos graves, se solucionan con presteza dirigiéndose con indicaciones claras sobre las acciones y el comportamiento a seguir, y en su caso, informando a la autoridad competente en materia de orden público y/o demandando su servicio en la instalación.

RP 4: Preparar el material y equipamiento de uso personal en el desarrollo de la vigilancia, para prevenir los riesgos durante la actividad profesional.

CR 4.1 Las cremas protectoras solares se aplican de forma sistemática y continuada, con especial insistencia en las zonas expuestas al sol como cara, nariz, orejas, labios, brazos, hombros, pies y piernas.

CR 4.2 Las prendas de vestir apropiadas a la temperatura ambiente se utilizan con el objeto de proteger las zonas sensibles a la exposición solar.

CR 4.3 Las gafas de sol se utilizan de forma sistemática y continuada durante las labores de vigilancia, en especial en los momentos de observación hacia láminas de agua.

CR 4.4 El calzado según la superficie de la orilla se utiliza de forma sistemática para evitar deslizamientos, lesiones y/o el contacto con posibles agentes infecciosos.

Contexto profesional:

Medios de producción:

Instalación acuática. Materiales personales: bañador, gorro, gafas y otros. Materiales de socorrismo. Material diverso de ayuda a la flotabilidad, aletas, palas, maniqués, tubos de rescate, tabla de salvamento, banderas de señalización. Medios y sistemas de vigilancia. Medios y materiales para el entrenamiento preventivo: instalación acuática, maniquí de remolque y de reanimación, aletas, lastres, camillas.

Productos y resultados:

Instalación y materiales específicos revisados. Usuario informado de las normas en la instalación, para garantizar la convivencia y la seguridad. Área designada vigilada. Anticipación al accidente o situación de emergencia. Material y equipamiento de uso personal seleccionado.

Información utilizada o generada:

Manuales de salvamento y socorrismo acuático. Revistas y libros especializados. Guías y normativa para la acción preventiva. Protocolos de seguridad. Normativa aplicable sobre centros de actividades acuáticas e instalaciones naturales. Parámetros físico-químicos de las condiciones higiénico-sanitarias de la instalación. Partes de actuación. Carteles, trípticos informativos.

Unidad de competencia 3: Rescatar personas en caso de accidente o situación de emergencia en instalaciones acuáticas

Nivel: 2.

Código: UC0271_2.

Realizaciones profesionales y criterios de realización:

RP 1: Identificar los signos que indiquen problemas en el avance, flotabilidad o nado con riesgo real del usuario, considerando las condiciones de la situación, para decidir la intervención inmediata de acuerdo al protocolo establecido.

CR 1.1 Los signos que evidencian problemas de flotabilidad o avance en el agua durante el nado y situaciones de emergencia se identifican para una probable intervención o rescate al usuario.

CR 1.2 Las circunstancias en las que se ha originado el accidente o situación de emergencia, se identifican, valorando la gravedad de la situación para su intervención directa o comunicación a los servicios de emergencia.

CR 1.3 La decisión se toma con presteza y diligencia, tras analizar la situación globalmente, teniendo en cuenta los recursos disponibles, solicitando cuantas ayudas sean necesarias ante una situación de emergencia.

CR 1.4 Las indicaciones sobre las acciones y el comportamiento a seguir en situaciones de emergencia, se transmiten a los usuarios de forma clara y precisa, proporcionando confianza, seguridad y desdramatizando la situación.

CR 1.5 Los recursos disponibles se seleccionan según la situación, valorando la oportunidad e idoneidad en relación a las condiciones del medio, instalación y accidentado, para realizar la intervención.

CR 1.6 La valoración de los riesgos laborales se estima según el protocolo y guía para la acción preventiva de la entidad, identificándolos e informando de los resultados al departamento o persona responsable para que sean minimizados dentro de los márgenes tolerables.

RP 2: Efectuar la entrada, aproximación, control, remolque y extracción del accidentado, trasladando a la víctima según su estado y la instalación acuática, para su rescate.

CR 2.1 El lugar y la forma de entrada al agua se realiza en función de la situación y las condiciones del entorno, evitando perder de vista al accidentado y teniendo en cuenta accesibilidad, proximidad de la víctima, entorno y medio acuático.

CR 2.2 Las técnicas específicas y los medios de rescate a víctimas traumáticas o con lesión de columna, se seleccionan de acuerdo a la eventualidad y según el protocolo establecido, para prevenir otras lesiones, facilitar el traslado y aplicar los primeros auxilios durante el mismo.

CR 2.3 Las técnicas de aproximación a la víctima se aplican en función del entorno y de las condiciones del medio acuático, portando el material específico o auxiliar seleccionados y sin perder de vista al accidentado, para acceder a la víctima con el menor riesgo tanto para él como el propio técnico.

CR 2.4 El contacto con el accidentado se realiza evitando la posibilidad de agarre de la víctima, y utilizando técnicas de zafaduras en caso necesario, para su rescate.

CR 2.5 Las técnicas de buceo se realizan evitando ponerse en peligro a sí mismo, para recuperar a la víctima y sacarlo a la superficie.

CR 2.6 Las técnicas de control y remolque o arrastre de la víctima se aplican manteniéndole las vías respiratorias fuera del agua y en función de la propia víctima, el material específico y/o auxiliar.

CR 2.7 La extracción del accidentado del agua se realiza en función de sus características, las del entorno y las del rescatador valorando las posibles lesiones

vertebrales del accidentado según el protocolo establecido, para prevenir riesgos durante el rescate.

CR 2.8 Las técnicas de extracción se adaptan y los medios se eligen, cuando se detecta una posible dolencia en la columna vertebral, realizándose la extracción de forma coordinada por el equipo de socorristas o equipo de emergencias, mostrando un claro compromiso con la seguridad de la víctima.

RP 3: Aplicar técnicas de comunicación con el accidentado, con los equipos que intervienen en la situación de emergencia, presentes ocasionales y con los acompañantes de la víctima, para proporcionar seguridad y confianza durante la asistencia.

CR 3.1 Las indicaciones sobre las acciones y comportamiento de los usuarios de la instalación acuática y presentes ocasionales, en la situación de emergencia, se realizan, utilizando las técnicas de comunicación adaptadas a las características de la situación para que no se interfiera en la atención al accidentado.

CR 3.2 La comunicación y actuación con los miembros del equipo de trabajo, trabajadores de la instalación y equipos de emergencia, se realiza, de manera coordinada según el protocolo establecido para evacuar o atender a los accidentados.

CR 3.3 La ayuda ante una situación de emergencia, se solicita, utilizando los aparatos de comunicación disponibles, según las pautas y protocolos establecidos para proceder al rescate o traslado de la víctima.

CR 3.4 Las instrucciones al accidentado se realizan aplicando las técnicas de comunicación para infundirle tranquilidad y seguridad y que no dificulte su rescate.

CR 3.5 Las técnicas de comunicación con el accidentado se aplican de forma persuasiva y tranquilizadora, obteniendo datos sobre la causa del accidente, e informándole de los métodos de intervención que se realizan.

CR 3.6 Las técnicas de comunicación con los acompañantes del accidentado se aplican de manera tranquilizadora para informarles de su estado y en su caso del traslado de la víctima.

Contexto profesional:

Medios de producción:

Medios de socorro profesionales. Materiales específicos y auxiliares para el control y traslado en el agua del accidentado. Materiales auxiliares para inmovilizar y transportar al accidentado. Botiquín. Medios y sistemas de comunicación.

Productos y resultados:

Identificación de los signos que indiquen problemas en el avance, flotabilidad o nado con riesgo real del usuario. Aproximación, control, remolque y extracción de la víctima. Comunicación con el accidentado, con los equipos que intervienen en la situación de emergencia, presentes ocasionales y con los acompañantes de la víctima. Selección de medios y materiales específicos de rescate. El traslado del accidentado en el medio acuático.

Información utilizada o generada:

Protocolos de socorrismo acuático. Manuales de socorrismo acuático. Normativa aplicable sobre responsabilidad civil. Informes o partes de actuación. Videos de modelos técnicos. Revistas y libros especializados en cualquier formato. Guías y normativa para la acción preventiva. Documentación técnica de equipos y medios materiales.

Unidad de competencia 4: Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia

Nivel: 2.

Código: UC0272_2.

Realizaciones profesionales y criterios de realización:

RP 1: Buscar signos de alteraciones orgánicas según los protocolos establecidos, para la valoración inicial del accidentado, como primer interviniente.

CR 1.1 La señalización y el balizamiento según lo establecido, se realizan utilizando los elementos disponibles para acotar el lugar de la emergencia.

CR 1.2 La información sobre el estado del accidentado y las causas del accidente se recaba, estableciendo comunicación cuando es posible, con el mismo o con los posibles testigos y asistentes ocasionales al suceso, para valorar la situación inicial.

CR 1.3 Las técnicas de valoración con ligeros zarandeos en los hombros y toques en las mejillas, se efectúan, para valorar el nivel de consciencia del accidentado.

CR 1.4 La observación de los movimientos del pecho y la emisión de sonidos y aliento acercándose a su cara, se efectúa, para comprobar la respiración del accidentado.

CR 1.5 El estado de la circulación sanguínea se comprueba, mediante la observación del ritmo respiratorio del accidentado y movimientos de sus miembros.

CR 1.6 Los mecanismos de producción del traumatismo se identifican para buscar las posibles lesiones asociadas.

CR 1.7 Los elementos de protección individual se utilizan para prevenir riesgos laborales durante la asistencia al accidentado.

CR 1.8 El servicio de atención de emergencias, se contacta, para informar de los resultados de la valoración inicial realizada, comunicando la información recabada, consultando las maniobras que se vayan a aplicar y solicitando otros recursos que pudiesen ser necesarios.

RP 2: Asistir al accidentado con maniobras de soporte ventilatorio y/o circulatorio básico, para mantener o recuperar las constantes vitales, conforme a protocolos establecidos.

CR 2.1 La asistencia inicial a personas en situación de compromiso ventilatorio y/o cardiocirculatorio, se presta, ejerciendo vigilancia y seguimiento constante para detectar cualquier cambio significativo en la situación de partida.

CR 2.2 La apertura, limpieza y desobstrucción de la vía aérea ante un obstáculo o cuerpo extraño, se realiza, mediante las técnicas manuales o aspirador según la situación, conforme a protocolos establecidos, para asegurar la ventilación.

CR 2.3 La permeabilidad de la vía aérea en accidentados inconscientes se preserva, mediante la aplicación de la técnica postural que la asegure, para preservar la ventilación.

CR 2.4 Las técnicas ventilatorias con balón resucitador manual y/u oxígeno se seleccionan, conforme a protocolos establecidos, para permitir una ventilación artificial del accidentado ante evidentes signos de hipoxia.

CR 2.5 Las técnicas de reanimación cardio-respiratoria se aplican, conforme a protocolos establecidos, ante una situación de parada cardio-respiratoria, para recuperar las constantes vitales.

CR 2.6 El desfibrilador semiautomático, en caso de necesidad, se utiliza para la reanimación del accidentado, conforme a la normativa aplicable y protocolos establecidos.

CR 2.7 Las técnicas de hemostasia ante hemorragias externas se aplican para impedir un shock hipovolémico.

CR 2.8 Las técnicas posturales, se aplican, cuando el accidentado se encuentra en situación de compromiso ventilatorio o presenta signos evidentes de «shock», para evitar aspiraciones de vómitos, obstrucciones y favorecer la respiración.

RP 3: Prestar la atención inicial al accidentado, aplicando los primeros auxilios iniciales en situaciones de emergencia que no impliquen una parada cardio-respiratoria, para mantener las constantes vitales según el protocolo establecido.

CR 3.1 La apertura de la vía aérea se realiza, mediante la maniobra frente-mentón para evitar el taponamiento de la laringe por la lengua.

CR 3.2 La alineación manual de la columna cervical se realiza ante existencia de una lesión para protegerla y minimizar los riesgos de una mayor.

CR 3.3 La atención específica a accidentados que han sufrido lesiones por agentes mecánicos, físicos o químicos se presta, aplicando las técnicas para cada situación conforme a protocolos establecidos.

CR 3.4 La atención específica a la parturienta ante una situación de parto inminente se presta, conforme al protocolo de actuación establecido, transmitiendo tranquilidad y serenidad.

CR 3.5 La atención específica indicada a las personas con crisis convulsivas, se presta, para minimizar posibles riesgos de lesiones físicas, conforme a protocolos establecidos.

CR 3.6 La atención específica indicada a las personas con atragantamiento, se presta, discriminando los casos especiales de embarazadas, personas obesas y niños conforme a protocolos establecidos, transmitiendo tranquilidad y serenidad.

CR 3.7 La atención específica indicada a las personas con quemaduras, se presta, conforme a protocolos establecidos y se coloca en posición antishock ante una quemadura de gran extensión, para minimizar riesgos.

CR 3.8 La atención específica indicada a las personas con hemorragia, se presta, conforme a protocolos establecidos para evitar una lipotimia.

RP 4: Aplicar las técnicas de movilización e inmovilización al accidentado, y en su caso interviniendo con los primeros auxilios, para asegurar el posible traslado.

CR 4.1 El lugar de seguridad se selecciona, conforme a protocolos establecidos, para colocar al accidentado hasta la llegada de los servicios sanitarios de emergencia y minimizar los riesgos.

CR 4.2 Las técnicas de movilización e inmovilización se aplican para colocar al accidentado en una posición anatómica no lesiva hasta que acudan a la zona los servicios sanitarios de emergencia o para proceder a su traslado en caso necesario.

CR 4.3 Las técnicas posturales, se aplican, cuando el accidentado se encuentra en situación de compromiso ventilatorio o presenta signos evidentes de «shock», para minimizar riesgos.

CR 4.4 Los tipos de accidentados y lesiones, se discriminan, para intervenir en aquellos casos que no precisen de otros profesionales.

CR 4.5 Las técnicas de intervención de primeros auxilios con los accidentados inmovilizados, se discriminan, para aplicar aquellas propias de un técnico de nivel como primer interviniente, en función de la gravedad y los tipos de lesiones o proceder inmediatamente a su traslado.

RP 5: Intervenir con técnicas de comunicación y apoyo emocional al accidentado, familiares e implicados en la situación de urgencia siguiendo los protocolos establecidos, para facilitar la asistencia, traslado y minimizar los riesgos.

CR 5.1 Los signos de ataque de pánico, ansiedad y/o estrés de la víctima motivado por el accidente, se identifican observando el aumento del ritmo cardíaco, palmas sudorosas, dificultad para respirar, sensación subjetiva de ataque cardíaco, y

sentimientos de temor para aplicar las técnicas de apoyo emocional hasta su traslado, siguiendo los protocolos establecidos.

CR 5.2 La comunicación del accidentado con su familia se facilita, desde la toma de contacto hasta su traslado, atendiendo, en la medida de lo posible, a sus requerimientos.

CR 5.3 La información a familiares, accidentado o persona relacionada, se realiza de manera respetuosa e infundiendo confianza, sobre aquellas cuestiones que se puedan plantear dentro de sus competencias.

CR 5.4 Los familiares de los accidentados, se atienden, para ofrecerles información sobre las cuestiones que puedan plantear dentro de sus competencias.

CR 5.5 La solicitud de información por parte de la familia de los accidentados se atiende para ofrecerles datos sobre las cuestiones que puedan plantear dentro de sus competencias.

Contexto profesional:

Medios de producción:

Material de movilización e inmovilización. Material electromédico. Botiquín. Equipo de oxigenoterapia. Desfibrilador semiautomático. Equipo de protección individual. Sistema de comunicación. Kit de organización en catástrofe. Protocolos de actuación. Material de señalización y balizamiento. Material de autoprotección.

Productos y resultados:

Signos de alteraciones orgánicas detectados como primer interviniente. Aplicación de las técnicas de soporte ventilatorio y/o circulatorio básicas. Atención inicial y primeros auxilios básicos iniciales en situaciones de emergencia que no impliquen una parada cardio-respiratoria. Técnicas de movilización e inmovilización al accidentado aplicadas para asegurar el posible traslado. Intervención con técnicas de comunicación y apoyo emocional al accidentado, familiares e implicados en la situación de urgencia. Comunicación con los servicios de atención de emergencias. Intervención a su nivel en situaciones de emergencias colectivas y catástrofes.

Información utilizada o generada:

Manuales de primeros auxilios. Revistas y bibliografía especializada. Protocolos de actuación. Informes.

Módulo formativo 1: Natación

Nivel: 2.

Código: MF0269_2.

Asociado a la UC: Ejecutar técnicas específicas de natación con eficacia y seguridad.

Duración: 120 horas.

Capacidades y criterios de evaluación:

C1: Dominar habilidades y destrezas básicas en el medio acuático, demostrando capacidad de combinación de las mismas para reproducir los gestos propios de la natación.

CE1.1 Mantener en flotación dinámica durante 30 segundos realizando dos giros completos alrededor del eje longitudinal del cuerpo.

CE1.2 Realizar dos giros consecutivos alrededor del eje transversal del cuerpo, manteniendo la cabeza dentro del agua.

CE1.3 Realizar una inmersión para recoger un objeto situado a más de 2 metros de profundidad.

CE1.4 Realizar la entrada en el agua de cabeza y pies, situado en la orilla de la piscina, controlando la profundidad que se alcanza durante la zambullida.

C2: Dominar técnicas específicas de nado en el medio acuático demostrando capacidad de combinación de las mismas para reproducir las acciones integrales de la natación.

CE2.1 Realizar 200 metros de nado alternando los estilos de braza, crol y espalda, nadando un mínimo de 50 metros en cada estilo, realizando la respiración por los dos lados de forma alternativa en el estilo crol y nadando de forma continua y fluida.

CE2.2 Realizar 300 metros de nado con aletas en un tiempo máximo de cinco minutos y treinta segundos, coordinando la respiración y los movimientos y nadando de forma continua y fluida.

CE2.3 Realizar 100 metros de nado con material auxiliar, alternando los movimientos aislados de brazos de espalda, piernas de braza y piernas de mariposa durante al menos 25 metros consecutivos cada uno de ellos.

C3: Realizar desplazamientos en el medio acuático con niveles de velocidad y resistencia.

CE3.1 Realizar 200 metros de nado, en estilo libre, en un tiempo máximo de cuatro minutos quince segundos.

CE3.2 Realizar 100 metros de nado, en estilo libre, en un tiempo máximo de un minuto cincuenta segundos.

CE3.3 Bucear sobre una distancia de 25 metros (apnea continua), recogiendo diez aros del fondo, distribuidos en zig-zag a lo largo de una calle de la piscina, colocados cada dos metros, a partir de cinco metros de la salida.

Capacidades cuya adquisición debe ser completada en un entorno real de trabajo:

C1 completa; C2 completa; C3 completa.

Otras capacidades:

Demostrar un buen hacer profesional.

Finalizar el trabajo atendiendo a criterios de idoneidad, rapidez, economía y eficacia.

Tratar al cliente con cortesía, respeto y discreción.

Demostrar interés por el conocimiento amplio de la organización y sus procesos.

Participar y colaborar activamente en el equipo de trabajo.

Actuar con rapidez en situaciones problemáticas y no limitarse a esperar.

Contenidos:

1. Adaptación al medio acuático. Prácticas de habilidades y destrezas básicas:

Respiración.

Zambullidas e inmersiones.

Apneas.

Flotación y equilibrios.

Giros.

Combinaciones de habilidades.

2. Técnicas básicas en los 4 estilos:

Posición y respiración.

Movimiento de brazos.

Movimiento de piernas.

Coordinación.

3. Ejecución práctica de nado para el desarrollo de la resistencia en el medio acuático:

Cadencia de movimiento o ritmo/velocidad de ejecución (b/p/m).

Tamaño (sección transversal) de los dispositivos acuáticos que aumentan la fuerza de arrastre: guantes, tablas y/o aletas.

Longitud del brazo de palanca de la extremidad que ejerce resistencia en el agua.

Posición hidrodinámica del segmento movilizado y los dispositivos acuáticos utilizados.

Repeticiones y series en función del objetivo programado.

4. Ejecución práctica de nado para el desarrollo de la velocidad de nado:

Tipo de ejercicios: en seco o en agua.

Mejorar la velocidad de gestos técnicos competitivos: salida, nado, virajes.

Mejora de la velocidad de reacción o de fuerza velocidad: en agua, en seco.

Entrenamiento de velocidad analítico: tiempo de reacción, fuerza de impulso, entre otros.

Entrenamiento de velocidad sintético: mejora global de las manifestaciones de velocidad.

Parámetros de contexto de la formación:**Espacios e instalaciones:**

Los espacios e instalaciones darán respuesta, en forma de aula, aula-taller, taller de prácticas, laboratorio o espacio singular, a las necesidades formativas, de acuerdo con el Contexto Profesional establecido en la Unidad de Competencia asociada, teniendo en cuenta la normativa aplicable del sector productivo, prevención de riesgos laborales, salud laboral, accesibilidad universal, diseño universal o diseño para todas las personas y protección medioambiental.

Perfil profesional del formador o formadora:

1. Dominio de los conocimientos y las técnicas relacionados con la ejecución de técnicas específicas de natación con eficacia y seguridad, que se acreditará mediante una de las dos formas siguientes:

- Formación académica de nivel 1 (Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior) o de otras de superior nivel relacionadas con el campo profesional.
- Experiencia profesional de un mínimo de 3 años en el campo de las competencias relacionadas con este módulo formativo.

2. Competencia pedagógica acreditada de acuerdo con lo que establezcan las Administraciones competentes.

Módulo formativo 2: Prevención de accidentes en instalaciones acuáticas

Nivel: 2.

Código: MF0270_2.

Asociado a la UC: Prevenir accidentes o situaciones de emergencia en instalaciones acuáticas, velando por la seguridad de los usuarios.

Duración: 90 horas.

Capacidades y criterios de evaluación:

C1: Relacionar instalaciones acuáticas y medios materiales con actividades de socorrismo en instalaciones acuáticas, aplicando técnicas auxiliares de mantenimiento y reparación de medios materiales que favorezcan su operatividad, y observando un plan de prevención de riesgos.

CE1.1 Relacionar instalaciones y medios materiales con actividades de socorrismo en instalaciones acuáticas, describiendo características y parámetros de uso.

CE1.2 Diferenciar medios materiales de apoyo en unas actividades de socorrismo en instalaciones acuáticas (ayudas visuales, medios audiovisuales, descripciones, ayudas manuales y ayudas mecánicas, entre otros), matizando sus indicaciones de aplicación.

CE1.3 Describir medios materiales e instalaciones que se utilizan en socorrismo en instalaciones acuáticas, concretando su utilidad y aplicación.

CE1.4 Describir precauciones en la utilización de unos medios materiales y errores de uso y/o manipulación, previa identificación de anomalías que puedan presentar, describiendo un proceso para su detección y corrección.

CE1.5 En un supuesto práctico de actividades de socorrismo en instalaciones acuáticas, con unas características de unas instalaciones acuáticas previamente establecidas:

- Definir unos medios materiales y aplicaciones de los mismos.
- Describir factores de riesgo y zonas potencialmente peligrosas en una instalación.
- Explicar adaptaciones para que el uso de la instalación se realice con seguridad y se adecuen a unas características individuales de unos usuarios con discapacidad.
- Describir mantenimiento de primer nivel de los equipos de comunicación según un protocolo.
- Confeccionar una hoja de control de mantenimiento de manera legible.

CE1.6 En un supuesto práctico de actividades de socorrismo en instalaciones acuáticas, realizar el mantenimiento operativo de unos medios materiales, efectuando acciones que conserven el grado de operatividad y seguridad durante su uso.

CE1.7 Identificar y describir desperfectos o fallos habituales que pueden detectarse y repararse en la preparación rutinaria de material de socorrismo de uso en la instalación acuática.

CE1.8 En un supuesto práctico de actividades de socorrismo en una instalación acuática:

- Utilizar un protocolo de revisión de un vaso o piscina natural.
- Identificar las posibilidades de peligro y las modificaciones para reducirlas.
- Determinar elementos a revisar.
- Ordenar y clasificar riesgos detectados.
- Establecer periodicidad de revisión atendiendo al protocolo.
- Describir situaciones de riesgo y accidentes en una instalación acuática y causas.
- Identificar barreras arquitectónicas en relación a la normativa aplicable.
- Preparar un puesto de vigilancia y determinar rondas.
- Comunicar incidencias según un protocolo.

C2: Aplicar técnicas de comunicación a unos usuarios de instalaciones acuáticas con información sobre los servicios prestados y normas de utilización.

CE2.1 Definir los tipos de recursos audiovisuales y gráficos utilizados en la transmisión, indicación y señalización de información en instalaciones acuáticas.

CE2.2 Seleccionar y utilizar las técnicas de comunicación verbal o gestual adaptadas al contexto situacional y a las características de los usuarios de un supuesto dado.

CE2.3 Describir normas que deben comunicarse a unos usuarios de un centro acuático y la forma más eficaz de transmitirla.

CE2.4 En un supuesto práctico de transmisión de información a unos usuarios en una instalación acuática en el que se identifiquen la finalidad y el contenido del mensaje:

- Elaborar mensajes para emitir por megafonía, informando sobre las normas de uso de la instalación, determinando la periodicidad de su emisión.
- Realizar un cartel donde se expongan de forma clara y precisa las normas de la instalación.
- Seleccionar y utilizar recursos audiovisuales y gráficos para transmitir información.
- Justificar la selección del medio adecuado y simular su transmisión.
- Identificar las interferencias que pueden dificultar la comprensión del mensaje.
- Efectuar un informe o parte de actuación con registro de incidencias.

CE2.5 Definir un protocolo de comunicación ante situaciones conflictivas y comportamientos de usuarios que alteren el normal funcionamiento de una instalación acuática.

CE2.6 Explicar las prácticas de usuarios que pueden tener impacto medioambiental.

CE2.7 Describir las condiciones de utilización de una instalación acuática y su impacto medioambiental.

C3: Aplicar técnicas de vigilancia y control de una instalación acuática en las áreas designadas según protocolo establecido.

CE3.1 Describir errores que se cometen durante las labores de vigilancia en una instalación acuática.

CE3.2 Describir las técnicas para el mantenimiento de la atención en labores de vigilancia y control en una instalación acuática.

CE3.3 Relacionar una instalación acuática y técnicas de vigilancia con la normativa aplicable.

CE3.4 Describir los factores de riesgo que pueden estar presentes en la conducta de los usuarios y suponer un peligro para ellos y para los nadadores.

CE3.5 En un supuesto práctico de vigilancia en una instalación acuática con usuarios y medios materiales y humanos:

- Revisar de forma periódica de los factores de riesgo.
- Establecer comunicación de forma periódica con un equipo de socorristas.
- Rotar posiciones de unos socorristas.
- Efectuar recorridos de vigilancia con material.
- Explicar unas normas de uso de una instalación acuática.
- Identificar conductas peligrosas de unos usuarios.
- Intervenir sobre conductas peligrosas de unos usuarios.

CE3.6 En un supuesto práctico de instalación acuática con usuarios, medios materiales y medios humanos:

- Establecer áreas de vigilancia.
- Seleccionar la ubicación de un puesto de vigilancia.
- Describir la dotación con material auxiliar en un puesto de vigilancia.
- Determinar la rotación de los socorristas.

- Establecer recorridos (duración y periodicidad) de los socorristas.
- Seleccionar material a utilizar durante el recorrido.

CE3.7 En un supuesto práctico de instalación acuática con usuarios, medios materiales y medios humanos, y ante la existencia de una modificación de las condiciones:

- Identificar las condiciones de salubridad y calidad del agua, temperatura del agua, tormenta eléctrica.
- Seleccionar el protocolo de actuación del socorrista hasta llegar a la suspensión de la actividad.
- Identificar las conductas inapropiadas de unos usuarios.
- Determinar medios de comunicación de incidencias graves a la autoridad competente.
- Corregir las incidencias leves con el material.

C4: Determinar el material y equipamiento de uso personal para proceder a la vigilancia de una instalación acuática, cumpliendo con los protocolos de seguridad establecidos y un plan de prevención de riesgos.

CE4.1 Describir las consecuencias a corto y largo plazo que tienen en el organismo las exposiciones a agentes físicos.

CE4.2 Describir el equipamiento personal del socorrista para la prevención de riesgos laborales.

CE4.3 En un supuesto práctico de vigilancia en una instalación acuática:

- Identificar las características de una instalación.
- Identificar características del puesto.
- Seleccionar el material como gafas, crema protectora y calzado adecuado a la instalación.
- Realizar acciones de protección personal ante unos agentes físicos y su periodicidad.

Capacidades cuya adquisición debe ser completada en un entorno real de trabajo:

C1 respecto a CE1.5, CE1.6 y CE1.8; C2 respecto a CE2.4; C3 respecto a CE3.5, CE3.6 y CE3.7; C4 respecto a CE4.3.

Otras capacidades:

Responsabilizarse del trabajo que desarrolla.

Comunicarse eficazmente con las personas adecuadas en cada momento, respetando los canales establecidos en la organización.

Participar y colaborar activamente en el equipo de trabajo.

Interpretar y ejecutar instrucciones de trabajo.

Actuar con rapidez en situaciones problemáticas y no limitarse a esperar.

Respetar los procedimientos y normas internas de la organización.

Contenidos:

1. Utilización de instalaciones y materiales de socorrismo en instalaciones acuáticas:

Tipos y características de las instalaciones acuáticas.

Material auxiliar en las actividades de socorrismo en instalaciones acuáticas. Mantenimiento del material auxiliar en instalaciones acuáticas. Material de protección personal.

Seguridad, prevención de riesgos en instalaciones acuáticas. Lugares de riesgos en instalaciones acuáticas: accesos, fondos, niveles. Factores de riesgo en las instalaciones acuáticas.

Las guías para la mejora de la acción preventiva. La valoración de riesgos laborales.

Adaptación de las instalaciones acuáticas a los usuarios: barreras arquitectónicas.

Modificaciones arquitectónicas y funcionalidad de los espacios.
Condiciones higiénico sanitarias de las instalaciones acuáticas.
Normativa aplicable sobre piscinas, parques acuáticos.

2. Vigilancia en instalaciones acuáticas:

Causas de accidentes en el medio acuático.
Técnicas de prevención de accidentes.
Ubicación y localización del puesto de vigilancia.
Vigilancia estática y/o dinámica.
Técnicas de vigilancia acuática.
Estrategias de control de la zona.
Turnos de vigilancia.
El socorrista: perfil, actitudes y aptitudes, funciones, enfermedades profesionales, riesgos de actuación y prevención de riesgos, equipamiento del socorrista.
El lugar de trabajo. Características.
Material de salvamento: de alcance, de contacto, de apoyo, de extracción y evacuación.
El puesto de salvamento.
Protocolos de actuación y planes de emergencia: vigilancia, comunicación, traslado, evacuación.
Responsabilidad civil y penal del socorrista acuático.

3. Comunicación aplicada a situaciones de prevención de riesgos:

Comunicación con los usuarios de las instalaciones.
Habilidades sociales: escucha activa, errores de escucha, empatía, ayudar a pensar, objetivos de la comunicación, cumplimiento de normas, advertencia de situaciones de riesgos, resolución de conflictos.
Técnicas de comunicación: modelos de estilos de comunicación, utilización del lenguaje oral y del escrito en la transmisión de mensajes, utilización del lenguaje icónico y del lenguaje audiovisual en la transmisión de mensajes.

Parámetros de contexto de la formación:

Espacios e instalaciones:

Los espacios e instalaciones darán respuesta, en forma de aula, aula-taller, taller de prácticas, laboratorio o espacio singular, a las necesidades formativas, de acuerdo con el Contexto Profesional establecido en la Unidad de Competencia asociada, teniendo en cuenta la normativa aplicable del sector productivo, prevención de riesgos laborales, salud laboral, accesibilidad universal, diseño universal o diseño para todas las personas y protección medioambiental.

Perfil profesional del formador o formadora:

1. Dominio de los conocimientos y las técnicas relacionados con la prevención de accidentes o situaciones de emergencia en instalaciones acuáticas, velando por la seguridad de los usuarios, que se acreditará mediante una de las dos formas siguientes:
 - Formación académica de nivel 2 (Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior) o de otras de superior nivel relacionadas con el campo profesional.
 - Experiencia profesional de un mínimo de 3 años en el campo de las competencias relacionadas con este módulo formativo.
2. Competencia pedagógica acreditada de acuerdo con lo que establezcan las Administraciones competentes.

Módulo formativo 3: Rescate de accidentados en instalaciones acuáticas

Nivel: 2.

Código: MF0271_2.

Asociado a la UC: Rescatar personas en caso de accidente o situación de emergencia en instalaciones acuáticas.

Duración: 90 horas.

Capacidades y criterios de evaluación:

C1: Valorar situaciones de emergencia en una instalación acuática, estableciendo unos procedimientos a seguir en caso de rescate a un accidentado.

CE1.1 Describir las conductas de la persona que cree ahogarse, estableciendo las consecuencias de esa conducta.

CE1.2 En un supuesto práctico de situación de emergencia en el que se define el contexto físico, la actividad y la conducta de los usuarios, identificar y describir las pautas a seguir para garantizar la seguridad, tanto del accidentado como del resto de los usuarios.

CE1.3 En un supuesto práctico donde se requiere el rescate acuático de una o más personas:

- Analizar las características de la instalación acuática que puedan ser causa de riesgo como corriente, temperatura, obstáculos, entre otros.
- Identificar la zona por dónde pasar y el lugar de entrada y salida del agua.
- Determinar los materiales y de apoyo como boyas, brazos de rescate, aros de rescate.
- Establecer la comunicación a las características de la situación (con el compañero, con los usuarios de alrededor, con los medios de socorro, entre otros).
- Seleccionar las técnicas para realizar el rescate acuático (entrada, aproximación, toma de contacto y control, traslado en el medio acuático y extracción), en función de las características del supuesto.

CE1.4 En un supuesto práctico de análisis crítico y evaluación de la situación simulada de emergencia, establecer propuestas de mejora de forma justificada.

C2: Dominar maniobras de entrada, aproximación, control en el medio acuático, remolque y extracción del compañero y/o maniquí con material auxiliar en acciones integrales de socorrismo en instalaciones acuáticas.

CE2.1 Realizar entradas al agua en función de sus características, de la accesibilidad y la proximidad, coordinando el movimiento de tronco, brazos y piernas.

CE2.2 Realizar recorridos subacuáticos, sobre una distancia previamente determinada, coordinando el movimiento con la acción de tronco, brazos y piernas.

CE2.3 Dominar las técnicas de remolque del compañero y/o maniquí en posición ventral, dorsal y lateral adaptando la técnica utilizada al material auxiliar empleado y a las características del remolcado.

CE2.4 Recorrer una distancia de nado sobre la tabla de rescate de forma equilibrada, utilizando la remada alternativa y simultánea.

CE2.5 Dominar las técnicas de nado en la aproximación a un accidentado coordinando el movimiento de tronco, brazos y piernas.

CE2.6 Aplicar técnicas de control, recogida y remolque del compañero y/o maniquí con la utilización de material auxiliar, coordinando la acción de los brazos, piernas y

respiración en condiciones de eficacia y seguridad durante el desplazamiento.

CE2.7 Mantenerse en el agua en situación de equilibrio y con la cabeza fuera, con movimientos de piernas y/o brazos, sin desplazamiento.

CE2.8 En un supuesto práctico de rescate a un accidentado consciente en proceso de ahogarse, con ayuda de un compañero o maniquí:

- Realizar las técnicas de zafaduras.
- Seleccionar unas técnicas de control de la ansiedad durante las maniobras de rescate acuático.
- Aplicar las técnicas de sujeción y remolque o arrastre manteniendo sus vías respiratorias fuera del agua.
- Realizar el rescate de maniquí sobre una distancia previamente determinada y tiempos establecidos.
- Efectuar el rescate con vestimenta de bañador, con/sin camiseta de manga corta, con/sin chanclas y con/sin aletas.
- Realizar la extracción del maniquí desde el fondo de la piscina, en un tiempo previamente determinado.

C3: Dominar maniobras de extracción del medio acuático de un accidentado.

CE3.1 Describir las características de un posible accidentado medular en el medio acuático.

CE3.2 En un supuesto práctico de extracción de un accidentado inconsciente con afectación medular en una instalación acuática:

- Describir las consecuencias de una incorrecta manipulación.
- Seleccionar la técnica según el protocolo.
- Determinar los materiales de extracción en un lesionado medular inconsciente.

CE3.3 Realizar la extracción de un accidentado organizando a un grupo de 2 y/o 3 socorristas de manera acorde con los protocolos y aplicando las técnicas y material indicados al caso.

CE3.4 En un supuesto práctico de extracción de un accidentado consciente con afectación medular en una instalación acuática:

- Determinar los materiales de extracción en un lesionado medular consciente.
- Seleccionar unas técnicas de control de la ansiedad durante las maniobras de rescate acuático.
- Aplicar las técnicas de sujeción y remolque o arrastre manteniendo sus vías respiratorias fuera del agua.
- Realizar la extracción del maniquí desde el fondo de la piscina, en un tiempo previamente determinado.

C4: Aplicar técnicas de comunicación de la información al accidentado o acompañantes.

CE4.1 Describir las pautas en la comunicación con el accidentado durante el momento del control en el agua.

CE4.2 Describir las pautas de comunicación y el mensaje al accidentado durante el traslado en el medio acuático y en la extracción del mismo.

CE4.3 En un supuesto práctico de situación simulada de rescate, donde se prevén las condiciones ambientales, los medios materiales y humanos y la conducta de los usuarios, realizar las siguientes acciones:

- Establecer comunicación con un posible accidentado con talante tranquilizador y cordial, a la vez que se realiza la intervención sobre el supuesto accidentado.
- Establecer comunicación con los otros usuarios, informándoles clara y tajantemente de la conducta que deben realizar para evitar que empeore la situación o solicitando colaboración para realizar alguna maniobra.

- Establecer comunicación con los familiares del accidentado, tranquilizándoles e informándoles de su estado y evolución.

Capacidades cuya adquisición debe ser completada en un entorno real de trabajo:

C1 respecto a CE1.2, CE1.3 y CE1.4; C2 completa; C3 respecto a CE3.2 y CE3.4; C4 respecto a CE4.3.

Otras capacidades:

Responsabilizarse del trabajo que desarrolla.

Comunicarse eficazmente con las personas adecuadas en cada momento, respetando los canales establecidos en la organización.

Participar y colaborar activamente en el equipo de trabajo.

Interpretar y ejecutar instrucciones de trabajo.

Actuar con rapidez en situaciones problemáticas y no limitarse a esperar.

Respetar los procedimientos y normas internas de la organización.

Contenidos:**1. Técnicas acuáticas de salvamento y socorrismo con material auxiliar:**

Técnica de nado con aletas.

Técnicas de lanzamiento y recogida de la cuerda de rescate.

El tubo de rescate: control.

La tabla de salvamento: equilibrios y remadas básicas.

Buceo con equipo subacuático sencillo: aletas, gafas y tubo.

Técnicas de rescate: de entradas al agua con y sin material, de aproximación al accidentado, de toma de contacto, control y valoración de la víctima consciente e inconsciente; de remolque o arrastre; de extracción del accidentado (con o sin lesión medular, politraumatizados, entre otros), evacuación o traslado hospitalario del accidentado.

Las zafaduras: definición y tipos.

2. Intervención en rescates en una situación de emergencia en instalaciones acuáticas:

Organización del socorrismo. La Cadena de Salvamento: puesto de salvamento, estación de reanimación, centro sanitario.

Percepción del problema: elementos esenciales en la percepción, características del agua, atmosféricas, situaciones de riesgo en el medio acuático: conductas inapropiadas, zambullidas peligrosas, apneas forzadas, actividad con sobreesfuerzos, juegos descontrolados, rescates sin conocimientos ni recursos suficientes, incumplimiento de normas e indicaciones del servicio de socorrismo.

Análisis de la situación. Toma de decisiones. Control de la ansiedad.

Ejecución de las acciones de rescate: localización, puntos de referencia.

Coordinación con otros recursos y servicios de emergencia.

3. Técnicas de comunicación en rescates en situaciones de emergencia en instalaciones acuáticas:

Conducta de la persona que cree ahogarse. Actitudes y respuesta del socorrista. Manejo de la situación.

Comunicación aplicada a situaciones de emergencia: con el accidentado (en la aproximación, en la toma de contacto, durante el traslado, durante la extracción y evacuación); a acompañantes y asistentes accidentales; miembros del equipo de trabajo, trabajadores de la instalación y equipos de emergencia; familiares; usuarios de la instalación acuática.

Comunicación en situaciones conflictivas durante el rescate y resolución de conflictos.

Parámetros de contexto de la formación:**Espacios e instalaciones:**

Los espacios e instalaciones darán respuesta, en forma de aula, aula-taller, taller de prácticas, laboratorio o espacio singular, a las necesidades formativas, de acuerdo con el Contexto Profesional establecido en la Unidad de Competencia asociada, teniendo en cuenta la normativa aplicable del sector productivo, prevención de riesgos laborales, salud laboral, accesibilidad universal, diseño universal o diseño para todas las personas y protección medioambiental.

Perfil profesional del formador o formadora:

1. Dominio de los conocimientos y las técnicas relacionados con el rescate de personas en caso de accidente o situación de emergencia en instalaciones acuáticas, que se acreditará mediante una de las dos formas siguientes:

- Formación académica de nivel 2 (Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior) o de otras de superior nivel relacionadas con el campo profesional.
- Experiencia profesional de un mínimo de 3 años en el campo de las competencias relacionadas con este módulo formativo.

2. Competencia pedagógica acreditada de acuerdo con lo que establezcan las Administraciones competentes.

Módulo formativo 4: Primeros auxilios

Nivel: 2.

Código: MF0272_2.

Asociado a la UC: Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.

Duración: 60 horas.

Capacidades y criterios de evaluación:

C1: Relacionar la información obtenida sobre los signos de alteración orgánica con el estado del accidentado y las características de la asistencia como primer interviniente.

CE1.1 Diferenciar los conceptos de urgencia, emergencia y catástrofe en primeros auxilios.

CE1.2 Definir técnicas de autoprotección frente a posibles lesiones derivadas de la manipulación de personas accidentadas.

CE1.3 En un supuesto práctico de identificación del estado del accidentado:

- Identificar el nivel de consciencia.
- Identificar las posibles lesiones y traumatismos y sus mecanismos de producción.
- Seleccionar las maniobras posturales ante lesiones.
- Comunicar la información al servicio de emergencias.
- Manejar la terminología médico sanitaria de primera intervención.
- Utilizar los elementos de protección individual.
- Definir las técnicas de autoprotección frente a posibles lesiones.

CE1.4 En un supuesto práctico de intervención para la valoración inicial de un accidentado:

- Identificar y justificar la mejor forma de acceso al accidentado.
- Identificar los posibles riesgos.

- Asegurar la zona según el protocolo establecido.
- Efectuar las maniobras necesarias para acceder al accidentado.

CE1.5 En un supuesto práctico de valoración inicial de un accidentado:

- Concretar las pautas de actuación según el protocolo para la valoración inicial.
- Identificar situaciones de riesgo vital y definir las actuaciones que conllevan.
- Utilizar las técnicas posturales apropiadas ante situaciones de compromiso ventilatorio.
- Utilizar las técnicas de hemostasia apropiadas ante situaciones de hemorragias externas.

C2: Aplicar técnicas y maniobras de soporte ventilatorio y/o circulatorio básicas según protocolo establecido.

CE2.1 Describir los conceptos de reanimación cardio-pulmonar básica e instrumental según un protocolo.

CE2.2 Describir técnicas de desobstrucción de la vía aérea en la atención inicial según un protocolo.

CE2.3 En un supuesto práctico de compromiso ventilatorio de un accidentado:

- Identificar situaciones de riesgo vital y definir las actuaciones que conllevan.
- Efectuar la maniobra frente-mentón.
- Utilizar las técnicas posturales según un protocolo ante situaciones de compromiso ventilatorio.

CE2.4 En un supuesto práctico de compromiso circulatorio de un accidentado:

- Seleccionar el material e instrumental de reanimación cardio-pulmonar básica.
- Aplicar las técnicas básicas e instrumentales de reanimación cardio-pulmonar sobre maniqués.
- Aplicar las técnicas básicas de reanimación cardio-pulmonar sobre maniqués utilizando equipo de oxigenoterapia y desfibrilador automático.
- Utilizar las técnicas de hemostasia según un protocolo ante situaciones de hemorragias externas.

C3: Aplicar técnicas de primeros auxilios en la atención inicial a accidentados sin parada cardio-respiratoria.

CE3.1 Definir el protocolo de una Cadena de Supervivencia en relación a los primeros auxilios.

CE3.2 Explicar las acciones de colaboración con los equipos de emergencia en los primeros auxilios durante la atención inicial y primera clasificación de pacientes ante una catástrofe y en situación de emergencia colectiva.

CE3.3 En un supuesto práctico de atención inicial en situación de emergencia a un accidentado:

- Vigilar a un accidentado para valorar su evolución.
- Alinear manualmente la columna cervical al accidentado.
- Efectuar la maniobra frente-mentón.

CE3.4 En un supuesto práctico de atención inicial en situación de emergencia en un accidentado con atragantamiento:

- Seleccionar la maniobra en función de la edad de un accidentado según un protocolo.
- Valorar la gravedad de la obstrucción según un protocolo.
- Aplicar las maniobras de desobstrucción según un protocolo.
- Efectuar la desobstrucción de una embarazada.
- Concretar las pautas de comunicación con el servicio de emergencia en una obstrucción grave.

CE3.5 En un supuesto práctico de atención inicial en situación de emergencia a un accidentado:

- Aplicar las técnicas oportunas recogidas en un protocolo establecido ante posibles accidentados con lesiones por agentes mecánicos, físicos o químicos.
- Aplicar protocolo de atención establecido a un accidentado con crisis convulsiva.
- Aplicar protocolo de atención establecido a un accidentado con quemaduras.
- Aplicar protocolo de atención establecido a un accidentado con hemorragia externa.
- Actuar conforme a un protocolo establecido ante situaciones de parto inminente.

CE3.6 En un supuesto práctico de primeros auxilios en situación de emergencia a un accidentado:

- Actuar en función de la gravedad y el tipo de lesiones.
- Determinar las técnicas de primeros auxilios que se deben aplicar.
- Discriminar las técnicas que no debe aplicar el primer interviniente de forma autónoma, por exceso de riesgo o por ser específicas de otros profesionales.
- Discriminar los casos y/o circunstancias en los que no se debe intervenir directamente por exceso de riesgo o por ser específicos de otros profesionales.

C4: Aplicar técnicas de movilización e inmovilización en la atención inicial a accidentados para su traslado.

CE4.1 Describir los métodos para efectuar el rescate de un accidentado según un protocolo.

CE4.2 Describir los métodos de inmovilización aplicables para un transporte seguro cuando el accidentado tiene que ser trasladado.

CE4.3 En un supuesto práctico de movilización e inmovilización de un accidentado, elegir un método dadas las posibles lesiones del accidentado y/o las circunstancias de los accidentes.

CE4.4 Describir lesiones, patologías y traumatismos susceptibles de atención inicial y aspectos a tener en cuenta para su prevención, en función del medio en el que se desarrolla la actividad para:

- Describir causas que lo producen.
- Definir síntomas y signos.
- Precisar pautas de actuación y atención inicial según un protocolo.

CE4.5 En un supuesto práctico de atención inicial en situación de emergencia a un accidentado:

- Alinear manualmente la columna cervical al accidentado.
- Efectuar la maniobra frente-mentón.
- Explicar las repercusiones de un traslado inadecuado.
- Confeccionar camillas y sistemas para la inmovilización y transporte de enfermos y/o accidentados utilizando materiales convencionales e inespecíficos o medios de fortuna.

C5: Aplicar técnicas de comunicación y de apoyo emocional a accidentados, familiares e implicados, presentes en el entorno de la emergencia.

CE5.1 Definir un protocolo de comunicación con accidentados y con posibles testigos e implicados en una situación de emergencia.

CE5.2 Describir unas técnicas de la comunicación con el accidentado en función de su estado de consciencia.

CE5.3 En un supuesto práctico de una situación que dificulta la comunicación y donde se presta asistencia a un accidentado:

- Asegurar el entorno de intervención según protocolo establecido.
- Aplicar técnicas facilitadoras de la comunicación interpersonal.

- Discriminar los factores que predisponen ansiedad.

CE5.4 En un supuesto práctico en situación de emergencia donde se especifican situaciones de tensión ambiental, especificar las técnicas a emplear para:

- Controlar una situación de duelo según un protocolo establecido.
- Controlar situaciones de ansiedad y angustia según protocolo establecido.
- Controlar situaciones de agresividad según protocolo establecido.

CE5.5 En un supuesto práctico de aplicación de primeros auxilios no exitoso (muerte del accidentado), describir las posibles manifestaciones de estrés de la persona que socorre e indicar las acciones para superar psicológicamente el fracaso.

Capacidades cuya adquisición debe ser completada en un entorno real de trabajo:

C1 respecto a CE1.3, CE1.4 y CE1.5; C2 respecto a CE2.3 y CE2.4; C3 respecto a CE3.3, CE3.4, CE3.5 y CE3.6; C4 respecto a CE4.3 y CE4.5; C5 respecto a CE5.3, CE5.4 y CE5.5.

Otras capacidades:

Responsabilizarse del trabajo que desarrolla.

Comunicarse eficazmente con las personas adecuadas en cada momento, respetando los canales establecidos en la organización.

Participar y colaborar activamente en el equipo de trabajo.

Interpretar y ejecutar instrucciones de trabajo.

Actuar con rapidez en situaciones problemáticas y no limitarse a esperar.

Respetar los procedimientos y normas internas de la organización.

Contenidos:

1. Valoración inicial del accidentado como primer interviniente:

El botiquín de primeros auxilios: instrumentos, material de cura, fármacos básicos.

Primeros auxilios: concepto, principios generales, objetivos y límites.

El primer interviniente: actitudes, funciones, responsabilidad legal, riesgos y protección, responsabilidad y ética profesional.

El primer interviniente como parte de la cadena asistencial.

Terminología anatomía y fisiología.

Terminología médico-sanitaria de utilidad en primeros auxilios.

Actuación general ante emergencia colectiva y catástrofe: conceptos relacionados con emergencias colectivas y catástrofes, métodos de «triage» simple, norias de evacuación.

2. Asistencia al accidentado con maniobras de soporte ventilatorio y/o circulatorio básico como primer interviniente:

La Cadena de Supervivencia: eslabones de actuación.

Características de la Cadena de Supervivencia.

Resucitación cardiopulmonar básica (RCPB): valoración del nivel de consciencia; comprobación de la ventilación; protocolo de RCPB ante una persona inconsciente con signos de actividad cardíaca; protocolo de RCPB ante una persona con parada cardio-respiratoria; RCPB en niños de 1 a 8 años y RCPB en lactantes.

Transporte de un enfermo repentino o accidentado: valoración de la situación; posiciones de transporte seguro; técnicas de inmovilización y transporte utilizando medios convencionales y materiales inespecíficos o de fortuna; confección de camillas utilizando medios convencionales o inespecíficos.

3. Atención inicial de primeros auxilios en situaciones de emergencia sin parada cardio-respiratoria:

Valoración del accidentado: primaria y secundaria.

Técnicas de movilización e inmovilización al accidentado para asegurar el posible traslado: posición lateral de seguridad, posiciones de espera no lesivas o seguras, recogida de un lesionado.

Métodos para desobstruir la vía aérea y facilitar la respiración: accesorios de apoyo a la ventilación y oxigenoterapia.

Intoxicaciones por vía respiratoria: intoxicaciones por inhalación de humos y gases.

Signos y síntomas de urgencia: fiebre, crisis anafilácticas, vómitos y diarrea, desmayos, lipotimias, síncope y «shock».

Heridas: clasificación, síntomas y signos. Tratamiento básico.

Hemorragias: clasificación, síntomas y signos. Tratamiento básico.

Traumatismos: esguinces, contusiones, luxaciones, fracturas, traumatismos torácicos, traumatismos craneoencefálicos, traumatismos de la columna vertebral, síndrome de aplastamiento, politraumatizados y traslados.

Accidentes de tráfico: orden de actuación, medidas respecto a la seguridad de la circulación y a los heridos en el accidente y aspectos esenciales de los accidentes de tráfico.

Lesiones producidas por calor y por frío.

Cuerpos extraños: en la piel, ojos, oídos y nariz.

Accidentes eléctricos. Electrocutión: lesiones producidas por la electricidad y los rayos.

Intoxicaciones por alcohol y estupefacientes.

Cuadros convulsivos: epilepsia y otros cuadros convulsivos.

4. Intervención de apoyo psicológico al accidentado, familiares e implicados en la situación de urgencia como primer interviniente:

Psicología de la víctima.

Comunicación: canales y tipos. Comunicación asistente-accidentado.

Comunicación asistente-familia.

Habilidades sociales. Actitudes personales que facilitan o dificultan la comunicación.

Estrategias de control del estrés.

Apoyo psicológico ante situaciones de emergencia: crisis, duelo, tensión, agresividad y ansiedad.

Parámetros de contexto de la formación:

Espacios e instalaciones:

Los espacios e instalaciones darán respuesta, en forma de aula, aula-taller, taller de prácticas, laboratorio o espacio singular, a las necesidades formativas, de acuerdo con el Contexto Profesional establecido en la Unidad de Competencia asociada, teniendo en cuenta la normativa aplicable del sector productivo, prevención de riesgos laborales, salud laboral, accesibilidad universal, diseño universal o diseño para todas las personas y protección medioambiental.

Perfil profesional del formador o formadora:

1. Dominio de los conocimientos y las técnicas relacionados con la asistencia como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia, que se acreditará mediante una de las dos formas siguientes:

- Formación académica de nivel 2 (Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior) o de otras de superior nivel relacionadas con el campo profesional.
- Experiencia profesional de un mínimo de 3 años en el campo de las competencias relacionadas con este módulo formativo.

2. Competencia pedagógica acreditada de acuerdo con lo que establezcan las Administraciones competentes.

ANEXO II

CUALIFICACIÓN PROFESIONAL: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN SALA DE ENTRENAMIENTO POLIVALENTE

Familia Profesional: Actividades Físicas y Deportivas

Nivel: 3.

Código: AFD097_3.

Competencia general:

Programar, dirigir e instruir actividades de acondicionamiento físico, con los elementos propios de una Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP), dirigido a todo tipo de usuarios y grupos de población, adaptándolo a sus características y expectativas, realizando la determinación inicial y periódica de su condición física y motivacional, siempre desde la observancia y promoción de la salud y el bienestar, en los límites de coste previstos.

Unidades de competencia:

UC0273_3: Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario.

UC0274_3: Programar las actividades propias de una Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP), atendiendo a criterios de promoción de la salud y el bienestar del usuario.

UC0275_3: Instruir y dirigir actividades de acondicionamiento físico con equipamientos y materiales propios de Salas de Entrenamiento Polivalente (SEP).

UC0272_2: Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.

Entorno profesional:

Ámbito profesional:

Desarrolla su actividad profesional en el área de gestión de servicios de deportes, ocio y turismo, dedicada al acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente, en entidades de naturaleza pública o privada, empresas de tamaño pequeño y mediano, tanto por cuenta propia como ajena, con independencia de su forma jurídica. Desarrolla su actividad dependiendo, en su caso, funcional y/o jerárquicamente de un superior. Puede tener personal a su cargo en ocasiones, por temporadas o de forma estable. En el desarrollo de la actividad profesional se aplican los principios de accesibilidad universal y diseño universal o diseño para todas las personas de acuerdo con la normativa aplicable.

Sectores productivos:

Se ubica en los sectores del deporte, ocio y turismo.

Ocupaciones y puestos de trabajo relevantes:

Los términos de la siguiente relación de ocupaciones y puestos de trabajo se utilizan con carácter genérico y omnicomprensivo de mujeres y hombres.

Monitores de aparatos de gimnasio.

Entrenadores de acondicionamiento físico en las SEPs de gimnasios o polideportivos.

Preparadores físicos.

Entrenadores personales.

Promotores de actividades de acondicionamiento físico.

Animadores de actividades de acondicionamiento físico.

Coordinadores de actividades de fitness.

Técnicos de apoyo en la preparación física de deportistas.

Técnicos de actividades de gimnasias suaves.

Formación asociada (540 horas).

Módulos formativos:

MF0273_3: Valoración de las capacidades físicas (150 horas).

MF0274_3: Programación específica SEP (120 horas).

MF0275_3: Actividades de acondicionamiento físico (210 horas).

MF0272_2: Primeros auxilios (60 horas).

Unidad de competencia 1: Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario

Nivel: 3.

Código: UC0273_3.

Realizaciones profesionales y criterios de realización:

RP 1: Seleccionar una batería de test, pruebas y cuestionarios adaptados a las características del usuario y a los medios disponibles, de acuerdo con su condición biológica, para obtener datos sobre sus parámetros de condición física, funcionales y motivacionales.

CR 1.1 La documentación relativa a test, pruebas y cuestionarios usados en el campo de aplicación y de medición de la condición física, tanto en el área del cuidado corporal (fitness-wellnes) como en el deportivo, en el ámbito de su responsabilidad se busca y registra en archivo o soporte informático para poder disponer de una base de datos fiable y amplia.

CR 1.2 Los test de aptitud física se seleccionan según las características y necesidades del usuario y medios disponibles para que se puedan aplicar de forma segura, autónoma o, en su caso, en colaboración con el técnico especialista siguiendo el criterio de máxima validez y fiabilidad.

CR 1.3 Las pruebas de análisis biológico se seleccionan y comprueban que son las indicadas para determinar aspectos fisiológicos relacionados con el rendimiento y la salud, en cuanto a: composición corporal, alineación postural, características antropométricas, respuesta cardiovascular, posibilidades de movimiento y autonomía acuática, entre otros.

CR 1.4 Los cuestionarios personales se adaptan, concretan y utilizan para recabar información acerca de tratamientos e informes médicos, detectar los intereses, expectativas y limitaciones del usuario no apreciables con las pruebas y test seleccionados.

CR 1.5 La batería completa de cuestionarios, test y pruebas, adaptadas a las características del usuario, a la tipología de las actividades, al contexto de la práctica y el entorno de intervención se determina para disponer de una herramienta de evaluación inicial fiable.

CR 1.6 Las necesidades de autonomía personal que presentan los usuarios con discapacidad se detectan a través de las pruebas, test o cuestionarios seleccionados para poder ofertar actividades adaptadas a sus necesidades.

RP 2: Aplicar las pruebas para la determinación de la condición física, biológica y motivacional del usuario, controlando el proceso de ejecución, en el ámbito de su responsabilidad, según los recursos y en condiciones de seguridad.

CR 2.1 El protocolo de test y de prueba se concreta y se aplica de forma personalizada, comprobando que el material está en condiciones de uso, es utilizado según los parámetros de seguridad, las condiciones de la instalación son aptas, y se adapta a las características del usuario, estructura técnica y ritmo del ejercicio, para medir de forma precisa los parámetros seleccionados en el plan de entrenamiento.

CR 2.2 La información verbal, práctica y documental que se da al usuario del protocolo de cada prueba se corresponde con el contenido y forma establecido para

que la ejecución y el resultado no se vean comprometidos o adulterados.

CR 2.3 La ejecución de cada test y prueba se comprueba que es la correcta, verificando en todo momento que su estructura técnica y ritmo se ajustan al modelo preestablecido en el protocolo correspondiente, no dirigiéndolos cuando por su complejidad, riesgo potencial o nivel es exclusiva y específica de técnicos de rango superior.

CR 2.4 Los síntomas de fatiga excesiva y/o dolor, signos como el mareo, frecuencia cardíaca, sudoración, ritmo respiratorio, temperatura, entre otros, se controlan garantizando su ejecución dentro de los parámetros de seguridad y salud.

CR 2.5 El asesoramiento médico se solicita, mediante los cauces establecidos, previamente a la realización de los test o pruebas que puedan comportar un riesgo potencial para la salud del individuo.

CR 2.6 Los implementos y ayudas técnicas para establecer comunicación con usuarios con limitaciones en su autonomía personal se seleccionan y utilizan en función de sus necesidades para asegurar que queda totalmente informado de las actividades a realizar.

CR 2.7 Los ejercicios que favorezcan la fase de recuperación posterior al esfuerzo se aplican al usuario, en su caso, para que pueda recuperar los parámetros basales que tenía antes del ejercicio.

RP 3: Organizar los resultados obtenidos de los test, pruebas y cuestionarios, en la ficha de control de acuerdo con la programación de referencia de la entidad para facilitar la información, elaboración y seguimiento de los programas de acondicionamiento físico.

CR 3.1 El modelo de ficha de seguimiento de los programas de acondicionamiento físico se determina, adaptándola, en su caso, a aquellos con necesidades especiales, para obtener un fichero personalizado.

CR 3.2 Los resultados de los test, pruebas y cuestionarios se registran en la ficha de seguimiento del usuario, siguiendo el protocolo indicado para su posterior utilización.

CR 3.3 Las debilidades, descompensaciones y aspectos especiales detectados en el usuario se destacan claramente en la ficha de seguimiento para que reciban una atención priorizada y consecuente en el diseño posterior del programa de entrenamiento.

CR 3.4 Los cálculos estadísticos, gráficas y curvas de rendimiento se realizan mediante los programas informáticos establecidos, a partir de los datos obtenidos en las pruebas y test, asegurando su idoneidad, tanto para informar periódicamente al usuario sobre sus progresos e incidencias como para la elaboración del informe de evaluación sobre el proceso y el resultado.

CR 3.5 Los equipos y aplicaciones informáticas se utilizan siguiendo los criterios establecidos por la entidad para procesar y registrar la información obtenida.

RP 4: Elaborar el informe técnico con la interpretación de los resultados obtenidos de la batería de test, pruebas y cuestionarios, para poder ajustar la programación con criterios de salud y eficiencia al usuario.

CR 4.1 Los resultados obtenidos de los test, pruebas y cuestionarios se interpretan usando los baremos y/o escalas para tal fin realizando, cuando se requiera, consultas a otros técnicos superiores, para obtener información de fiabilidad.

CR 4.2 Los aspectos deficitarios de la condición física del usuario evaluado se identifican para facilitar la determinación de prioridades y los objetivos que se expresarán posteriormente en el programa de entrenamiento.

CR 4.3 Los signos externos evidentes de una inadecuada alineación postural se identifican remitiendo al usuario al servicio médico para una valoración diagnóstica y/o prescriptiva.

CR 4.4 Los resultados obtenidos en cada una de las mediciones de la condición física, biológica y motivacional se comparan para elaborar el informe pertinente, haciendo constar las conclusiones.

CR 4.5 Los indicadores biológicos obtenidos en las pruebas realizadas se utilizan para evitar todas las prácticas que sean potencialmente peligrosas para la salud del usuario.

CR 4.6 La información que recibe el usuario sobre los resultados es clara y asequible, permitiéndole identificar su condición inicial y comprobar posteriormente su propia evolución.

CR 4.7 La confidencialidad de todos los datos y personalidad del usuario se organiza en todos los informes, fichas y documentos, aplicando la normativa aplicable relativa a la protección de datos.

Contexto profesional:

Medios de producción:

Equipos informáticos con software específico de aplicación para la valoración de la condición física y biológica. Medios y equipos de oficina. Espacio o sala de entrenamiento. Espacio acuático. Cabina equipada para pruebas distintas de las realizadas en el espacio o sala de entrenamiento. Baremos de pruebas. Materiales convencionales para la valoración de la condición física, biológica y psicosocial: cuestionarios, pinza para pliegues cutáneos, cinta métrica, báscula, antropómetro, plomada, podoscopio, cronómetro, pulsómetro, metrónomo, máquinas de resistencia, pesas, dinamómetro, colchonetas, picas de madera, materiales específicos del medio acuático, indumentaria apropiada y calzado deportivo, entre otros.

Productos y resultados:

Determinación de una batería de test, pruebas y cuestionarios adaptados a las características del usuario. Aplicación de pruebas para la determinación de la condición física, biológica y motivacional del usuario. Organización de los resultados obtenidos de los test, pruebas y cuestionarios. Elaboración de informes técnicos con la interpretación de los resultados obtenidos de los test, pruebas y cuestionarios.

Información utilizada o generada:

Software de consulta. Documentación técnica de equipos y materiales. Información técnica relativa a la metodología, procedimiento, Indicaciones y contraindicaciones de aplicación de pruebas, test y cuestionarios. Baremos contrastados de referencia. Bibliografía especializada.

Unidad de competencia 2: Programar las actividades propias de una Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP), atendiendo a criterios de promoción de la salud y el bienestar del usuario

Nivel: 3.

Código: UC0274_3.

Realizaciones profesionales y criterios de realización:

RP 1: Realizar el análisis diagnóstico del contexto de intervención para desarrollar, optimizar y ajustar la programación de actividades de la sala de entrenamiento polivalente, para distintos tipos de usuarios, según las técnicas previstas en la programación de referencia.

CR 1.1 La documentación e información acerca de las características de los usuarios (edad, naturaleza de la demanda, necesidades terapéuticas, género, tratamientos médicos y/o farmacológicos, entre otros) se recopila y se selecciona, utilizando las técnicas descritas en la programación general de referencia para agrupar a los usuarios según los criterios y objetivos previstos.

CR 1.2 La programación general de referencia de la entidad, instalación y/o centro, se interpreta identificando las directrices expresadas en la misma para la elaboración de la programación de la sala de entrenamiento polivalente.

CR 1.3 Las características de los usuarios se identifican, analizando la documentación recopilada y las técnicas previstas en la programación general de referencia y de forma diferenciada:

- Nivel de condición física.
- Nivel de condición biológica.
- Intervalo de edad.
- Género.
- Estilo de vida de los practicantes.
- Historia de la salud de los practicantes.
- Grado de autonomía personal.
- Diferencias de comunicación.
- Origen de la demanda del servicio (individual, en nombre de terceros, organizaciones, otros profesionales de la salud, entre otros).

CR 1.4 Los recursos humanos, disposición horaria, instalaciones, medios y material auxiliar se analizan definiendo sus posibilidades, límites y posibles riesgos en su uso, para el desarrollo de la actividad.

CR 1.5 Los resultados del análisis diagnóstico se registran en el soporte físico previsto para tal fin, jerarquizando las referencias clave, para que permita la aplicación funcional y operativa de los mismos.

CR 1.6 Las actividades que supongan una interacción con otras áreas o departamentos, se determinan y coordinan con los técnicos responsables de los mismos para que no se produzcan interferencias que dificulten el funcionamiento de la SEP.

CR 1.7 El proceso de mantenimiento preventivo de los elementos de la sala de entrenamiento polivalente se concreta, determinando las personas, acciones y frecuencia, siguiendo las pautas de la programación general de referencia, para asegurar el normal desarrollo de las actividades.

CR 1.8 La organización de competiciones, concursos y eventos lúdico-deportivos relacionados con la sala de entrenamiento polivalente, se concreta, para que quede reflejada en la programación específica.

RP 2: Determinar los objetivos de la programación de la sala de entrenamiento polivalente para satisfacer las necesidades y expectativas, conforme a las demandas y análisis diagnóstico del contexto de intervención, reorientándolos en su caso, para atender a los distintos tipos de usuarios.

CR 2.1 La información obtenida en el análisis diagnóstico se utiliza como premisa en la determinación, secuenciación, ajuste y/o redefinición de los objetivos a alcanzar por el grupo de usuarios.

CR 2.2 Los objetivos de la programación de la sala de entrenamiento polivalente y los de cada una de las sesiones se determinan de acuerdo a las directrices y criterios de la programación general de referencia, para alcanzar los objetivos generales previstos y garantizar la práctica segura, al tiempo que permitan:

- Dar respuesta a los intereses del grupo teniendo en cuenta sus necesidades y posibles limitaciones.
- Orientar el programa hacia el desarrollo y mejora de la condición física pensando en su salud, calidad de vida, bienestar físico y mental y realización personal.

CR 2.3 Las prioridades y la secuencia temporal de los objetivos se reflejan en la programación de actividades de la SEP para los distintos tipos de usuarios de forma específica.

CR 2.4 Las ayudas técnicas y asistenciales para la realización de las actividades a los usuarios con limitaciones en su autonomía personal se determinan, para lograr su máxima y más eficaz participación.

RP 3: Elaborar los programas de acondicionamiento físico o entrenamiento de acuerdo a la programación de la sala de entrenamiento polivalente, reorientándolos en su caso, para atender a los distintos tipos de usuarios y sus necesidades.

CR 3.1 Los resultados de la batería de pruebas, test y cuestionarios realizados se analizan teniendo en cuenta las características de los usuarios para determinar los objetivos específicos de los programas de acondicionamiento físico o entrenamiento.

CR 3.2 Las actividades y ejercicios del programa de acondicionamiento físico o entrenamiento se seleccionan, verificando su adecuación a las características biológicas, nivel de condición física, necesidades y expectativas del usuario, para personalizar su mejora de rendimiento físico.

CR 3.3 Los componentes de la dosis de entrenamiento como frecuencia, volumen, intensidad se determinan, comprobando que responden a los objetivos planteados y a los parámetros recomendados para cada usuario, para asegurar su mejora en la condición física con rigor, seguridad y sin riesgos para el mismo.

CR 3.4 La duración de cada uno de los períodos de entrenamiento y de las sesiones, la curva de intensidad y la recuperación responden a los objetivos planteados y a los parámetros recomendados para cada usuario, para conseguir la estimulación de la respuesta del organismo y mejora.

CR 3.5 El material imprescindible para la ejecución de las actividades se determina teniendo en cuenta los recursos disponibles, los objetivos previstos, las propuestas metodológicas adoptadas y las características de los usuarios.

CR 3.6 El programa de entrenamiento se prepara procesando la información en soporte informático para disponer de los recursos operativos durante la dirección de las actividades.

RP 4: Determinar la metodología en la instrucción y dirección de las actividades de acondicionamiento físico en la sala de entrenamiento polivalente, de acuerdo a la programación general de referencia, los objetivos previstos, y características de los usuarios para asegurar la concreción, la seguridad y la satisfacción de los mismos.

CR 4.1 La metodología, el estilo de intervención y motivación se determinan teniendo en cuenta los objetivos de la entidad y expectativas de los usuarios para adecuar las actividades de acondicionamiento físico en la sala de entrenamiento polivalente.

CR 4.2 Las pautas para la optimización de las relaciones interpersonales se concretan en la programación específica de la sala de entrenamiento polivalente para asegurar el normal desarrollo de las actividades, según la programación general de la misma.

CR 4.3 Las estrategias de comunicación entre el técnico y los distintos usuarios se identifican partiendo del análisis de sus necesidades y objetivos, explicitando aquellas que son específicas para atender a las personas con necesidades especiales.

CR 4.4 Las estrategias metodológicas orientadas a la integración de los practicantes con alguna limitación de su autonomía personal, se prevén y registran, para asegurar la participación y práctica seguras en las actividades de acondicionamiento físico.

CR 4.5 Las fases de la sesión de instrucción de actividades de acondicionamiento físico, se identifican, como elementos del proceso, discriminando calentamiento, estiramiento-tonificación-relajación y vuelta a la calma, respetando los principios fisiológicos del entrenamiento y mejora física para conseguir una práctica segura.

CR 4.6 La secuenciación y temporalización de las sesiones se determina, respetando las características de los usuarios y la secuencia de los objetivos prevista, para asegurar la progresión eficaz en la concreción de las actividades, explicitando:

- Objetivos.
- Metodología.

- Selección y justificación de las actividades.
- Material de apoyo.
- Aspectos de riesgo de lesión y contraindicaciones.
- Control del usuario.

CR 4.7 La organización de cursos y talleres como oferta de actividades se determina y se recoge en la programación de la sala de entrenamiento polivalente, de acuerdo a la programación general de referencia, para fomentar la práctica del ejercicio físico.

RP 5: Gestionar la operatividad de la sala de entrenamiento polivalente, de los recursos y materiales para asegurar su uso, idoneidad y seguridad según el protocolo, el plan de prevención de riesgos de la entidad, instalación y/o centro y respetando la normativa aplicable.

CR 5.1 Las barreras arquitectónicas y necesidades de adaptación de las instalaciones se detectan, verificando la normativa aplicable y cumplimentando el documento de control establecido, proponiendo alternativas para optimizar las posibilidades de autonomía en las personas con discapacidad.

CR 5.2 El inventario del material se determina con la periodicidad de acuerdo a la programación general de referencia y se registra en el modelo de hoja de registro de la entidad, instalación y/o centro, para solventar posibles necesidades y renovaciones.

CR 5.3 Los formularios u hojas de control de mantenimiento para las comprobaciones rutinarias se incluyen en la programación de la sala de entrenamiento polivalente, para su cumplimentación y entrega a la persona responsable, para su control y gestión por la entidad, instalación y/o centro.

CR 5.4 Las medidas de seguridad respecto al uso de materiales específicos y la práctica durante las sesiones, se determinan y recogen en la programación de la sala de entrenamiento polivalente, para reducir y minimizar el riesgo de lesiones, de acuerdo a los criterios establecidos en la programación general de referencia, el protocolo, plan de prevención de riesgos de la entidad, instalación y/o centro y la normativa aplicable.

CR 5.5 Las normas de uso de la sala de entrenamiento polivalente con respecto a la seguridad y prevención de riesgos y con respecto a su limpieza e higiene, se explicitan en la programación de la sala, de acuerdo a los criterios establecidos en la programación general de referencia, guía para la acción preventiva de la entidad, instalación y/o centro y la normativa aplicable.

CR 5.6 El registro de los datos personales de los usuarios y el consentimiento de archivo de los mismos, se realiza en el modelo de hoja de control y formato establecido por la entidad, instalación y/o centro, de acuerdo a la programación general de referencia, y se custodian según el protocolo establecido para asegurar la confidencialidad de los mismos y cumplir con la normativa aplicable.

CR 5.7 El calendario y los horarios de las actividades de la sala de entrenamiento polivalente y los medios disponibles de la sala, se organizan de acuerdo a las directrices de la entidad, instalación y/o centro y la programación general de referencia, para evitar coincidencias con otras actividades que puedan distorsionar la práctica de las actividades.

CR 5.8 Las estrategias de marketing y publicidad como reparto de folletos informativos, elaboración de carteles, envío de correos electrónicos, entre otros, se prevén y se determinan, para asegurar la divulgación de las actividades de acondicionamiento físico de la sala de entrenamiento polivalente, de acuerdo a la programación general de referencia y los criterios organizativos de la entidad, instalación y/o centro, contemplando la ley de protección de datos y normativa aplicable.

RP 6: Evaluar la programación de la sala de entrenamiento polivalente estimando el grado de satisfacción del usuario, la calidad del servicio y la eficacia de la programación, observando las medidas de prevención de riesgos y la normativa aplicable.

CR 6.1 Los instrumentos de evaluación se eligen en función de los objetivos de la programación de la sala de entrenamiento polivalente y de acuerdo a los criterios de

la entidad, instalación y/o centro y a la programación general de referencia, para el análisis de los resultados de la práctica.

CR 6.2 Los procedimientos de evaluación de la programación de la sala, del proceso y los resultados del programa de entrenamiento, se determinan, temporalizando las medidas correctoras, para garantizar el logro de los objetivos programados.

CR 6.3 La evaluación de las actividades de la programación de la sala de entrenamiento polivalente se programa y se establece de forma periódica registrándola en el modelo de hoja de control, para obtener una valoración objetivable y reajustar las actividades de instrucción de actividades de acondicionamiento físico e inclusión en la memoria.

CR 6.4 Los datos sobre la evolución personalizada de los usuarios, se registran en las hojas de control normalizadas para tal fin, para facilitar su utilización posterior en reajustes de la programación de la sala de entrenamiento polivalente y la concreción de la práctica.

CR 6.5 El grado de satisfacción de los usuarios se evalúa aplicando los instrumentos para tal fin y de manera individualizada, siguiendo los criterios de la entidad, instalación y/o centro y de acuerdo a la programación general de referencia, para ajustar la programación de la sala de entrenamiento polivalente, aplicar las medidas correctoras y asegurar la fidelización en la práctica.

CR 6.6 La calidad del servicio y adecuación de la sala, espacios, medios y recursos utilizados, el cumplimiento de los horarios, la optimización del tiempo y la eficacia de los instructores de las actividades de acondicionamiento físico, se registra en las hojas de control según el modelo y formato establecidos por la entidad, instalación y/o centro, para estimar la calidad global y proponer cambios para su mejora.

CR 6.7 La valoración de los riesgos laborales se estima según los criterios establecidos en la programación general de referencia, guía para la acción preventiva de la entidad, instalación y/o centro y la normativa aplicable, identificándolos e informando de los resultados al responsable de la entidad, instalación y/o centro para que sean minimizados dentro de los márgenes tolerables.

CR 6.8 La información al usuario de su derecho a acceso al archivo de los datos personales, así como lo relativo a la guarda y registro de la práctica y evolución en soportes informáticos, se transmite, para cumplir con la normativa aplicable.

Contexto profesional:

Medios de producción:

Equipos informáticos con software específico de aplicación (periodización del entrenamiento, programación, agenda, cronogramas). Medios y equipos de oficina.

Productos y resultados:

Determinación de programas y metodologías de instrucción y dirección del acondicionamiento físico. Identificación de las técnicas de evaluación. Determinación de las secuencias temporales de evaluación. Datos sobre la evolución del usuario. Determinación de los instrumentos de evaluación para personas con limitaciones en su autonomía personal. Programación de actividades. Determinación de metodologías. Resultados de la evaluación.

Información utilizada o generada:

Software de consulta. Documentación técnica de equipos y materiales. Protocolos de actuación en la anticipación de riesgos y mantenimiento de la instalación y sus elementos. Bibliografía especializada.

Unidad de competencia 3: Instruir y dirigir actividades de acondicionamiento físico con equipamientos y materiales propios de Salas de Entrenamiento Polivalente (SEP)

Nivel: 3.

Código: UC0275_3.

Realizaciones profesionales y criterios de realización:

RP 1: Organizar los recursos y actividades de una sala de entrenamiento polivalente, estableciendo las pautas según la programación establecida para garantizar la optimización y seguridad de uso del espacio de trabajo y adecuación del programa del entrenamiento.

CR 1.1 Las gestiones para el uso de la sala de entrenamiento polivalente y el material se realizan comprobando su disponibilidad y accesibilidad para que no impidan o dificulten las posibilidades de movilidad, desplazamiento y autonomía personal de los usuarios.

CR 1.2 El material y la sala de entrenamiento polivalente se supervisan para verificar que se encuentran en las condiciones previstas para su utilización y adaptadas a las características y necesidades de los usuarios.

CR 1.3 Las medidas de seguridad para el desarrollo de la actividad se determinan, según el protocolo establecido, para reducir el riesgo de lesiones y/o accidentes.

CR 1.4 La comprobación del mantenimiento preventivo y operativo de la SEP se realiza con anterioridad al desarrollo de la actividad para garantizar las condiciones de uso, seguridad y operatividad.

CR 1.5 El inventario de recursos de la SEP se mantiene actualizado con la periodicidad marcada en la programación de referencia para garantizar el desarrollo de las actividades.

CR 1.6 Las incidencias detectadas respecto a equipos y medios de prevención, estado de limpieza, orden y seguridad de las zonas de trabajo, se comprueban, según el protocolo establecido, y se comunican por los canales establecidos por la entidad para su tratamiento y resolución.

CR 1.7 Las orientaciones relativas a otras prácticas complementarias como sauna, masajes, criterios de nutrición equilibrada, entre otros, se determinan para su posterior inclusión en el programa de entrenamiento.

CR 1.8 La coordinación con otros técnicos, se comprueba, según la programación general de la SEP, para facilitar el uso y optimizar los materiales y zona de trabajo.

RP 2: Dirigir las actividades de acondicionamiento físico demostrando, en su caso, la ejecución de los ejercicios y uso del material, supervisando que se ajustan al programa de entrenamiento, según las pautas establecidas y datos de la valoración de la condición física, para asegurar su desarrollo y prevenir lesiones.

CR 2.1 Las pruebas y cuestionarios de evaluación biológica y funcional (contacto inicial, observación de la postura, de apariencia, de anomalías y alteraciones, de la biomecánica de la marcha, entre otros) se seleccionan, de acuerdo a la programación general de referencia para la personalización de la instrucción de las actividades de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente.

CR 2.2 La ubicación espacial propia del técnico durante la actividad, se selecciona, para facilitar la percepción e interpretación de sus instrucciones y controlar visualmente el funcionamiento general de la SEP, comprobando que cada usuario cumple con el programa establecido y realiza las anotaciones en la ficha de control.

CR 2.3 El programa de entrenamiento se explica al usuario, verbalmente y con documentación en su caso, incidiendo sobre la utilización del material y los equipos, los ejercicios y su finalidad, las necesidades de hidratación, las pausas de recuperación, y el uso de la ficha de control para una efectiva comprensión de su objetivo.

CR 2.4 La comunicación con el usuario de la sala de entrenamiento polivalente se adapta a sus posibilidades de percepción e interpretación para asegurar la comprensión del programa y la explicación sobre la realización de los ejercicios.

CR 2.5 La realización de los ejercicios y la utilización de los materiales se demuestra aplicando principios biomecánicos, puntualizando los detalles, anticipando los posibles errores de ejecución y asegurándose de que las indicaciones son comprendidas, para una correcta ejecución.

CR 2.6 La estructura técnica, ritmo, intensidad, evolución en la ejecución, de cada ejercicio, utilización de equipos y material se supervisa y, en su caso, se dan las indicaciones personalizadas con las demostraciones prácticas para su corrección.

CR 2.7 Las técnicas de dinamización a los usuarios durante la ejecución de los ejercicios, se realiza, para conseguir una buena relación entre ellos, captar su interés, aumentar su motivación, y corrigiendo las situaciones que perturben el desarrollo de las actividades, asegurando la satisfacción y participación del usuario.

CR 2.8 La vestimenta y el material personal del usuario se supervisa, informando de las características que deben de cumplir, para que la actividad pueda desarrollarse de una forma segura, higiénica y confortable.

RP 3: Organizar competiciones, concursos y eventos lúdico-deportivos propios de la sala de entrenamiento polivalente, como medio de fidelización y motivación de los usuarios.

CR 3.1 La documentación para la participación de los usuarios en el evento y el uso de las instalaciones se gestiona y organiza y presenta para garantizar el funcionamiento del mismo.

CR 3.2 La dotación de la instalación, así como el buen estado de uso del material se verifica para que se adecue a las características del evento que se organiza.

CR 3.3 La presencia de terceros, como espectadores o técnicos se gestiona, y se comprueba su participación durante el desarrollo del evento, para asegurar que la organización del mismo sigue las pautas según lo establecido.

CR 3.4 Los equipos participantes, horarios y ceremonias como la entrega de trofeos se organizan según el protocolo establecido para asegurar que cumple con la previsión y el protocolo del evento.

CR 3.5 La lista de participantes se comprueba, in situ, para asegurar su presencia en el evento y normal desarrollo.

CR 3.6 Las normas que regirán el evento, así como las medidas de seguridad, se comunican a los interesados, asegurando que con su conocimiento se cumplan.

CR 3.7 El desarrollo del evento se prevé y controla, mediante una observación visual y documental, según las directrices marcadas, garantizando las medidas de seguridad previstas en la programación.

CR 3.8 La competición, concurso o evento se dinamiza mediante la aplicación de técnicas de animación buscando la implicación de los participantes y del público.

RP 4: Realizar el seguimiento de las sesiones de instrucción y dirección de actividades de acondicionamiento físico en la sala de entrenamiento polivalente, conforme a la programación general de referencia, para valorar el grado de adecuación al programa de entrenamiento.

CR 4.1 Los instrumentos y técnicas para la evaluación del programa de entrenamiento se aplican en congruencia con los indicadores de evaluación según la programación de referencia, para constatar el grado de consecución de los objetivos marcados.

CR 4.2 La información obtenida periódicamente sobre la condición física a través de la observación sistemática, batería de pruebas, test, cuestionarios y otros, se utiliza como referencia fiable para valorar el grado de consecución de los objetivos marcados en el programa de entrenamiento.

CR 4.3 La información recogida sobre el grado de satisfacción y motivación, pertinencia de las actividades y ejercicios, idoneidad de las ayudas y apoyos, validez

de las estrategias, resultados, medidas de seguridad y prevención de riesgos, se analiza y presenta de forma coherente con el modelo propuesto en la programación general de referencia para mejorar posteriores procesos.

CR 4.4 Las necesidades y expectativas de los usuarios en relación con las actividades, se identifican mediante encuestas o entrevistas, con especial atención a las de aquellos con alguna limitación en su autonomía personal.

CR 4.5 Los datos obtenidos del seguimiento y valoración de la práctica individual se registran en la hoja de control normalizada para su análisis, de manera que permitan el seguimiento de su evolución y la comprensión del proceso de entrenamiento.

Contexto profesional:

Medios de producción:

Equipos informáticos con software específico de aplicación. Sala de entrenamiento polivalente interior o exterior, bicicletas estáticas, remos, tapices rodantes, simuladores de subir escaleras, máquinas de esquí, máquinas de trepa, máquinas de musculación con placas, poleas, máquinas de musculación de peso libre, máquinas de musculación neumáticas, peso libre: barras, discos, halteras, mancuernas, lastres, entre otros. Colchonetas, espalderas, equipos de música y medios audiovisuales, equipo de megafonía, vídeos, CDs, DVDs. Máquinas de electroestimulación. Máquinas elípticas. Máquina polivalente de estiramientos. Plataformas vibratorias. Plataformas de estabilización. Plataformas de estabilización. Espejos. Bandas elásticas. Pelotas y balones (de estabilidad, de gran y pequeño diámetro, con peso, de espuma y otros). Rulos, rodillos o barras de espuma. Bancos de trabajo: fijo, articulado, con soportes. Cinturones de protección lumbar. Material diverso para fitness acuático.

Productos y resultados:

Organización de recursos y actividades de una sala de entrenamiento polivalente. Dirección de actividades de acondicionamiento físico. Supervisión de programas de entrenamiento. Organización de competiciones, concursos y eventos lúdico-deportivos propios de la SEP. Fidelización y motivación de los usuarios de la SEP. Seguimiento de sesiones de instrucción y dirección de actividades de acondicionamiento físico en la SEP. Valoración del grado de adecuación de programas de entrenamiento.

Información utilizada o generada:

Documentación técnica de equipos y materiales. Fichas del programa de acondicionamiento físico de cada usuario. Historial de cada usuario. Hojas de trabajo diario. Fichas resumen de incidencias. Fichas o cuestionarios de evaluación. Partes de notificación a los servicios de mantenimiento, limpieza, entre otros. Bibliografía específica de consulta.

Unidad de competencia 4: Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia

Nivel: 2.

Código: UC0272_2.

Realizaciones profesionales y criterios de realización:

RP 1: Buscar signos de alteraciones orgánicas según los protocolos establecidos, para la valoración inicial del accidentado, como primer interviniente.

CR 1.1 La señalización y el balizamiento según lo establecido, se realizan utilizando los elementos disponibles para acotar el lugar de la emergencia.

CR 1.2 La información sobre el estado del accidentado y las causas del accidente se recaba, estableciendo comunicación cuando es posible, con el mismo o con los posibles testigos y asistentes ocasionales al suceso, para valorar la situación inicial.

CR 1.3 Las técnicas de valoración con ligeros zarandeos en los hombros y toques en las mejillas, se efectúan, para valorar el nivel de consciencia del accidentado.

CR 1.4 La observación de los movimientos del pecho y la emisión de sonidos y aliento acercándose a su cara, se efectúa, para comprobar la respiración del accidentado.

CR 1.5 El estado de la circulación sanguínea se comprueba, mediante la observación del ritmo respiratorio del accidentado y movimientos de sus miembros.

CR 1.6 Los mecanismos de producción del traumatismo se identifican para buscar las posibles lesiones asociadas.

CR 1.7 Los elementos de protección individual se utilizan para prevenir riesgos laborales durante la asistencia al accidentado.

CR 1.8 El servicio de atención de emergencias, se contacta, para informar de los resultados de la valoración inicial realizada, comunicando la información recabada, consultando las maniobras que se vayan a aplicar y solicitando otros recursos que pudiesen ser necesarios.

RP 2: Asistir al accidentado con maniobras de soporte ventilatorio y/o circulatorio básico, para mantener o recuperar las constantes vitales, conforme a protocolos establecidos.

CR 2.1 La asistencia inicial a personas en situación de compromiso ventilatorio y/o cardiocirculatorio, se presta, ejerciendo vigilancia y seguimiento constante para detectar cualquier cambio significativo en la situación de partida.

CR 2.2 La apertura, limpieza y desobstrucción de la vía aérea ante un obstáculo o cuerpo extraño, se realiza, mediante las técnicas manuales o aspirador según la situación, conforme a protocolos establecidos, para asegurar la ventilación.

CR 2.3 La permeabilidad de la vía aérea en accidentados inconscientes se preserva, mediante la aplicación de la técnica postural que la asegure, para preservar la ventilación.

CR 2.4 Las técnicas ventilatorias con balón resucitador manual y/u oxígeno se seleccionan, conforme a protocolos establecidos, para permitir una ventilación artificial del accidentado ante evidentes signos de hipoxia.

CR 2.5 Las técnicas de reanimación cardio-respiratoria se aplican, conforme a protocolos establecidos, ante una situación de parada cardio-respiratoria, para recuperar las constantes vitales.

CR 2.6 El desfibrilador semiautomático, en caso de necesidad, se utiliza para la reanimación del accidentado, conforme a la normativa aplicable y protocolos establecidos.

CR 2.7 Las técnicas de hemostasia ante hemorragias externas se aplican para impedir un shock hipovolémico.

CR 2.8 Las técnicas posturales, se aplican, cuando el accidentado se encuentra en situación de compromiso ventilatorio o presenta signos evidentes de «shock», para evitar aspiraciones de vómitos, obstrucciones y favorecer la respiración.

RP 3: Prestar la atención inicial al accidentado, aplicando los primeros auxilios iniciales en situaciones de emergencia que no impliquen una parada cardio-respiratoria, para mantener las constantes vitales según el protocolo establecido.

CR 3.1 La apertura de la vía aérea se realiza, mediante la maniobra frente-mentón para evitar el taponamiento de la laringe por la lengua.

CR 3.2 La alineación manual de la columna cervical se realiza ante existencia de una lesión para protegerla y minimizar los riesgos de una mayor.

CR 3.3 La atención específica a accidentados que han sufrido lesiones por agentes mecánicos, físicos o químicos se presta, aplicando las técnicas para cada situación conforme a protocolos establecidos.

CR 3.4 La atención específica a la parturienta ante una situación de parto inminente se presta, conforme al protocolo de actuación establecido, transmitiendo tranquilidad y serenidad.

CR 3.5 La atención específica indicada a las personas con crisis convulsivas, se presta, para minimizar posibles riesgos de lesiones físicas, conforme a protocolos establecidos.

CR 3.6 La atención específica indicada a las personas con atragantamiento, se presta, discriminando los casos especiales de embarazadas, personas obesas y niños conforme a protocolos establecidos, transmitiendo tranquilidad y serenidad.

CR 3.7 La atención específica indicada a las personas con quemaduras, se presta, conforme a protocolos establecidos y se coloca en posición antishock ante una quemadura de gran extensión, para minimizar riesgos.

CR 3.8 La atención específica indicada a las personas con hemorragia, se presta, conforme a protocolos establecidos para evitar una lipotimia.

RP 4: Aplicar las técnicas de movilización e inmovilización al accidentado, y en su caso interviniendo con los primeros auxilios, para asegurar el posible traslado.

CR 4.1 El lugar de seguridad se selecciona, conforme a protocolos establecidos, para colocar al accidentado hasta la llegada de los servicios sanitarios de emergencia y minimizar los riesgos.

CR 4.2 Las técnicas de movilización e inmovilización se aplican para colocar al accidentado en una posición anatómica no lesiva hasta que acudan a la zona los servicios sanitarios de emergencia o para proceder a su traslado en caso necesario.

CR 4.3 Las técnicas posturales, se aplican, cuando el accidentado se encuentra en situación de compromiso ventilatorio o presenta signos evidentes de «shock», para minimizar riesgos.

CR 4.4 Los tipos de accidentados y lesiones, se discriminan, para intervenir en aquellos casos que no precisen de otros profesionales.

CR 4.5 Las técnicas de intervención de primeros auxilios con los accidentados inmovilizados, se discriminan, para aplicar aquellas propias de un técnico de nivel como primer interviniente, en función de la gravedad y los tipos de lesiones o proceder inmediatamente a su traslado.

RP 5: Intervenir con técnicas de comunicación y apoyo emocional al accidentado, familiares e implicados en la situación de urgencia siguiendo los protocolos establecidos, para facilitar la asistencia, traslado y minimizar los riesgos.

CR 5.1 Los signos de ataque de pánico, ansiedad y/o estrés de la víctima motivado por el accidente, se identifican observando el aumento del ritmo cardíaco, palmas sudorosas, dificultad para respirar, sensación subjetiva de ataque cardíaco, y sentimientos de temor para aplicar las técnicas de apoyo emocional hasta su traslado, siguiendo los protocolos establecidos.

CR 5.2 La comunicación del accidentado con su familia se facilita, desde la toma de contacto hasta su traslado, atendiendo, en la medida de lo posible, a sus requerimientos.

CR 5.3 La información a familiares, accidentado o persona relacionada, se realiza de manera respetuosa e infundiendo confianza, sobre aquellas cuestiones que se puedan plantear dentro de sus competencias.

CR 5.4 Los familiares de los accidentados, se atienden, para ofrecerles información sobre las cuestiones que puedan plantear dentro de sus competencias.

CR 5.5 La solicitud de información por parte de la familia de los accidentados se atiende para ofrecerles datos sobre las cuestiones que puedan plantear dentro de sus competencias.

Contexto profesional:**Medios de producción:**

Material de movilización e inmovilización. Material electromédico. Botiquín. Equipo de oxigenoterapia. Desfibrilador semiautomático. Equipo de protección individual. Sistema de comunicación. Kit de organización en catástrofe. Protocolos de actuación. Material de señalización y balizamiento. Material de autoprotección.

Productos y resultados:

Signos de alteraciones orgánicas detectados como primer interviniente. Aplicación de las técnicas de soporte ventilatorio y/o circulatorio básicas. Atención inicial y primeros auxilios básicos iniciales en situaciones de emergencia que no impliquen una parada cardio-respiratoria. Técnicas de movilización e inmovilización al accidentado aplicadas para asegurar el posible traslado. Intervención con técnicas de comunicación y apoyo emocional al accidentado, familiares e implicados en la situación de urgencia. Comunicación con los servicios de atención de emergencias. Intervención a su nivel en situaciones de emergencias colectivas y catástrofes.

Información utilizada o generada:

Manuales de primeros auxilios. Revistas y bibliografía especializada. Protocolos de actuación. Informes.

Módulo formativo 1: Valoración de las capacidades físicas

Nivel: 3.

Código: MF0273_3.

Asociado a la UC: Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario.

Duración: 150 horas.

Capacidades y criterios de evaluación:

C1: Identificar test, pruebas y cuestionarios de condición física, biológica, funcional y motivacional agrupándolos con coherencia en una batería de pruebas personalizada en función de las características del usuario y los medios disponibles.

CE1.1 Localizar y obtener información del mayor número posible de pruebas y test, elaborando un registro documental en el que se expliciten:

- Indicaciones de aplicación en función de su finalidad (valoración de la condición biológica o de la condición física).
- Rango del técnico que de acuerdo a la legislación vigente puede aplicarlas de forma autónoma y las posibilidades de colaboración y trabajo en equipo con técnicos de rango inferior.
- Descripción de la técnica de ejecución y de las ayudas necesarias para la misma.
- Validez y fiabilidad de las mismas conforme a parámetros y criterios contrastados.
- Instalación y recursos materiales necesarios para su aplicación.
- Intensidad del esfuerzo que implica su ejecución (bajo, medio, submáximo y máximo).
- Compatibilidad y contraindicaciones de aplicación conforme a circunstancias habituales en varios perfiles tipo de usuarios.
- Cuantos detalles se consideren de especial relevancia en su aplicación.

CE1.2 Identificar, seleccionar y adaptar los modelos de cuestionarios más utilizados en la valoración de la condición biológico-deportiva, así como las técnicas de entrevista utilizadas tanto en el ámbito de la recreación como en el del deporte de competición.

CE1.3 En un supuesto práctico de batería de pruebas y test personalizada para un usuario con unas características dadas, analizar cada una de las pruebas o test que lo componen de forma individual y en su conjunto:

- Detectando su adecuación o no al perfil de usuario propuesto.
- Identificando las pruebas test que podría él aplicar directamente y aquellas en las que sólo podría colaborar en aplicación.
- Proponiendo alternativas o pruebas de complemento para optimizar su personalización, en su caso.
- Precisando aquellos aspectos y detalles de aplicación que requieran una atención especial para conseguir un resultado válido.
- Señalando las posibles contraindicaciones o circunstancias de riesgo que puedan existir.

CE1.4 En un supuesto práctico de cuestionarios incluidos en una batería de pruebas y test personalizada para un usuario, analizar su adecuación o no al perfil del mismo proponiendo, en su caso, las adaptaciones y/o modificaciones para conseguirlo.

CE1.5 En un supuesto práctico con un perfil de usuario con unas características dadas, elaborar una batería de test, pruebas y cuestionarios seleccionando y concretando:

- Los cuestionarios de entrevista personal.
- Los test de valoración de la condición física que la componen.
- Las pruebas básicas de valoración biológica.
- Los test y pruebas que se puede aplicar de forma autónoma.
- Los test y pruebas en que se necesita la dirección y/o concurso de técnicos de rango superior para su aplicación y la forma de colaborar en las funciones que por rango y formación le son propias.
- Los test y pruebas que necesitan de la colaboración de otros técnicos de rango igual o inferior, así como el protocolo de trabajo en equipo para aplicarlos.
- Recursos y medios para su aplicación.
- Los argumentos que justifican la validez y adecuación al perfil de usuario propuesto.

CE1.6 En un supuesto práctico de batería de pruebas, test y cuestionarios personalizados para un usuario con alguna discapacidad menor, analizar la adecuación o no de la misma y, en su caso, explicar los criterios y elementos de juicio que se establecen para solicitar la participación de un técnico especialista.

C2: Analizar y manejar equipamientos específicos para la medida de la condición física y biológica comprobando su funcionamiento.

CE2.1 Describir los instrumentos y máquinas de medida de la condición física enumerando sus aplicaciones/utilidades.

CE2.2 Describir los signos indicadores de posibles anomalías en el funcionamiento de los instrumentos y equipos de medida de la condición física.

CE2.3 Explicar y realizar el proceso de mantenimiento preventivo de los instrumentos y equipos de chequeo de la condición física y biológica.

CE2.4 En un supuesto práctico de medida de la condición física, seleccionar los instrumentos y/o máquinas en función de los parámetros morfológicos y/o funcionales que se deben medir.

CE2.5 Explicar y demostrar el modo de utilizar los aparatos/instrumentos y equipos de medida de la condición física y describir los errores posibles en la ejecución, así como la manera de evitarlos y corregirlos.

CE2.6 Manejar instrumentos y máquinas de medida de la condición física aplicando los protocolos establecidos y siguiendo las recomendaciones de los fabricantes.

CE2.7 En un supuesto práctico, adaptar los instrumentos de valoración a las condiciones particulares de la situación y del usuario.

C3: Aplicar técnicas para la medición de la condición física y nivel biológico de usuarios respetando los parámetros de salud y seguridad durante su determinación.

CE3.1 Definir los parámetros susceptibles de aportar información sobre la condición física y aptitud biológica de una persona de características dadas.

CE3.2 Identificar las etapas en la ejecución de pruebas antropométricas, morfológicas, funcionales y test de aptitud física.

CE3.3 Explicar los fenómenos fisiológicos que ocurren durante la ejecución de los test de valoración funcional cardíaca.

CE3.4 Seleccionar la prueba o test según el parámetro que se debe medir y a las características psicopsicológicas, fisiológicas y biotípicas del usuario.

CE3.5 Demostrar y explicar el procedimiento de realización de unos test o pruebas.

CE3.6 En un supuesto práctico de determinación de la condición física y biológica de unos usuarios, aplicar de forma autónoma los test o pruebas:

- Demostrando personalmente la forma de realizarlos.
- Indicando las normas de seguridad que se deben observar.
- Identificando las condiciones fisiológicas o patológicas en que están contraindicados.
- Identificando signos indicadores de riesgo antes y/o durante su ejecución.
- Suministrando las ayudas que requieren los usuarios, especialmente a aquellos que tienen un menor grado de autonomía personal.
- Comprobando la ejecución dentro de unos parámetros de seguridad de cada test o prueba, así como su estructura técnica y ritmo.
- Controlando los síntomas de fatiga excesiva y/o dolor, signos como el mareo, frecuencia cardíaca, sudoración, ritmo respiratorio, temperatura, entre otros.
- Aplicando al usuario, en su caso, ejercicios que favorezcan la fase de recuperación posterior al esfuerzo.

CE3.7 En un supuesto práctico, aplicar en colaboración con otros técnicos especialistas de rango superior, del mismo rango o de rango inferior los test o pruebas:

- Demostrando personalmente la forma de realizarlos.
- Indicando las normas de seguridad que se deben observar.
- Identificando las condiciones fisiológicas o patológicas en que están contraindicados.
- Identificando signos indicadores de riesgo antes y/o durante su ejecución.
- Suministrando las ayudas que requieren los usuarios, especialmente a aquellos que tienen un menor grado de autonomía personal.
- Realizando las funciones que le son propias por nivel en la colaboración con los técnicos de rango superior al aplicar las pruebas y test.
- Dirigiendo a los otros técnicos de rango igual o inferior que participen, según el protocolo de aplicación establecido.
- Comprobando la correcta ejecución de cada test o prueba así como su estructura técnica y ritmo.
- Controlando los síntomas de fatiga excesiva y/o dolor, signos como el mareo, frecuencia cardíaca, sudoración, ritmo respiratorio, temperatura, entre otros.
- Aplicando al usuario, en su caso, ejercicios que favorezcan la fase de recuperación posterior al esfuerzo.

CE3.8 En un supuesto práctico de determinación de la condición física y biológica de unos usuarios, medir los parámetros relativos a la condición física, así como los

antropométricos y funcionales relacionados con la respuesta biológica a la actividad física, registrando los datos obtenidos en el modelo de documento y soporte establecido.

C4: Analizar la estructura anatómica y función de los sistemas cardiovascular-respiratorio y locomotor, interpretando las interdependencias que existen entre sus componentes y la respuesta orgánica al ejercicio.

CE4.1 Describir la estructura y fisiología de los sistemas cardiovascular y respiratorio, sus mecanismos de respuesta y limitaciones en el ejercicio físico.

CE4.2 Describir las estructuras y fisiología del aparato locomotor, sus mecanismos de respuesta y limitaciones en el ejercicio físico.

CE4.3 Indicar los mecanismos fisiológicos que conducen a un estado de fatiga física.

CE4.4 Explicar la influencia de los principales elementos osteomusculares en la postura estática y dinámica del cuerpo.

CE4.5 Explicar las alteraciones morfofuncionales más importantes y habituales de la postura corporal e identificar aquellas que pueden ser consideradas como patológicas.

CE4.6 Explicar las clasificaciones biotipológicas y sus implicaciones en la actividad física.

CE4.7 En un supuesto práctico de identificación sobre modelos anatómicos o maniqués que representen el esqueleto humano y el sistema muscular:

- Reconocer las articulaciones y clasificarlas en función del tipo y grado de movilidad.
- Localizar los huesos y músculos del cuerpo.
- Reproducir los arcos de movimiento explicando las interacciones músculo-esqueléticas que se producen.

C5: Aplicar técnicas de obtención y cálculo de los datos e información obtenidos a partir de la realización de una batería de test, pruebas y cuestionarios, registrándolos en el modelo de ficha y soporte físico tipificado.

CE5.1 Seleccionar y adaptar modelos de fichas para satisfacer las necesidades de registro de los datos e información obtenida.

CE5.2 En un supuesto práctico de aplicación de una batería de test, pruebas y cuestionarios, identificar los factores que influyen sobre el resultado de las pruebas y test utilizados.

CE5.3 En un supuesto práctico, a partir de datos obtenidos en el chequeo de la condición física de un conjunto de supuestos usuarios:

- Realizar cálculos estadísticos básicos.
- Realizar gráficas representativas de los resultados.
- Calcular nuevos datos indirectos a partir de datos primarios o directos.
- Elaborar conclusiones utilizando la terminología específica de la actividad.
- Analizar discordancias entre datos, identificando valores erróneos y estadísticamente no fiables o poco significativos.
- Comparar resultados obtenidos con los patrones de normalidad consultando baremos suficientemente contrastados.

CE5.4 En un supuesto práctico de cumplimentación para almacenamiento y control de datos de las baterías, utilizar los medios tecnológicos de ofimática para efectuar los pasos de obtención, cálculo y registro de todos los datos proporcionados en el modelo de ficha o dossier propuesto.

C6: Interpretar los resultados de los test y/o pruebas y cuestionarios y elaborar el informe preceptivo que sirva de referencia para acotar o corregir la elaboración del programa de acondicionamiento físico.

CE6.1 Identificar y diferenciar unas limitaciones que se pueden presentar en usuarios con algún tipo de discapacidad o con problemas de percepción y/o interpretación.

CE6.2 En un supuesto práctico de aplicación de test y/o pruebas, analizar los resultados obtenidos en la aplicación de una batería de test, pruebas y cuestionarios, discriminando los aspectos relativos a la condición física, biológica y motivacional, reseñando las debilidades detectadas y los aspectos particulares a los que habrá de prestarse especial atención en el desarrollo de programas de acondicionamiento físico.

CE6.3 En un supuesto práctico de interpretación de resultados, valorar los cambios observados en unas mediciones de un mismo usuario a lo largo del tiempo estableciendo relaciones causa-efecto.

CE6.4 En un supuesto práctico de interpretación de resultados, elaborar el informe de análisis global haciendo referencia a los resultados obtenidos utilizando recursos informáticos específicos.

CE6.5 En un supuesto práctico de interpretación de resultados identificar y aplicar la normativa de protección de datos así como los criterios deontológicos profesionales al uso para garantizar la confidencialidad de todos los datos y personalidad del usuario.

CE6.6 En un supuesto práctico de interpretación de resultados identificar los posibles signos externos evidentes de una inadecuada alineación postural del usuario.

CE6.7 En un supuesto práctico de interpretación de resultados informar al usuario de los resultados del informe, su situación inicial, evolución y conclusiones.

Capacidades cuya adquisición debe ser completada en un entorno real de trabajo:

C1 respecto a CE1.3, CE1.4, CE1.5 y CE1.6; C2 respecto a CE2.4, CE2.6 y CE2.7; C3 respecto a CE3.6, CE3.7 y CE3.8; C4 respecto a CE4.7; C5 respecto a CE5.2, CE5.3 y CE5.4; C6 respecto a CE6.2, CE6.3, CE6.4, CE6.5, CE6.6 y CE6.7.

Otras capacidades:

Demostrar un buen hacer profesional.

Finalizar el trabajo atendiendo a criterios de idoneidad, rapidez, economía y eficacia.

Tratar al cliente con cortesía, respeto y discreción.

Demostrar interés por el conocimiento amplio de la organización y sus procesos.

Participar y colaborar activamente en el equipo de trabajo.

Actuar con rapidez en situaciones problemáticas y no limitarse a esperar.

Contenidos:

1. Mediciones de la condición física, biológica y motivacional mediante los tests, pruebas y cuestionarios de evaluación:

Conceptos de medida y evaluación.

Necesidad de evaluar la aptitud física: test, pruebas y cuestionarios en función de la edad y el género.

Ámbitos de la evaluación de la aptitud física.

Dificultades para evaluar la aptitud física.

Requisitos de los test de la evaluación de la condición física: validez, fiabilidad, precisión, especificidad.

Cuestionarios de entrevista para la valoración inicial: fichas de registro; historial del usuario; integración de datos: historial médico, historial deportivo. La observación como técnica básica de evaluación.

Otras capacidades motrices susceptibles de medir en el ámbito del acondicionamiento físico: esquema corporal, percepción espacial y percepción temporal: test de orientación, test de lateralidad, test de esquema corporal, test de percepción, test de organización temporal, pruebas de coordinación óculo-segmentaria, pruebas de coordinación dinámico-

general, pruebas de equilibrio estático y dinámico, pruebas de habilidades acuáticas básicas: respiración, flotación, estabilidad y movimiento en el medio acuático.

Interpretación de los resultados: facilidad y objetividad.

Confidencialidad y protección de datos de los resultados.

2. Pruebas biológico-funcionales aplicadas en el acondicionamiento físico:

Evaluación de la resistencia aeróbica: determinación de la potencia máxima aeróbica; procedimientos para medir el VO₂máx.; instrumentos para hacer los test: los ergómetros; requisitos que deben reunir los test para medir la resistencia aeróbica; protocolos para las pruebas.

Evaluación de la capacidad y la potencia anaeróbica: determinación del umbral anaeróbico; procedimientos para medir las concentraciones de lactato acumulado; instrumentos para hacer pruebas; requisitos que deben reunir las pruebas para medir la resistencia anaeróbica; protocolos para las pruebas.

Evaluación de la velocidad: evaluación del tiempo de reacción; evaluación de la rapidez segmentaria; Evaluación de la capacidad de aceleración; evaluación de otras capacidades de la velocidad. Protocolos.

Evaluación de la fuerza: de la fuerza explosiva, de la fuerza explosivo-elástica, de la fuerza explosivo-elástico-refleja; valoración funcional de la fuerza en condiciones inespecíficas (laboratorio).

Evaluación de la movilidad articular.

Evaluación de la elasticidad muscular.

Valoración antropométrica en el ámbito del fitness: determinación de la composición corporal; valores de referencia de composición corporal en distintos tipos de usuarios; composición corporal y actividad física; composición corporal y salud.

Valoración postural: alteraciones posturales frecuentes. Colaboración con técnicos especialistas.

Análisis y comprobación de los resultados. Colaboración con técnicos especialistas.

3. Tests de campo para valorar la condición física:

Test de campo para la determinación de la resistencia aeróbica: protocolos. Aplicación autónoma. Colaboración con técnicos especialistas. Instrumentos y aparatos de medida.

Test de campo para la determinación de la fuerza resistencia: protocolos. Aplicación autónoma. Colaboración con técnicos especialistas. Instrumentos y aparatos de medida.

Test de campo para la determinación de la flexibilidad y elasticidad muscular: protocolos. Aplicación autónoma. Colaboración con técnicos especialistas. Instrumentos y aparatos de medida.

Análisis y comprobación de los resultados.

4. Fatiga muscular y orgánica producida por la actividad física o sobreentrenamiento:

Estructuras y funciones orgánicas: aparato locomotor: sistema óseo, sistema muscular, sistema articular; aparato respiratorio; aparato circulatorio: corazón, circulación y sangre; sistema nervioso.

Metabolismo energético: concepto y utilización de la energía; sistemas de producción de energía.

Concepto de fatiga. Clasificaciones de la fatiga. Lugares de aparición de la fatiga.

Mecanismos de fatiga: aspectos hormonales de la fatiga; aspectos inmunitarios de la fatiga; aspectos patológicos de la fatiga.

Percepción de la fatiga, percepción de la recuperación; bases biológicas de la recuperación; medios y métodos de recuperación.

Síndrome de sobreentrenamiento: diagnóstico, prevención y tratamiento.

Acciones complementarias: equilibrio hídrico: rehidratación y ejercicio físico; suplementos y fármacos; Tratamientos paramédicos: masaje, sauna, control de la alimentación, entre otros.

Termorregulación y ejercicio físico: mecanismos de regulación; vasodilatación y sudoración; Consecuencias secundarias de la sudoración; otros mecanismos de pérdida de calor.

Diferencias de género.

5. Análisis e interpretación de datos obtenidos en los test, pruebas y cuestionarios

Recursos informáticos aplicados a la valoración y registro de test, pruebas y cuestionarios en el ámbito del fitness.

Aplicación del análisis de datos de las pruebas.

Modelos de análisis: interpretación de datos obtenidos en los test, pruebas y cuestionarios: evaluación de factores de riesgo; coordinación con otros especialistas; prescripción del ejercicio desde otros especialistas; evaluación del estilo de vida del usuario.

Análisis diagnóstico para la elaboración de programas de entrenamiento: elaboración del informe específico; metodología; prescripción de ejercicio en función de datos obtenidos.

Parámetros de contexto de la formación:

Espacios e instalaciones:

Los espacios e instalaciones darán respuesta, en forma de aula, aula-taller, taller de prácticas, laboratorio o espacio singular, a las necesidades formativas, de acuerdo con el Contexto Profesional establecido en la Unidad de Competencia asociada, teniendo en cuenta la normativa aplicable del sector productivo, prevención de riesgos laborales, salud laboral, accesibilidad universal, diseño universal o diseño para todas las personas y protección medioambiental.

Perfil profesional del formador o formadora:

1. Dominio de los conocimientos y las técnicas relacionados con la determinación de la condición física, biológica y motivacional del usuario, que se acreditará mediante las dos formas siguientes:

- Formación académica de nivel 2 (Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior) o de otras de superior nivel relacionadas con el campo profesional.
- Experiencia profesional de un mínimo de 3 años en el campo de las competencias relacionadas con este módulo formativo.

2. Competencia pedagógica acreditada de acuerdo con lo que establezcan las Administraciones competentes.

Módulo formativo 2: Programación específica SEP

Nivel: 3.

Código: MF0274_3.

Asociado a la UC: Programar las actividades propias de una Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP), atendiendo a criterios de promoción de la salud y el bienestar del usuario.

Duración: 120 horas.

Capacidades y criterios de evaluación:

C1: Relacionar características, necesidades y expectativas de unos usuarios y recursos de intervención en la realización de actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente, desde la observación, el análisis de informes, la documentación específica y atendiendo a criterios de accesibilidad.

CE1.1 Describir y justificar la recopilación y selección de documentación e información sobre las características de unos usuarios para la concreción de la programación de actividades de acondicionamiento físico de la sala.

CE1.2 Identificar e interpretar la programación general de referencia seleccionando los aspectos y directrices que influyen en la elaboración de una programación de actividades de acondicionamiento físico.

CE1.3 Identificar el perfil de condición física y biológica, características orgánicas, estructurales y emocionales de unos usuarios valorando habilidades motrices básicas, habilidades de nivel técnico, capacidades físicas básicas, motivos personales que empujan a la práctica, posibles alteraciones funcionales, apoyos y ayudas que se precisan y experiencias previas que influyen en la ejecución de actividades de acondicionamiento físico.

CE1.4 Describir el equipamiento básico, material auxiliar, características y condiciones de una sala de entrenamiento polivalente para el desarrollo de actividades de acondicionamiento físico.

CE1.5 Definir el organigrama de coordinación con los técnicos de otros departamentos y de la sala de entrenamiento polivalente para optimizar recursos y medios.

CE1.6 En un supuesto práctico de actividades de acondicionamiento físico donde se identifican unas características del grupo de usuarios, determinar y justificar:

- Recursos humanos necesarios.
- Selección de medios y material auxiliar para el desarrollo de las sesiones.
- Organización horaria de actividades.
- Agrupamientos y ratio.
- Adaptaciones para usuarios con limitaciones de su autonomía personal para la participación y accesibilidad.
- Registro del análisis diagnóstico de los datos.

CE1.7 En un supuesto práctico de organización de actividades y recursos dentro de un programa de entrenamiento en sala de entrenamiento polivalente:

- Describir las situaciones de riesgo que se pueden presentar ante el desarrollo de actividades propias.
- Describir sistemas de detección de posibles anomalías y/o fallos de funcionamiento de las máquinas y aparatos.
- Realizar el proceso de mantenimiento preventivo del material diverso.
- Optimizar recursos distribuyendo los aparatos, máquinas y material en función de las características de usuarios y programas de entrenamiento en una banda horaria determinada.
- Implementar la coordinación entre los técnicos de la sala de entrenamiento polivalente.
- Diseñar las estrategias metodológicas dedicadas a la integración de los usuarios con limitaciones en su autonomía personal.
- Detectar las barreras arquitectónicas y necesidades de adaptación de las instalaciones.

CE1.8 En un supuesto práctico en el que se establece un plan específico de coordinación entre las áreas o departamentos de una entidad con oferta de actividades de fitness:

- Identificar y describir los aspectos sustanciales de la coordinación entre las áreas o departamentos elaborando la secuencia de trabajo a tal efecto.
- Elaborar un esquema de interdependencia entre los recursos de la entidad de referencia, determinando la secuencia de acciones para llevar a cabo el plan de coordinación de referencia.
- Efectuar y participar en las acciones previstas en el plan de coordinación.

C2: Definir los objetivos de una programación de una sala de entrenamiento polivalente de acuerdo a características de un grupo de usuarios, teniendo en cuenta unos datos obtenidos a través del análisis diagnóstico y adaptándolos a unas demandas, sus necesidades, expectativas y atendiendo a criterios de accesibilidad.

CE2.1 Describir y justificar la selección de objetivos de programación de una sala de entrenamiento polivalente a partir de datos obtenidos en análisis diagnósticos del contexto de intervención y la relación con las características de unos usuarios.

CE2.2 En un supuesto práctico de programación general de referencia de actividades de acondicionamiento físico, identificar y describir los objetivos y las atribuciones que adquieren los usuarios al finalizar la actividad.

CE2.3 En un supuesto práctico en el que se identifican unas características y necesidades del grupo de usuarios de una sala de entrenamiento polivalente:

- Describir la información obtenida del perfil del grupo de usuarios.
- Identificar la experiencia previa en actividades físicodeportivas.
- Establecer los niveles de habilidad motriz.
- Identificar la predisposición emocional del grupo.
- Identificar las necesidades de supervisión y apoyo durante las actividades.
- Identificar los problemas en la asimilación de la información.
- Seleccionar el tipo y grado de actividad y secuenciación de las actividades y ejercicios.
- Concretar los objetivos a conseguir al final del programa de entrenamiento.

C3: Elaborar programas de acondicionamiento físico para un entrenamiento individual o en grupo de manera personalizada a las características y expectativas del usuario.

CE3.1 Describir materiales, aparatos, ejercicios y circuitos que se prevén utilizar en los programas, en función de las características y necesidades de los usuarios y de las capacidades a mejorar.

CE3.2 En un supuesto práctico de diseño de un programa de entrenamiento, interpretar datos obtenidos en el chequeo del usuario como punto de partida para la elaboración del programa personalizado de acondicionamiento físico.

CE3.3 Describir los criterios que determinan la seguridad, adecuación y efectividad de un programa, enumerando los factores a tener en cuenta para evitar lesiones o sobrecargas durante la ejecución de ejercicios y/o actividades.

CE3.4 En un supuesto práctico de elaboración de un programa de entrenamiento en el que se identifique a un usuario o grupo de usuarios con unas características simuladas, formular los objetivos operativos en función de sus características, intereses y necesidades, y en función de los medios y el tiempo disponible.

CE3.5 En un supuesto práctico de elaboración de un programa de acondicionamiento físico o entrenamiento donde se conozcan las expectativas y las características de los usuarios:

- Diseñar cada periodo de entrenamiento especificando su duración, curva de intensidad y periodo de recuperación.
- Concretar las sesiones con la dosis de entrenamiento para cada una de ellas.
- Determinar la frecuencia de sesiones describiendo la carga de entrenamiento a partir del volumen y la intensidad.
- Establecer fases que debe tener una sesión de entrenamiento y explicar las características de cada una de ellas, precisando la secuencia de los ejercicios que se utilizan.
- Seleccionar unos ejercicios a desarrollar en cada fase y su temporalización.
- Utilizar el material para el desarrollo de sesiones.
- Indicar posibles adaptaciones y/o modificaciones de los ejercicios en función de las características y las necesidades del usuario.
- Proponer actividades alternativas según las posibilidades y limitaciones de los usuarios con menor grado de autonomía personal.
- Seleccionar técnicas de motivación según la situación generada.
- Registrar el programa en soporte informático establecido.

CE3.6 En un supuesto práctico de elaboración de un programa de entrenamiento personalizado, establecer la secuencia temporal de evaluación concretando las técnicas, instrumentos y fines para cada fase.

CE3.7 En un supuesto práctico de evaluación de un programa de entrenamiento personalizado, determinar los instrumentos, materiales y técnicas en congruencia

con lo estipulado en la programación para obtener una información objetiva sobre el proceso y los resultados, especialmente en lo relativo al grado de satisfacción de los usuarios.

CE3.8 En un supuesto práctico de programa de entrenamiento personalizado, establecer la evaluación del progreso en la mejora del rendimiento y satisfacción del usuario, discriminando de manera diferenciada aspectos relativos a:

- La mejora de la condición física y posibles carencias en las capacidades físicas más relacionadas con la salud.
- El dominio técnico sobre la ejecución de los ejercicios y actividades.
- Los errores de ejecución técnica, sus causas y efectos negativos.
- La percepción consciente de su evolución y su salud y calidad de vida.
- El grado de satisfacción de las expectativas del usuario/cliente.
- El grado de adecuación de metodología de entrenamiento utilizada y el nivel de los objetivos alcanzados.

C4: Relacionar sistemas de entrenamiento de mejora de las capacidades físicas básicas con la elaboración de los programas de acondicionamiento físico.

CE4.1 Definir las capacidades físicas básicas indicando los criterios que se utilizan para su clasificación y los factores que las determinan.

CE4.2 Explicar la evolución de cada una de las capacidades físicas básicas y coordinativas en función de la edad, así como su relación con el género.

CE4.3 Describir métodos para el desarrollo de las capacidades físicas.

CE4.4 Explicar los principios del entrenamiento deportivo en general y su aplicación práctica al desarrollo de la condición física en particular, para su aplicación en la elaboración de los programas de acondicionamiento físico.

CE4.5 Explicar los principios del trabajo de la resistencia aeróbica y anaeróbica aplicados a la programación y recursos propios de la sala de entrenamiento polivalente.

CE4.6 Explicar los principios del trabajo de la fuerza y resistencia muscular aplicados a la programación y recursos propios de la sala de entrenamiento polivalente.

CE4.7 Explicar los principios del trabajo de la flexibilidad aplicados a la programación y recursos propios de la sala de entrenamiento polivalente.

CE4.8 Explicar los sistemas de entrenamiento referente al trabajo de la velocidad aplicados a la programación y recursos propios de la sala de entrenamiento polivalente.

C5: Analizar los mecanismos de adaptación fisiológica de los órganos y sistemas del cuerpo, relacionándolos con la práctica de actividades físicas.

CE5.1 Describir los efectos de la práctica sistematizada de ejercicio físico sobre los elementos estructurales y funcionales de los sistemas del organismo.

CE5.2 Describir los mecanismos de adaptación funcional al esfuerzo físico de los sistemas y aparatos del organismo humano.

CE5.3 Explicar la relación que existe entre los mecanismos adaptativos y los principios del entrenamiento y mejora de la condición física.

CE5.4 Indicar los mecanismos fisiológicos que conducen a un estado de sobreentrenamiento o fatiga crónica.

CE5.5 Describir la mecánica y los procesos bioquímicos de la contracción muscular aplicados al rendimiento físico.

CE5.6 Explicar las características fisiológicas que definen el desarrollo biológico del ser humano desde la infancia hasta la vejez.

CE5.7 En modelos anatómicos que representen los sistemas y aparatos del organismo:

- Relacionar la estructura de cada órgano con la función que realiza.
- Explicar la fisiología de cada sistema o aparato indicando las interacciones entre las estructuras que lo integran y su repercusión en el rendimiento físico.

C6: Analizar las implicaciones que para la mejora de la calidad de vida tiene la práctica de actividades físicodeportivas.

CE6.1 Explicar la relación directa que existe entre nivel de condición física y salud con la calidad de vida.

CE6.2 Clasificar las actividades físicodeportivas en función del gasto energético que comportan y explicar la influencia de la actividad física sobre el control de peso.

CE6.3 Enumerar los factores que condicionan un nivel de condición física saludable.

CE6.4 Explicar las contraindicaciones absolutas y relativas de la práctica de actividades físicodeportivas indicando sus causas limitantes.

CE6.5 Explicar la incidencia de determinados hábitos de vida (sedentarismo, tabaco, estrés, entre otros) sobre el nivel de salud.

C7: Definir y proponer estrategias metodológicas para los distintos tipos de usuarios teniendo en cuenta la diversidad de actividades e individualidad de los programas de acondicionamiento físico o entrenamiento para cada usuario.

CE7.1 Definir una metodología de instrucción de actividades de acondicionamiento físico en función de unas características de grupos de usuarios según sus posibilidades de ejecución, motivación y objetivos de una programación.

CE7.2 Identificar el estilo de intervención en la dirección de actividades adaptándolo a unas características del grupo, tipo y nivel de la actividad y ejercicios para asegurar la comprensión de las instrucciones.

CE7.3 Determinar y justificar adaptaciones metodológicas y de recursos materiales para asegurar una práctica personalizada orientada a unos usuarios con limitaciones en su autonomía personal.

CE7.4 Definir los criterios que determinan la intensidad, adecuación y efectividad de unas actividades programadas en función de las necesidades de unos usuarios en continua observancia de los límites que eviten lesiones.

CE7.5 En un supuesto práctico de programación de actividades de acondicionamiento físico, explicitar y justificar:

- Selección de objetivos.
- Fases y duración de la actividad.
- Estilo de intervención.
- Selección de las actividades.
- Secuenciación de actividades.
- Adaptaciones metodológicas, en su caso, para las personas con limitaciones de su autonomía personal.
- Material auxiliar.
- Intervención en el control de riesgos de la práctica.

C8: Aplicar procedimientos para la gestión de espacios, recursos y materiales para la realización de actividades de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y de acuerdo a un protocolo, plan de prevención de riesgos, normativa aplicable y atendiendo a criterios de accesibilidad.

CE8.1 Identificar los factores de riesgo, zonas potencialmente peligrosas en una sala y espacios, barreras físicas y obstáculos existentes, proponiendo los apoyos y las adaptaciones a realizar para favorecer la accesibilidad, la autonomía personal y autodeterminación del usuario en actividades en la sala de entrenamiento polivalente.

CE8.2 Explicar los procesos para la gestión de instalaciones y materiales en actividades en la sala de entrenamiento polivalente.

CE8.3 En un supuesto práctico de elaboración de un programa de actividades de acondicionamiento físico en la sala de entrenamiento polivalente, proponer un calendario de inventariado y mantenimiento en el modelo de hoja de control o formulario normalizado.

CE8.4 Describir los criterios que determinan la seguridad, adecuación y efectividad en el uso de materiales específicos de una sala de entrenamiento polivalente, enumerando factores a tener en cuenta para evitar lesiones o sobrecargas durante la ejecución de las actividades.

CE8.5 En un supuesto práctico de elaboración de una programación de actividades de acondicionamiento físico en SEP, teniendo en cuenta una programación general de referencia, explicitar e identificar proponiendo soluciones:

- Situaciones de riesgo durante la práctica por hiperventilación y mala práctica.
- Alteraciones por ruidos de actividades colindantes.
- Deterioro de material específico de la sala.
- Falta de higiene y limpieza de la sala.
- Uso inapropiado del material.
- Ausencia de normas de uso de la sala.
- Desconocimiento de los técnicos del protocolo de prevención de riesgos y guía para la acción preventiva de la entidad, instalación y/o centro y la normativa aplicable.

CE8.6 En un supuesto práctico de elaboración de un calendario de actividades de una sala de entrenamiento polivalente, diseñar una propuesta de coordinación de varios niveles y horarios de actividades.

CE8.7 Seleccionar estrategias de marketing y publicidad en la divulgación de las actividades de una sala de entrenamiento polivalente, y observando la normativa aplicable en protección de datos.

CE8.8 En un supuesto práctico de gestión de espacios y recursos de una sala de entrenamiento polivalente y donde se cumplen las medidas de seguridad:

- Describir las características del espacio para realizar actividades de acondicionamiento físico.
- Describir las medidas de seguridad para reducir el riesgo de lesiones o accidentes.
- Aplicar las técnicas de inventariado y actualización de material.
- Describir el protocolo y guía para la prevención de riesgos.
- Explicitar el calendario de actividades.
- Justificar la organización y horarios de la sala.
- Registrar los datos personales de los usuarios y recabar el consentimiento de los mismos.

C9: Establecer procedimientos para la evaluación de una programación de una sala de entrenamiento polivalente estimando grado de satisfacción de usuarios, calidad del servicio y consecución de objetivos, y de acuerdo a un protocolo, plan de prevención de riesgos, normativa aplicable y atendiendo a criterios de accesibilidad.

CE9.1 Seleccionar instrumentos de evaluación según objetivos previstos en una programación general de referencia para una sala de entrenamiento polivalente.

CE9.2 Describir los procedimientos de evaluación de programas de entrenamiento, del proceso y de los resultados de las actividades de acondicionamiento físico para su utilización en reajustes y en programaciones posteriores.

CE9.3 Identificar y concretar protocolos, guía para acción preventiva de la entidad, instalación y/o centro, medios y medidas de seguridad y prevención de riesgos que garanticen la seguridad en la actividad y ante situaciones de emergencia.

CE9.4 En un supuesto práctico, describir y aplicar los instrumentos de evaluación para valorar la información recogida acerca de:

- Grado de satisfacción y motivación del usuario.
- Calidad del servicio.
- Pertinencia de las actividades en relación a las necesidades planteadas.
- Idoneidad de las ayudas y apoyos durante las actividades.
- Validez de las estrategias de motivación y refuerzo.

- Resultados obtenidos.
- Medidas de seguridad y prevención de riesgos en actividades.

CE9.5 Determinar el modo de registro de datos donde se incluyan todos los aspectos relativos tanto al desarrollo como a los resultados y según la normativa aplicable.

CE9.6 En un supuesto práctico de aplicación de procedimientos de evaluación, elaborar memorias del procedimiento desarrollado siguiendo un modelo establecido y conforme a referencias contrastadas en soportes informáticos para permitir interpretar unos datos obtenidos en todo momento.

Capacidades cuya adquisición debe ser completada en un entorno real de trabajo:

C1 respecto a CE1.6, CE1.7 y CE1.8; C2 respecto a CE2.2 y CE2.3; C3 respecto a CE3.2, CE3.4, CE3.5, CE3.6, CE3.7 y CE3.8; C5 respecto a CE5.7; C7 respecto a CE7.5; C8 respecto a CE8.3, CE8.5, CE8.6 y CE8.8; C9 respecto a CE9.4 y CE9.6.

Otras capacidades:

Demostrar un buen hacer profesional.

Finalizar el trabajo atendiendo a criterios de idoneidad, rapidez, economía y eficacia.

Tratar al cliente con cortesía, respeto y discreción.

Demostrar interés por el conocimiento amplio de la organización y sus procesos.

Participar y colaborar activamente en el equipo de trabajo.

Actuar con rapidez en situaciones problemáticas y no limitarse a esperar.

Contenidos:

1. Planificación de actividades de fitness:

Planificación y programación de entrenamientos en el ámbito del fitness: ámbitos: edad escolar, adultos, mayores de 65 años, colectivos especiales, personas con discapacidad; preparación física específica.

Plan de marketing. Proyecto de gestión.

Diseño de programas de entrenamiento en el ámbito de una SEP: criterios de personalización: edad, sexo, condicionantes morfofuncionales, alteraciones orgánicas, expectativas; la rutina de entrenamiento individualizada.

Metodología de diseño de programas de entrenamiento: estrategias de instrucción.

Control del entrenamiento: secuenciación de los controles; objetivos y contenidos del control; Progresión secuencial: feed back de evolución; ajustes del programa en función de los resultados. Evaluación del nivel de satisfacción del usuario: ajustes del programa en función del nivel de satisfacción del usuario.

Preparación de instalaciones deportivas y materiales: tipos y características de las instalaciones.

Material auxiliar. Seguridad y prevención de riesgos en las instalaciones. Guías para la mejora de la acción preventiva. El plan de prevención. La valoración de los riesgos laborales. Adaptación de las instalaciones y eliminación de barreras arquitectónicas.

2. Gestión y coordinación de actividades de la sala entrenamiento polivalente:

Interacción y coordinación de oferta de actividades: perfil de usuarios y adecuación de horarios; coordinación de las áreas/zonas de actividad.

Integración de la oferta de actividades de fitness en función de las expectativas y características de los usuarios individual y colectivamente.

Gestión de espacios: zonas deportivas SEP: zona cardiovascular, zona de musculación, zona de peso libre, zona de estiramientos; espacios de clases colectivas, de fitness acuático, otros espacios: recepción, accesos, oficinas; médicoestética: consultas, tratamientos, rayos uva; cafetería.

Organización y gestión de los recursos: recursos humanos propios de la sala entrenamiento

polivalente, coordinación con los técnicos de las otras áreas de fitness; confección y control de presupuestos; gestión de materiales y almacenes; control y mantenimiento: agenda de control del trabajo: histórico de acciones realizadas, trabajos pendientes.

Plan de actuación anual: mantenimiento preventivo y correctivo: periodicidad y técnicos responsables. Limpieza y desinfección: periodicidad y técnicos responsables.

Instalaciones de fitness: dotación y distribución de las máquinas y aparatos por zonas; reparto de espacios: accesos, flujos de desplazamientos, adecuación para usuarios con discapacidad. Legislación y normativa aplicable.

Elaboración y adaptación de programas de mejora de la condición física en el ámbito del fitness.

Recursos informáticos aplicados a la elaboración de programas de entrenamiento en SEP: «Software» específico de entrenamiento.

3. Prescripción de actividades de acondicionamiento físico en sala entrenamiento polivalente:

Condición física en fitness: resistencia: aeróbica, fuerza resistencia, flexibilidad y elasticidad muscular.

Desarrollo de las capacidades físicas en fitness: desarrollo de la resistencia aeróbica: sistemas y medios de entrenamiento; desarrollo de la fuerza resistencia: sistemas y medios de entrenamiento; desarrollo de la elasticidad muscular: sistemas y medios de entrenamiento; integración de sistemas de entrenamiento: desarrollo integral de las capacidades físicas en el ámbito del fitness.

Adaptaciones funcionales para la salud: adaptación aguda y adaptación crónica; umbral de estimulación; síndrome general de adaptación; supercompensación; repercusión orgánica: refuerzo de órganos y sistemas.

Metabolismo energético. Composición corporal.

Adaptación cardio-vascular. Adaptación del sistema respiratorio. Adaptación del sistema nervioso y endocrino.

Fatiga y recuperación: fatiga post ejercicio, recuperación post actividad física, fatiga crónica, sobreentrenamiento.

Contraindicaciones absolutas o relativas para la práctica de actividad física.

Actividades de fitness aplicadas a los niveles de autonomía personal. Limitaciones de autonomía funcional: factores limitantes del movimiento en función del tipo de discapacidad; singularidades de la adaptación al esfuerzo y contraindicaciones en situaciones de limitación en la autonomía funcional.

Equilibrio en el desarrollo de las capacidades físicas características del fitness: potenciación de la elasticidad muscular y amplitud de movimientos.

Interpretación y selección de los ejercicios a partir del programa de entrenamiento.

Selección de los factores de entrenamiento: intensidad, volumen, densidad, carga de entrenamiento Prescripción del ejercicio de fuerza: sobrecarga progresiva; especificidad; variación; impacto del aumento inicial de fuerza.

Higiene corporal y postural durante la práctica del fitness.

4. Intervención metodológica en la dirección e instrucción de actividades de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente

Programación.

Métodos de enseñanza. Estrategias en la práctica. Técnicas de enseñanza. Estilos de enseñanza. Actividades de enseñanza-aprendizaje. Organización y control del grupo de usuarios.

Comunicación y gestión de conflictos en el proceso de enseñanza.

Evaluación del proceso, del técnico y del usuario.

Parámetros de contexto de la formación:**Espacios e instalaciones:**

Los espacios e instalaciones darán respuesta, en forma de aula, aula-taller, taller de prácticas, laboratorio o espacio singular, a las necesidades formativas, de acuerdo con el Contexto Profesional establecido en la Unidad de Competencia asociada, teniendo en cuenta la normativa aplicable del sector productivo, prevención de riesgos laborales, salud laboral, accesibilidad universal, diseño universal o diseño para todas las personas y protección medioambiental.

Perfil profesional del formador o formadora:

1. Dominio de los conocimientos y las técnicas relacionados con la programación de las actividades propias de una Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP), atendiendo a criterios de promoción de la salud y el bienestar del usuario, que se acreditará mediante las dos formas siguientes:

- Formación académica de nivel 2 (Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior) o de otras de superior nivel relacionadas con el campo profesional.
- Experiencia profesional de un mínimo de 3 años en el campo de las competencias relacionadas con este módulo formativo.

2. Competencia pedagógica acreditada de acuerdo con lo que establezcan las Administraciones competentes.

Módulo formativo 3: Actividades de acondicionamiento físico

Nivel: 3.

Código: MF0275_3.

Asociado a la UC: Instruir y dirigir actividades de acondicionamiento físico con equipamientos y materiales propios de Salas de Entrenamiento Polivalente (SEP).

Duración: 210 horas.

Capacidades y criterios de evaluación:

C1: Definir el uso de los recursos materiales en actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente optimizando el espacio de trabajo.

CE1.1 Identificar y describir el equipamiento específico y las posibles aplicaciones del mismo para el desarrollo de la condición física a través de las actividades características de una sala de entrenamiento polivalente.

CE1.2 Describir las precauciones a tener en cuenta en la utilización de los aparatos y material, y los errores de manipulación más frecuentes.

CE1.3 Explicar las incidencias de frecuente detección respecto a equipos y medios de prevención, estado de limpieza, orden y seguridad de las zonas de trabajo.

CE1.4 Enumerar las anomalías frecuentes de los aparatos y material describiendo el proceso para su detección y corrección, comunicando las incidencias producidas.

CE1.5 En un supuesto práctico de gestión de material de una sala de entrenamiento polivalente:

- Seleccionar el material y equipo para el desarrollo de la condición física.
- Verificar el estado de uso del material.
- Identificar el material que se adapta a las características dadas de unos usuarios.
- Describir las precauciones a tener en cuenta en la utilización de cada aparato.
- Describir las características que debe tener del vestuario de los usuarios.

CE1.6 En un supuesto práctico de supervisión de material para su uso por personas con limitaciones de su autonomía personal:

- Seleccionar el material y equipo para el desarrollo de la condición física, en función de sus características.
- Identificar las adaptaciones a realizar en los aparatos y máquinas para poder ser utilizadas ante dificultades en el agarre, equilibrio y/o con movilidad reducida y/o discapacidad.
- Definir las precauciones en la utilización de los aparatos y material por sus especiales características.
- Demostrar al usuario con limitaciones en su autonomía personal, la ejecución de los ejercicios, uso y manejo adaptado.

CE1.7 En un supuesto práctico de gestión de actividades de una sala de entrenamiento polivalente:

- Determinar actividades complementarias dada una programación de referencia.
- Establecer los horarios y rotación de actividades de técnicos de la SEP.
- Cumplimentar el documento de inventario de recursos.
- Comunicar incidencias en equipos de seguridad y estado de limpieza.

CE1.8 En un supuesto práctico de verificación de estado de uso y seguridad de instalaciones y equipos de una sala de entrenamiento polivalente:

- Comprobar que el material y la instalación se adaptan a las características y necesidades de los usuarios con alguna limitación en su autonomía personal.
- Comprobar la periodicidad con del mantenimiento preventivo.
- Localizar las averías que precisen de un técnico especialista para su reparación, comunicándolo en el parte de incidencias y realizar gestiones para que se realicen dichas reparaciones en el menor tiempo posible.
- Verificar el estado de los equipos y medios de prevención de riesgos de la instalación.
- Efectuar de manera práctica acciones derivadas del propio mantenimiento preventivo y operativo.
- Comprobar el estado de limpieza de la instalación.
- Comprobar la operatividad de las vías de evacuación y salida de la instalación.

C2: Aplicar técnicas de dirección e instrucción de ejercicios de acondicionamiento físico en la asistencia al usuario en salas de entrenamiento polivalente.

CE2.1 Describir los tipos de encuestas y entrevistas que se pueden cursar a los usuarios, identificando las características de la ficha tipo para el seguimiento del proceso de entrenamiento.

CE2.2 En un supuesto práctico de asistencia a un usuario en una sala de entrenamiento polivalente en una situación simulada de actividades de acondicionamiento físico para usuarios:

- Explicar un programa de entrenamiento que va a seguir.
- Informar de las características de unos ejercicios que va a realizar y su finalidad.
- Demostrar la utilización del material de la sala para evitar riesgos de lesiones.
- Especificar pautas de hidratación a seguir.
- Definir el uso de fichas de control.

CE2.3 Describir para cada una de las actividades y modalidades, la técnica, intensidad, indicaciones y contraindicaciones.

CE2.4 Describir la respuesta de los sistemas cardiorrespiratorio, metabólico y muscular al trabajo de resistencia aeróbica y anaeróbica, de fuerza, de flexibilidad y de velocidad.

CE2.5 Describir y reproducir ejercicios de musculación, resistencia y flexibilidad, explicando los grupos musculares implicados, posibles variantes, posibles contraindicaciones, errores de ejecución más frecuentes y aspectos a tener en cuenta durante su enseñanza.

CE2.6 En un supuesto práctico de instrucción de actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente ante una situación simulada con usuarios y recursos:

- Dar información clara y precisa sobre los objetivos y contenidos de la sesión, utilizando el tipo de lenguaje establecido para cada caso (verbal, gestual, entre otros).
- Adoptar la posición respecto al usuario o del grupo que favorezca en todo momento la comunicación.
- Adoptar la ubicación que permita controlar visualmente el funcionamiento general.
- Dinamizar a los usuarios motivando en la participación.
- Sugerir amablemente la idoneidad de una vestimenta y material personal en función de las actividades de fitness a desarrollar.
- Observar las evoluciones de los usuarios e informarles sobre sus progresos o errores.

CE2.7 En un supuesto práctico de instrucción de actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente ante una situación simulada con usuarios con alguna limitación en su autonomía personal:

- Identificar las limitaciones y posibilidades de participación de cada usuario, informándole sobre las dificultades de ejecución.
- Detectar errores de ejecución y corregir movimientos o posturas erróneas, teniendo como referente el modelo biomecánico.
- Dar las indicaciones oportunas para corregir errores.
- Proponer acciones para optimizar la motivación y adherencia de programas.
- Identificar dificultades que en la ejecución pueden tener unos usuarios con discapacidad para prevenirlas y/o corregirlas.
- Identificar signos y síntomas de fatiga y sobrecarga si se producen.

CE2.8 En un supuesto práctico de asistencia a un usuario de una sala de entrenamiento polivalente, donde se definan las características antropométricas y fisiológicas de un individuo y utilizando tablas de referencia:

- Calcular el aporte calórico de los alimentos propuestos.
- Calcular el valor de ingesta calórica recomendable.
- Confeccionar una dieta equilibrada.
- Seleccionar medidas preventivas a tener en cuenta en la aplicación de saunas, baños de vapor y baños termales, indicando sus contraindicaciones totales o relativas.

C3: Aplicar técnicas de organización de concursos, eventos y competiciones en salas de entrenamiento polivalente, atendiendo a las características de los participantes e instalaciones.

CE3.1 Identificar los tipos de eventos que se organizan habitualmente para animar y promocionar las actividades propias de una sala de entrenamiento polivalente.

CE3.2 En un supuesto práctico de organización de un evento en el que se describa el tipo, los objetivos y medios disponibles:

- Identificar, en su caso, la normativa aplicable específica para la organización de este tipo de actos y conseguir permisos.
- Confeccionar unas listas de participación que permitan el seguimiento del evento o competición.
- Llevar a cabo las acciones de comunicación para la difusión de la competición,

concurso o evento recreativo-deportivo entre los participantes potenciales.

- Identificar y establecer las medidas de seguridad para prevenir posibles contingencias.
- Proponer y aplicar las técnicas de animación para conseguir el éxito del evento en cuanto a participación y satisfacción de los usuarios ficticios.
- Concretar el método e instrumentos de evaluación para obtener una información fiable sobre el desarrollo y el resultado del evento.

CE3.3 En supuesto práctico en el que se identifiquen el tipo de usuarios, características y posibilidades de la instalación para la organización práctica de un tipo de evento y referenciado a la programación general:

- Concretar la fecha y horario para el desarrollo del evento buscando la máxima aceptación del público que se pretende implicar en el mismo.
- Analizar el impacto promocional que supone el evento en sí mismo, tanto para la entidad como para las actividades de fitness.
- Concretar el tipo de información y los medios de difusión para publicitar el evento y animar a usuarios y no usuarios a participar o asistir al mismo.
- Analizar y adecuar el evento a las posibilidades que brinda la instalación para poder llevarlo a cabo.
- Prever la necesidad de medios materiales para la realización del evento.
- Proponer un cronograma pormenorizado y los actos protocolarios que se realizarán en las fases del evento.
- Organizar, distribuir y asignar los materiales para favorecer el acceso y ubicación tanto del público como de los actores circunstanciales optimizando el desarrollo del evento.

CE3.4 En un supuesto práctico de supervisión directa del desarrollo de un evento en una sala de entrenamiento polivalente:

- Comprobar las medidas de seguridad y la idoneidad de la instalación.
- Identificar las necesidades de personal y ubicar a cada técnico en su área de responsabilidad.
- Elegir y utilizar los medios de comunicación más eficaces entre los puntos de la instalación.
- Comprobar la operatividad de todos los recursos que se van a utilizar.
- Aplicar las directrices expresadas en una programación general dada para gestión de una sala de entrenamiento polivalente en horas de máximo aforo.

C4: Aplicar procedimientos para la evaluación de la mejora en la condición física de los usuarios, y evolución de sesiones dentro de programas de entrenamiento.

CE4.1 Explicar tipos de evaluación diferenciados según cualidades físicas a medir.

CE4.2 En un supuesto práctico de programa de entrenamiento personalizado, establecer la secuencia temporal de evaluación concretando las técnicas, instrumentos y fines para cada fase.

CE4.3 En un supuesto práctico de evaluación de un programa de entrenamiento personalizado, valorar de manera diferenciada la instalación, los medios, las prestaciones, los horarios y la optimización de tiempos, espacios y recursos estableciéndolos como indicadores fiables en la determinación global de la calidad del servicio.

CE4.4 En un supuesto práctico de evaluación de un programa de entrenamiento personalizado, determinar los instrumentos, materiales y técnicas en congruencia con lo estipulado en la programación general de la SEP para obtener una información lo más objetiva posible sobre el proceso y los resultados, especialmente en lo relativo al grado de satisfacción de los usuarios.

CE4.5 En un supuesto práctico de programa de entrenamiento personalizado, establecer la evaluación del progreso en la mejora del rendimiento y satisfacción del usuario discriminado de manera diferenciada aspectos relativos a:

- La mejora de la condición física y posibles carencias en las capacidades físicas más relacionadas con la salud.
- El dominio técnico sobre la ejecución de ejercicios y actividades.
- Los errores de ejecución técnica, sus causas y efectos negativos.
- La percepción consciente de su evolución, salud y calidad de vida.
- El grado de satisfacción de las expectativas del usuario.
- El grado de adecuación de metodología de entrenamiento utilizada y el nivel de los objetivos alcanzados.

CE4.6 En un supuesto práctico de programa de entrenamiento, prever la forma de evaluar el proceso y el resultado de las sesiones en las que participan personas con discapacidad, haciendo, en su caso, las adaptaciones en los instrumentos y las técnicas habituales.

CE4.7 En un supuesto práctico de evaluación de un programa de entrenamiento personalizado, determinar la forma de integrar la información obtenida periódicamente a través de la batería de pruebas, test y cuestionarios para su utilización como un indicativo fiable más en la valoración del proceso, los resultados y el grado de satisfacción de los usuarios.

Capacidades cuya adquisición debe ser completada en un entorno real de trabajo:

C1 respecto a CE1.5, CE1.6, CE1.7 y CE1.8; C2 respecto a CE2.2, CE2.6, CE2.7 y CE2.8; C3 respecto a CE3.2, CE3.3 y CE3.4; C4 respecto a CE4.2, CE4.3, CE4.4, CE4.5, CE4.6 y CE4.7.

Otras capacidades:

Demostrar un buen hacer profesional.

Mantener el área de trabajo con el grado apropiado de orden y limpieza.

Proponer alternativas con el objetivo de mejorar resultados.

Emplear tiempo y esfuerzo en ampliar conocimientos e información complementaria para utilizarlos en su trabajo.

Demostrar interés y preocupación por atender satisfactoriamente las necesidades de los clientes.

Respetar los procedimientos y normas internas de la organización.

Contenidos:

1. Recursos y materiales de la sesión de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente

Tipos y características de las instalaciones o sala de acondicionamiento físico y fitness.

Zonas: cardiovascular, de musculación, de peso libre, de estiramientos y vuelta a la calma.

Accesos, desplazamientos y barreras arquitectónicas dentro de una SEP.

Adaptación de las instalaciones para el desarrollo de la sesión de fitness.

Materiales básicos y de apoyo en la práctica: máquinas, aparatos y elementos propios de una SEP: peso libre (máquinas de palancas convergentes, máquinas basculantes, barras, discos, mancuernas, soportes, bancos, entre otros), máquinas de resistencia dinámica variable selectorizadas, poleas, máquinas neumáticas, máquinas magnéticas, máquinas isocinéticas, máquinas de entrenamiento cardiovascular: tapices rodantes, elípticas, simuladores de subir escaleras, bicicletas estáticas, remos, simuladores de esquiar, entre otros; otros materiales de entrenamiento, materiales auxiliares: electroestimulación aplicada al fitness.

Seguridad y prevención de riesgos durante el desarrollo de la sesión de fitness.

Puesta a punto de la instalación y los medios.
Mantenimiento del material de la sesión.

2. Seguridad y prevención en la instalación y actividades propias de la sala de entrenamiento polivalente:

Normativa aplicable y específica sobre seguridad y prevención en SEPs.
Seguridad de personas, bienes y actividades.
Supervisión y corrección de accesos y desplazamientos.
Control de barreras arquitectónicas.
Carteles y medios informativos.

Tipos de riesgo presente en la instalación: causado por personas, tecnológicos, laborales, en el uso de los servicios deportivos, por uso incorrecto de los medios de entrenamiento, para personas con discapacidad en casos de emergencia y evacuación, otros factores: desinformación.

Mantenimiento preventivo, operativo y correctivo de recursos e instalación.

Sistemática de ejecución, estructura, variantes, errores de ejecución: excelencia técnica en la ejecución de actividades y ejercicios en SEP: posición, ritmo, localización muscular; agarres y ayudas; carga axial sobre la columna vertebral: seguridad, elementos y ayudas auxiliares para prevenir daños o lesiones; fatiga en las actividades y ejercicios propios de una SEP: síntomas y signos de fatiga general y localizada, sobrecarga muscular por repetición: medidas y acciones de descarga; errores y peligros más frecuentes en la utilización de máquinas, aparatos y materiales de entrenamiento en una SEP.

3. Biomecánica aplicada a las actividades de acondicionamiento físico para distintos tipos de usuarios:

Principios de la biomecánica del movimiento: ejes y planos anatómicos del cuerpo humano. Movimientos del cuerpo humano. Particularidades del movimiento mecánico del hombre. Propiedades biomecánicas del músculo: elementos pasivos y elementos activos del músculo; husos neuromusculares; tipos de fibras musculares; tipos de contracción muscular.

Análisis de los movimientos: sistemas de palancas en el cuerpo humano. Las cadenas musculares.

Biomecánica articular: articulaciones principales.

Ejercicios con cargas externas: relación entre la fuerza y el movimiento, materiales, cargas y lesiones deportivas; Indumentaria y material deportivo, prevención de lesiones.

4. Parámetros de prescripción del ejercicio físico en la sala de entrenamiento polivalente para la mejora del acondicionamiento:

Los componentes para una prescripción sistemática e individualizada del ejercicio: tipo de ejercicio, intensidad, duración, frecuencia y ritmo de progresión de la actividad física.

Mejora metabólica: vatios, VO₂ máx y FC en la zona de transición aeróbica-anaeróbica.

Prescripción del ejercicio de resistencia cardiorrespiratoria: basada en el coste energético de la actividad (METs), en la percepción subjetiva de la intensidad del esfuerzo (RPE).

Prescripción del ejercicio de fuerza: sobrecarga progresiva. Especificidad. Variación. Impacto del aumento inicial de fuerza.

Selección de los medios de entrenamiento más seguros para el cliente.

Valoración y eliminación de factores de riesgo.

Incorporación de programas para la mejora de la flexibilidad y amplitud de movimiento (ADM).

Equilibrio en el desarrollo de las capacidades físicas características del fitness: potenciación de la elasticidad muscular y amplitud de movimientos.

Desarrollo de los grandes grupos musculares.

Bases fisiológicas de la recuperación física.

Medidas de recuperación del entrenamiento y prescripción del ejercicio en sala SEP.
Prescripción de ejercicio a grupos especiales de población sana: niños, ancianos, embarazadas, personas con discapacidad.

Estilo de vida y salud: concepto y componentes de la salud.

Hábitos saludables: conductas protectoras de la salud; hábitos no saludables: conductas de riesgo para la salud.

Medidas complementarias al programa de entrenamiento: ayudas psicológicas. Ayudas ergogénicas: complementos dietéticos. Ayudas fisiológicas. Ayudas nutricionales: reposición de agua, soluciones electrolíticas, equilibrio nutricional en la actividad física, los alimentos funcionales, entre otras. Ayudas a ganar y perder peso: dietas hipo e hipercalóricas, suplementos dietéticos.

5. Intervención metodológica en sesiones de acondicionamiento físico en la sala de entrenamiento polivalente para distintos tipos de usuarios:

Técnicas, métodos y estilos aplicados a la instrucción y dirección de actividades de fitness.
Métodos y procedimientos de detección de necesidades.

Dirección y dinamización de grupos en sesiones de acondicionamiento físico: resolución de conflictos, técnicas de comunicación, modelos, normas y estilos de comunicación, adaptación de material.

Presentación del profesional, imagen personal y contexto comunicativo.

Demostración, explicación y supervisión en la ejecución de actividades y ejercicios: elementos críticos de la técnica de ejecución; errores habituales.

6. Organización de eventos en salas de entrenamiento polivalente:

Clasificaciones y tipos de eventos en fitness: concursos, competiciones, exhibiciones, celebraciones, actividades y juegos de animación.

Diseño de la ficha y del fichero de eventos en el ámbito del fitness.

Adecuación de los eventos a las características del grupo (edad, expectativas, nivel de condición física y número de participantes, entre otros).

Objetivos y funciones según tipos de eventos.

Procedimientos de organización y gestión de los recursos.

Técnicas de ofertas y difusión de eventos. Acciones promocionales: instrumentos promocionales utilizados en el ámbito del fitness y métodos de control de las acciones promocionales.

Diseño de la planificación de eventos en el ámbito del fitness: estructura anual de la planificación de eventos. Integración en la programación general de la entidad.

Promoción e información de eventos: objetivos de la promoción; soportes.

Circulación de personas y materiales.

Habilitación de instalaciones y recursos materiales.

Selección y coordinación de recursos humanos en la organización de eventos en el ámbito del fitness.

Dinamización de eventos en el ámbito del fitness seco y acuático.

Aplicación de las normas y medidas de seguridad y prevención en el desarrollo de eventos en el ámbito del fitness: control de contingencias. Medidas de intervención.

7. Evaluación del programa de entrenamiento y evolución de sesiones en la sala de entrenamiento polivalente:

Interpretación y concreción de las actividades y medios de evaluación de programas de entrenamiento en SEP.

Aplicación práctica de actividades y medios de evaluación de programas de entrenamiento en SEP.

Periodicidad de los controles: feedback al usuario. Tipos de feedback.

Detección de errores y feedback suplementario del técnico.

Evaluación del programa: evaluación del proceso y evaluación del resultado. Ajustes del programa.

Parámetros de contexto de la formación:**Espacios e instalaciones:**

Los espacios e instalaciones darán respuesta, en forma de aula, aula-taller, taller de prácticas, laboratorio o espacio singular, a las necesidades formativas, de acuerdo con el Contexto Profesional establecido en la Unidad de Competencia asociada, teniendo en cuenta la normativa aplicable del sector productivo, prevención de riesgos laborales, salud laboral, accesibilidad universal, diseño universal o diseño para todas las personas y protección medioambiental.

Perfil profesional del formador o formadora:

1. Dominio de los conocimientos y las técnicas relacionados con la instrucción y la dirección de actividades de acondicionamiento físico con equipamientos y materiales propios de Salas de Entrenamiento Polivalente (SEP), que se acreditará mediante una de las dos formas siguientes:

- Formación académica de nivel 2 (Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior) o de otras de superior nivel relacionadas con el campo profesional.
- Experiencia profesional de un mínimo de 3 años en el campo de las competencias relacionadas con este módulo formativo.

2. Competencia pedagógica acreditada de acuerdo con lo que establezcan las Administraciones competentes.

Módulo formativo 4: Primeros auxilios

Nivel: 2.

Código: MF0272_2.

Asociado a la UC: Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.

Duración: 60 horas.

Capacidades y criterios de evaluación:

C1: Relacionar la información obtenida sobre los signos de alteración orgánica con el estado del accidentado y las características de la asistencia como primer interviniente.

CE1.1 Diferenciar los conceptos de urgencia, emergencia y catástrofe en primeros auxilios.

CE1.2 Definir técnicas de autoprotección frente a posibles lesiones derivadas de la manipulación de personas accidentadas.

CE1.3 En un supuesto práctico de identificación del estado del accidentado:

- Identificar el nivel de consciencia.
- Identificar las posibles lesiones y traumatismos y sus mecanismos de producción.
- Seleccionar las maniobras posturales ante lesiones.
- Comunicar la información al servicio de emergencias.
- Manejar la terminología médico sanitaria de primera intervención.
- Utilizar los elementos de protección individual.
- Definir las técnicas de autoprotección frente a posibles lesiones.

CE1.4 En un supuesto práctico de intervención para la valoración inicial de un accidentado:

- Identificar y justificar la mejor forma de acceso al accidentado.
- Identificar los posibles riesgos.

- Asegurar la zona según el protocolo establecido.
- Efectuar las maniobras necesarias para acceder al accidentado.

CE1.5 En un supuesto práctico de valoración inicial de un accidentado:

- Concretar las pautas de actuación según el protocolo para la valoración inicial.
- Identificar situaciones de riesgo vital y definir las actuaciones que conllevan.
- Utilizar las técnicas posturales apropiadas ante situaciones de compromiso ventilatorio.
- Utilizar las técnicas de hemostasia apropiadas ante situaciones de hemorragias externas.

C2: Aplicar técnicas y maniobras de soporte ventilatorio y/o circulatorio básicas según protocolo establecido.

CE2.1 Describir los conceptos de reanimación cardio-pulmonar básica e instrumental según un protocolo.

CE2.2 Describir técnicas de desobstrucción de la vía aérea en la atención inicial según un protocolo.

CE2.3 En un supuesto práctico de compromiso ventilatorio de un accidentado:

- Identificar situaciones de riesgo vital y definir las actuaciones que conllevan.
- Efectuar la maniobra frente-mentón.
- Utilizar las técnicas posturales según un protocolo ante situaciones de compromiso ventilatorio.

CE2.4 En un supuesto práctico de compromiso circulatorio de un accidentado:

- Seleccionar el material e instrumental de reanimación cardio-pulmonar básica.
- Aplicar las técnicas básicas e instrumentales de reanimación cardio-pulmonar sobre maniqués.
- Aplicar las técnicas básicas de reanimación cardio-pulmonar sobre maniqués utilizando equipo de oxigenoterapia y desfibrilador automático.
- Utilizar las técnicas de hemostasia según un protocolo ante situaciones de hemorragias externas.

C3: Aplicar técnicas de primeros auxilios en la atención inicial a accidentados sin parada cardio-respiratoria.

CE3.1 Definir el protocolo de una Cadena de Supervivencia en relación a los primeros auxilios.

CE3.2 Explicar las acciones de colaboración con los equipos de emergencia en los primeros auxilios durante la atención inicial y primera clasificación de pacientes ante una catástrofe y en situación de emergencia colectiva.

CE3.3 En un supuesto práctico de atención inicial en situación de emergencia a un accidentado:

- Vigilar a un accidentado para valorar su evolución.
- Alinear manualmente la columna cervical al accidentado.
- Efectuar la maniobra frente-mentón.

CE3.4 En un supuesto práctico de atención inicial en situación de emergencia en un accidentado con atragantamiento:

- Seleccionar la maniobra en función de la edad de un accidentado según un protocolo.
- Valorar la gravedad de la obstrucción según un protocolo.
- Aplicar las maniobras de desobstrucción según un protocolo.
- Efectuar la desobstrucción de una embarazada.

- Concretar las pautas de comunicación con el servicio de emergencia en una obstrucción grave.

CE3.5 En un supuesto práctico de atención inicial en situación de emergencia a un accidentado:

- Aplicar las técnicas oportunas recogidas en un protocolo establecido ante posibles accidentados con lesiones por agentes mecánicos, físicos o químicos.
- Aplicar protocolo de atención establecido a un accidentado con crisis convulsiva.
- Aplicar protocolo de atención establecido a un accidentado con quemaduras.
- Aplicar protocolo de atención establecido a un accidentado con hemorragia externa.
- Actuar conforme a un protocolo establecido ante situaciones de parto inminente.

CE3.6 En un supuesto práctico de primeros auxilios en situación de emergencia a un accidentado:

- Actuar en función de la gravedad y el tipo de lesiones.
- Determinar las técnicas de primeros auxilios que se deben aplicar.
- Discriminar las técnicas que no debe aplicar el primer interviniente de forma autónoma, por exceso de riesgo o por ser específicas de otros profesionales.
- Discriminar los casos y/o circunstancias en los que no se debe intervenir directamente por exceso de riesgo o por ser específicos de otros profesionales.

C4: Aplicar técnicas de movilización e inmovilización en la atención inicial a accidentados para su traslado.

CE4.1 Describir los métodos para efectuar el rescate de un accidentado según un protocolo.

CE4.2 Describir los métodos de inmovilización aplicables para un transporte seguro cuando el accidentado tiene que ser trasladado.

CE4.3 En un supuesto práctico de movilización e inmovilización de un accidentado, elegir un método dadas las posibles lesiones del accidentado y/o las circunstancias de los accidentes.

CE4.4 Describir lesiones, patologías y traumatismos susceptibles de atención inicial y aspectos a tener en cuenta para su prevención, en función del medio en el que se desarrolla la actividad para:

- Describir causas que lo producen.
- Definir síntomas y signos.
- Precisar pautas de actuación y atención inicial según un protocolo.

CE4.5 En un supuesto práctico de atención inicial en situación de emergencia a un accidentado:

- Alinear manualmente la columna cervical al accidentado.
- Efectuar la maniobra frente-mentón.
- Explicar las repercusiones de un traslado inadecuado.
- Confeccionar camillas y sistemas para la inmovilización y transporte de enfermos y/o accidentados utilizando materiales convencionales e inespecíficos o medios de fortuna.

C5: Aplicar técnicas de comunicación y de apoyo emocional a accidentados, familiares e implicados, presentes en el entorno de la emergencia.

CE5.1 Definir un protocolo de comunicación con accidentados y con posibles testigos e implicados en una situación de emergencia.

CE5.2 Describir unas técnicas de la comunicación con el accidentado en función de su estado de consciencia.

CE5.3 En un supuesto práctico de una situación que dificulta la comunicación y donde se presta asistencia a un accidentado:

- Asegurar el entorno de intervención según protocolo establecido.
- Aplicar técnicas facilitadoras de la comunicación interpersonal.
- Discriminar los factores que predisponen ansiedad.

CE5.4 En un supuesto práctico en situación de emergencia donde se especifican situaciones de tensión ambiental, especificar las técnicas a emplear para:

- Controlar una situación de duelo según un protocolo establecido.
- Controlar situaciones de ansiedad y angustia según protocolo establecido.
- Controlar situaciones de agresividad según protocolo establecido.

CE5.5 En un supuesto práctico de aplicación de primeros auxilios no exitoso (muerte del accidentado), describir las posibles manifestaciones de estrés de la persona que socorre e indicar las acciones para superar psicológicamente el fracaso.

Capacidades cuya adquisición debe ser completada en un entorno real de trabajo:

C1 respecto a CE1.3, CE1.4 y CE1.5; C2 respecto a CE2.3 y CE2.4; C3 respecto a CE3.3, CE3.4, CE3.5 y CE3.6; C4 respecto a CE4.3 y CE4.5; C5 respecto a CE5.3, CE5.4 y CE5.5.

Otras capacidades:

Responsabilizarse del trabajo que desarrolla.

Comunicarse eficazmente con las personas adecuadas en cada momento, respetando los canales establecidos en la organización.

Participar y colaborar activamente en el equipo de trabajo.

Interpretar y ejecutar instrucciones de trabajo.

Actuar con rapidez en situaciones problemáticas y no limitarse a esperar.

Respetar los procedimientos y normas internas de la organización.

Contenidos:

1. Valoración inicial del accidentado como primer interviniente:

El botiquín de primeros auxilios: instrumentos, material de cura, fármacos básicos.

Primeros auxilios: concepto, principios generales, objetivos y límites.

El primer interviniente: actitudes, funciones, responsabilidad legal, riesgos y protección, responsabilidad y ética profesional.

El primer interviniente como parte de la cadena asistencial.

Terminología anatomía y fisiología.

Terminología médico-sanitaria de utilidad en primeros auxilios.

Actuación general ante emergencia colectiva y catástrofe: conceptos relacionados con emergencias colectivas y catástrofes, métodos de «triage» simple, norias de evacuación.

2. Asistencia al accidentado con maniobras de soporte ventilatorio y/o circulatorio básico como primer interviniente:

La Cadena de Supervivencia: eslabones de actuación.

Características de la Cadena de Supervivencia.

Resucitación cardiopulmonar básica (RCPB): valoración del nivel de consciencia; comprobación de la ventilación; protocolo de RCPB ante una persona inconsciente con signos de actividad cardíaca; protocolo de RCPB ante una persona con parada cardio-respiratoria; RCPB en niños de 1 a 8 años y RCPB en lactantes.

Transporte de un enfermo repentino o accidentado: valoración de la situación; posiciones de transporte seguro; técnicas de inmovilización y transporte utilizando medios

convencionales y materiales inespecíficos o de fortuna; confección de camillas utilizando medios convencionales o inespecíficos.

3. Atención inicial de primeros auxilios en situaciones de emergencia sin parada cardio-respiratoria:

Valoración del accidentado: primaria y secundaria.

Técnicas de movilización e inmovilización al accidentado para asegurar el posible traslado: posición lateral de seguridad, posiciones de espera no lesivas o seguras, recogida de un lesionado.

Métodos para desobstruir la vía aérea y facilitar la respiración: accesorios de apoyo a la ventilación y oxigenoterapia.

Intoxicaciones por vía respiratoria: intoxicaciones por inhalación de humos y gases.

Signos y síntomas de urgencia: fiebre, crisis anafilácticas, vómitos y diarrea, desmayos, lipotimias, síncope y «shock».

Heridas: clasificación, síntomas y signos. Tratamiento básico.

Hemorragias: clasificación, síntomas y signos. Tratamiento básico.

Traumatismos: esguinces, contusiones, luxaciones, fracturas, traumatismos torácicos, traumatismos craneoencefálicos, traumatismos de la columna vertebral, síndrome de aplastamiento, politraumatizados y traslados.

Accidentes de tráfico: orden de actuación, medidas respecto a la seguridad de la circulación y a los heridos en el accidente y aspectos esenciales de los accidentes de tráfico.

Lesiones producidas por calor y por frío.

Cuerpos extraños: en la piel, ojos, oídos y nariz.

Accidentes eléctricos. Electrocuación: lesiones producidas por la electricidad y los rayos.

Intoxicaciones por alcohol y estupefacientes.

Cuadros convulsivos: epilepsia y otros cuadros convulsivos.

4. Intervención de apoyo psicológico al accidentado, familiares e implicados en la situación de urgencia como primer interviniente:

Psicología de la víctima.

Comunicación: canales y tipos. Comunicación asistente-accidentado.

Comunicación asistente-familia.

Habilidades sociales. Actitudes personales que facilitan o dificultan la comunicación.

Estrategias de control del estrés.

Apoyo psicológico ante situaciones de emergencia: crisis, duelo, tensión, agresividad y ansiedad.

Parámetros de contexto de la formación:

Espacios e instalaciones:

Los espacios e instalaciones darán respuesta, en forma de aula, aula-taller, taller de prácticas, laboratorio o espacio singular, a las necesidades formativas, de acuerdo con el Contexto Profesional establecido en la Unidad de Competencia asociada, teniendo en cuenta la normativa aplicable del sector productivo, prevención de riesgos laborales, salud laboral, accesibilidad universal, diseño universal o diseño para todas las personas y protección medioambiental.

Perfil profesional del formador o formadora:

1. Dominio de los conocimientos y las técnicas relacionados con la asistencia como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia, que se acreditará mediante una de las dos formas siguientes:

- Formación académica de nivel 2 (Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior) o de otras de superior nivel relacionadas con el campo profesional.
- Experiencia profesional de un mínimo de 3 años en el campo de las competencias relacionadas con este módulo formativo.

2. Competencia pedagógica acreditada de acuerdo con lo que establezcan las Administraciones competentes.

ANEXO III

CUALIFICACIÓN PROFESIONAL: SOCORRISMO EN ESPACIOS ACUÁTICOS NATURALES

Familia Profesional: Actividades Físicas y Deportivas**Nivel: 2.****Código: AFD340_2.****Competencia general:**

Vigilar por la seguridad de los usuarios en zonas de baño público de espacios acuáticos naturales, de forma autónoma o integrado en un equipo de rescate o socorrismo, velando por la seguridad, previniendo que se produzcan situaciones potencialmente peligrosas, realizando una vigilancia permanente y eficiente e interviniendo ante un accidente o situación de emergencia de forma eficaz.

Unidades de competencia:**UC0269_2:** Ejecutar técnicas específicas de natación con eficacia y seguridad.**UC1082_2:** Prevenir accidentes o situaciones de emergencia en espacios acuáticos naturales.**UC1083_2:** Rescatar a personas en caso de accidente o situaciones de emergencia en espacios acuáticos naturales.**UC0272_2:** Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.**Entorno Profesional****Ámbito Profesional**

Desarrolla su actividad profesional en el área de gestión de servicios de deportes, ocio y turismo, dedicada a la prevención y recuperación, en entidades de naturaleza pública o privada, empresas de tamaño pequeño y mediano, tanto por cuenta propia como ajena, con independencia de su forma jurídica. Desarrolla su actividad dependiendo, en su caso, funcional y/o jerárquicamente de un superior. Puede tener personal a su cargo en ocasiones, por temporadas o de forma estable. En el desarrollo de la actividad profesional se aplican los principios de accesibilidad universal y diseño universal o diseño para todas las personas de acuerdo con la normativa aplicable.

Sectores Productivos

Se ubica en los sectores del deporte, ocio y turismo.

Ocupaciones y puestos de trabajo relevantes

Los términos de la siguiente relación de ocupaciones y puestos de trabajo se utilizan con carácter genérico y omnicomprendido de mujeres y hombres.

Bañistas-socorristas

Socorristas en playas marítimas

Socorristas en playas fluviales

Socorristas en lagos y embalses

Socorristas de apoyo en unidades de intervención acuática

Socorristas en actividades acuáticas en el entorno natural

Socorristas en actividades náutico-deportivas

Formación asociada (360 horas).

Módulos formativos:

MF0269_2: Natación (120 horas).

MF1082_2: Prevención de accidentes en espacios acuáticos naturales (60 horas).

MF1083_2: Rescate de accidentados en espacios acuáticos naturales (120 horas).

MF0272_2: Primeros auxilios (60 horas).

Unidad de competencia 1: Ejecutar técnicas específicas de natación con eficacia y seguridad

Nivel: 2.

Código: UC0269_2.

Realizaciones profesionales y criterios de realización:

RP 1: Ejecutar las habilidades y destrezas básicas acuáticas para dominar las conductas motrices en el medio y ajustarlas a los modelos técnicos de referencia.

CR 1.1 Las técnicas de zambullida se utilizan de forma eficaz, alcanzando un avance significativo y manteniendo la orientación en el medio acuático.

CR 1.2 La inmersión cuando lo requiere, se realiza con la profundidad que permite acceder al suelo de cualquier instalación acuática.

CR 1.3 Las técnicas de flotación en el medio acuático se utilizan, alternándolas de forma fluida, permitiendo la observación y orientación en el entorno.

CR 1.4 Los giros en los tres ejes dentro del medio acuático se realizan manteniendo la flotación, la orientación y permitiendo la observación del entorno.

RP 2: Ejecutar las técnicas específicas de los estilos de nado adaptándose a las condiciones del medio y ajustarlos a los modelos técnicos de referencia.

CR 2.1 El material e indumentaria se seleccionan en función de las condiciones del medio acuático, de temperatura, instalación y condiciones de las aguas, entre otros.

CR 2.2 Los estilos y desplazamientos en el medio acuático (crol, espalda, braza y sus técnicas específicas), se realizan ajustándose a los modelos para conseguir fluidez y eficacia.

CR 2.3 Las técnicas específicas de estilo crol, espalda y braza, se ejecutan con el material auxiliar como aletas y palas, entre otros, adaptándolas durante el desplazamiento en el medio acuático, para conseguir fluidez y eficacia.

CR 2.4 Las técnicas de respiración se realizan, adaptándolas al estilo de nado, material auxiliar y condiciones del medio acuático, para conseguir fluidez y eficacia.

RP 3: Ejecutar desplazamientos en el medio acuático adaptándose a las condiciones del medio, materiales auxiliares y situaciones de apnea, y ajustarlos a los modelos técnicos de referencia.

CR 3.1 Los desplazamientos en el medio acuático según el estilo crol, espalda y braza, se realizan ajustándose a los modelos técnicos de referencia, para conseguir fluidez y eficacia.

CR 3.2 La técnica de respiración se adapta a la forma de desplazamiento empleado, al material auxiliar como aletas, palas, entre otros y esfuerzo físico solicitado, para conseguir fluidez y eficacia.

CR 3.3 El desplazamiento a media distancia en estilo libre, se realiza, con una velocidad constante en un tiempo máximo de cuatro minutos quince segundos, ajustándolo a las condiciones del medio, para conseguir fluidez y eficacia realizando 200 metros.

CR 3.4 El desplazamiento en larga distancia con y sin vestimenta no específica acuática y material auxiliar, se ejecuta manteniendo la velocidad, orientación y eficacia, ajustándose a los modelos técnicos de referencia.

CR 3.5 El desplazamiento en larga distancia en situaciones de apnea prolongada, se ejecuta manteniendo la velocidad, resistencia y orientación, ajustándose a los modelos técnicos de referencia.

Contexto profesional:**Medios de producción:**

Instalación acuática. Materiales específicos: bañador, gorro, trajes de neopreno, gafas, entre otros. Materiales de propulsión: aletas, palas, entre otros. Materiales específicos del aprendizaje y entrenamiento de la natación: tablas, pulsómetro, cronómetro, entre otros.

Productos y resultados:

Ejecución de las habilidades y destrezas básicas acuáticas para dominar las conductas motrices en el medio y ajustarlas a los modelos técnicos de referencia. Ejecución de las técnicas específicas de los diferentes estilos de nado adaptándose a las condiciones del medio, ajustándolas a los modelos técnicos de referencia. Ejecución de desplazamientos en el medio acuático adaptándose a las condiciones del medio, materiales auxiliares y situaciones de apnea.

Información utilizada o generada:

Manuales de iniciación a la natación. Videos de modelos técnicos. Revistas y libros especializados. Reglamentos de la modalidad de natación. Guías y normativa para la acción preventiva. Protocolos de seguridad.

Unidad de competencia 2: Prevenir accidentes o situaciones de emergencia en espacios acuáticos naturales

Nivel: 2.

Código: UC1082_2.

Realizaciones profesionales y criterios de realización:

RP 1: Revisar la zona de baño público en consonancia con el protocolo de la entidad y según la normativa aplicable, para determinar las medidas de vigilancia en el espacio acuático natural, y de prevención de riesgos.

CR 1.1 Las estadísticas de accidentes y víctimas sucedidos en los años recientes en la zona de baño, se valoran, para obtener elementos de juicio objetivos que se utilizarán en la selección de las medidas de prevención y posterior vigilancia.

CR 1.2 La tipología del espacio acuático natural en cuanto a medidas en longitud y anchura, tipo de superficie (arena fina, gruesa, piedras, vegetación y otros), transparencia del agua, profundidad y presencia de rocas en la orilla y zona de baño público y espacios de baño prohibidos, se valoran para decidir las medidas de prevención y vigilancia que se aplicarán posteriormente, y en su caso, acotarlos en función de la presencia de fauna y/o flora peligrosa y otros posibles riesgos en la zona de baño.

CR 1.3 La valoración de los riesgos laborales se estima según el protocolo y guía para la acción preventiva de la entidad, identificándolos e informando de los resultados al departamento o persona responsable para que sean minimizados dentro de los márgenes tolerables.

CR 1.4 Los factores cambiantes y/o imprevisibles en el espacio acuático natural

como viento, oleaje, corrientes, visibilidad, cambios bruscos de profundidad, climatología, afluencia de usuarios, presencia de actividades recreativas o deportivas, entre otros, se valoran para concretar los recursos humanos y materiales, así como las posibles medidas de prevención y vigilancia específicas.

CR 1.5 La bandera del estado del espacio acuático natural se iza en el lugar más visible al comienzo de la jornada, sustituyéndola ante las modificaciones medioambientales que se vayan produciendo, conforme al consenso internacional de colores para informar a los usuarios de los factores de peligrosidad detectados.

CR 1.6 Los accesos y vías de evacuación se revisan de manera periódica siguiendo el protocolo de la entidad para mantenerlos acondicionados y despejados, permitiendo su uso inmediato.

CR 1.7 Los puestos, lugares, zonas, recorridos y rotaciones de vigilancia, se establecen de forma coordinada previo análisis del espacio acuático natural y sus características, para proporcionar la seguridad de toda la zona de baño público.

CR 1.8 Los informes relativos al estado de la zona de baño público se redactan de forma periódica para identificar su situación y poder solucionar las deficiencias detectadas.

RP 2: Seleccionar los medios materiales de rescate y materiales auxiliares, en consonancia con el protocolo de la entidad y observando las medidas de prevención de riesgos, efectuando las operaciones auxiliares de mantenimiento y reparación que permitan su operatividad según la normativa aplicable.

CR 2.1 El plan de actuación ante emergencias en el espacio acuático natural se verifica, comprobando que puede consultarse con facilidad para poder intervenir en un accidente o situación de emergencia con la eficacia y rapidez que la situación de emergencia demande.

CR 2.2 El puesto de vigilancia se comprueba que esté dotado del material como sombrilla, silla, prismáticos, entre otros, y que se encuentra en perfectas condiciones de uso y de fácil acceso al agua, reduciendo y previniendo los posibles riesgos laborales.

CR 2.3 Los medios de comunicación de incidencias se comprueban, verificando que están operativos y accesibles para poder solicitar ayuda inmediata en caso de producirse alguna situación de emergencia.

CR 2.4 Los medios materiales y de apoyo para realizar la vigilancia como torres, silla, puestos elevados, prismáticos, entre otros:

- Se identifican y revisan comprobando que están en las condiciones de uso previstas.
- Se colocan y distribuyen, para su disponibilidad antes del comienzo de la jornada.
- Se recogen y guardan, en los lugares indicados asegurando su conservación y seguridad.
- Se reparan, efectuando su mantenimiento operativo.

CR 2.5 Las incidencias, fallos y desperfectos de los medios materiales individuales de rescate (aletas, gafas y tubo de buceo, mascarilla de respiración artificial, entre otros) y del material auxiliar (chaleco o tirantes de rescate, bolsa o cuerda de seguridad, camillas rígidas acuáticas con inmovilizadores de cabeza y cuerpo, embarcaciones, motos náuticas, tabla de rescate, entre otros) encontrados, susceptibles de reparación inmediata, se resuelven in situ, para asegurar la disponibilidad de uso.

CR 2.6 Los soportes informativos y preventivos se revisan de forma periódica, comprobando su distribución, y que cumplen la normativa aplicable, para informar convenientemente al usuario.

CR 2.7 La hoja de control de mantenimiento para las comprobaciones rutinarias se cumplimentan y se entregan al departamento o persona responsable, para su control y gestión.

CR 2.8 Los recursos de evacuación ante graves accidentes o situaciones de emergencia se revisan, comprobando el acceso de la ambulancia al puesto de

socorrismo y el lugar de estacionamiento, la presencia de la ambulancia en el espacio acuático natural o su disponibilidad en el menor tiempo, la zona prevista para la intervención del helicóptero de emergencias en el espacio acuático natural, para facilitar su intervención sin dificultad.

RP 3: Informar al usuario de las normas a cumplir en la zona de baño público, para garantizar la convivencia y la seguridad, aplicando técnicas de comunicación eficaces.

CR 3.1 La información en el espacio acuático natural se trasmite, indica y señala utilizando recursos audiovisuales y gráficos buscando la sensibilización sobre los riesgos potenciales y la forma de evitarlos.

CR 3.2 Las normas se comunican a los usuarios del espacio acuático natural y se adapta a sus posibilidades de percepción e interpretación para mantener una relación positiva con el mismo y asegurar la comprensión.

CR 3.3 Los posibles riesgos y formas de evitarlos se explican a los usuarios manteniendo una actitud de comunicación y compromiso con las necesidades de informar, divulgar y prevenirlos.

CR 3.4 El trato y comunicación con los usuarios se realiza con respeto y fluidez usando técnicas de comunicación verbal o gestual, atendiendo con un trato diligente, cortés y eficaz, resolviendo sus demandas y reclamaciones en el tiempo necesario y adecuado.

CR 3.5 Las indicaciones a los usuarios sobre el comportamiento a seguir, en situaciones de peligro evidente o subjetivo o simulacros de intervención, se realiza de forma clara, periódica y precisa, según las instrucciones de la entidad, para prevenir el confinamiento del usuario.

CR 3.6 Los conflictos que surgen con los usuarios, se abordan aplicando las estrategias y habilidades sociales adaptadas a la situación, cumpliendo y respetando las normas establecidas por la entidad, para su resolución.

CR 3.7 Las conductas negativas relacionadas con la conservación y respeto de los espacios y elementos naturales, se corrigen, advirtiendo verbalmente al usuario, para concienciarle de las consecuencias sobre el medioambiente.

CR 3.8 El informe o parte de actuación correspondiente, se registra por el procedimiento establecido, permitiendo el almacenamiento y posterior recuperación de la información contenida en ellos.

RP 4: Vigilar la zona de baño público de forma sistemática y periódica para anticiparse al accidente o situación de emergencia y mantener las condiciones de seguridad.

CR 4.1 La ubicación del técnico durante la vigilancia se selecciona una vez analizada la zona de baño pública del espacio acuático natural y las características de sus usuarios, permitiendo controlar visualmente en especial aquellos que supongan un riesgo como niños, mayores, personas con discapacidad para conseguir:

- La seguridad de la actividad, anticipándose a las posibles contingencias y poniendo especial atención a los síntomas de fatiga aguda que puedan presentarse.
- La eficiencia en sus intervenciones.

CR 4.2 Los factores de peligrosidad como las condiciones ambientales y atmosféricas de viento, oleaje, corrientes, visibilidad, presencia de fauna o flora peligrosa, profundidad, cambios bruscos de profundidad, presencia de actividades recreativas o deportivas que generen riesgos, afluencia de usuarios, se valoran, en relación con los riesgos que conllevan para los usuarios e informando, en su caso, al responsable de la entidad para tomar la decisión ajustada a la situación, y en su caso, el cese temporal de actividad en la zona de baño público.

CR 4.3 La comunicación con los componentes del equipo de rescate y socorrismo del espacio acuático natural se establece de forma periódica, comprobando su funcionamiento, así como la participación y el compromiso de todos.

CR 4.4 La rotación entre los socorristas, los puestos y funciones, se realiza, de forma periódica según el protocolo establecido por la entidad para asegurar la concentración y la atención de los mismos en la labor de vigilancia.

CR 4.5 Los recorridos periódicos y sistemáticos con el equipo de salvamento por el espacio acuático natural, se realizan, según el protocolo establecido, con los materiales de rescate individual, para mantener la vigilancia de todas las zonas.

CR 4.6 Las condiciones del agua como salubridad, temperatura, entre otros, se identifican, informando al responsable de la entidad, para la toma de decisión en relación a un posible cese de la actividad en la zona de baño pública del espacio acuático natural.

CR 4.7 Las condiciones ambientales y atmosféricas como tormentas eléctricas, se valoran, en relación con los riesgos que conllevan para los usuarios e informando, en su caso, al responsable de la entidad para tomar la decisión ajustada a la situación, y en su caso, el cese temporal de la actividad en la zona de baño pública del espacio acuático natural.

CR 4.8 Las contingencias que se presentan en relación al material, al medio y a los usuarios, e incidencias y conflictos graves, se solucionan con presteza dirigiéndose con indicaciones claras sobre las acciones y el comportamiento a seguir, y en su caso, informando a la autoridad competente en materia de orden público y/o demandando su servicio en la zona de baño pública del espacio acuático natural.

RP 5: Preparar el equipamiento de uso personal en el desarrollo de la vigilancia, para poder ser identificados con facilidad por los usuarios del espacio acuático natural y prevenir riesgos, según lo establecido en el protocolo de actuación y guía de prevención de riesgos de la entidad que presta los servicios.

CR 5.1 La vestimenta personal de colores llamativos se selecciona, para facilitar la identificación y localización inmediata del socorrista, proporcionándole la protección personal ante la acción de los agentes medio-ambientales.

CR 5.2 Las cremas con alta protección solar se aplican sobre el cuerpo sistemática y regularmente incidiendo en las zonas más sensibles y expuestas al sol, para prevenir quemaduras y lesiones solares.

CR 5.3 Las gafas de sol con la protección UV se seleccionan y utilizan durante las labores de vigilancia y, especialmente, en la observación de las zonas de agua, para evitar las radiaciones solares directas y amortiguar el índice de albedo del agua, que puedan producir quemaduras y lesiones en el globo ocular.

CR 5.4 El calzado antideslizante apropiado a la superficie de la embarcación y moto náutica, así como del espacio acuático natural se selecciona y se utiliza de forma sistemática y continuada para evitar deslizamientos, lesiones y el contacto con posibles agentes infecciosos.

CR 5.5 Los sistemas de protección solar de las sillas y puestos de observación se utilizan siempre que se efectúen labores de vigilancia, corrigiendo las deficiencias que puedan presentar.

CR 5.6 Las normas de salud laboral, de seguridad personal, colectiva y medioambiental se aplican, según el protocolo de actuación y guía para la acción preventiva de la entidad, para mantener libre de riesgos de accidentes la zona de trabajo.

Contexto profesional:

Medios de producción:

Espacio acuático natural. Materiales personales: bañador, gorro, gafas y otros. Materiales de socorrismo. Banderas del estado del espacio acuático natural. Paneles y soportes informativos. Balizamientos, boyas de separación y señalización vertical. Megafonía. Medios y materiales de vigilancia. Medios y sistemas de comunicación internos y externos:

radiotransmisores, teléfonos, silbatos. Materiales de rescate auxiliares: chaleco o tirantes de rescate, bolsa o cuerda de seguridad, camillas rígidas acuáticas con inmovilizadores de cabeza y cuerpo, embarcaciones, motos náuticas, tabla de rescate.

Productos y resultados:

Espacio acuático natural y zona de baño público revisados. Medios materiales de rescate en espacios acuáticos naturales seleccionados. Operaciones auxiliares y reparación de materiales destinados al rescate en espacios acuáticos naturales. Usuarios informados de las normas en la zona de baño público. Área designada vigilada. Anticipación al accidente o situación de emergencia. Material y equipamiento de uso personal seleccionado.

Información utilizada o generada:

Estadísticas de afluencia de usuarios al espacio acuático natural. Estadísticas de accidentes y víctimas en el espacio acuático natural. Mapas y planos de los espacios acuáticos naturales. Manuales y protocolos de prevención, vigilancia, rescate y evacuación en espacios acuáticos naturales. Normativa aplicable sobre centros y actividades en espacios acuáticos naturales. Normativa aplicable sobre responsabilidad civil. Planes de emergencia. Bibliografía específica. Revistas especializadas. Información acústica. Paneles, carteles, trípticos y otros soportes informativos. Partes de actuación. Protocolos de seguridad. Guías y normativa para la acción preventiva. Información meteorológica.

Unidad de competencia 3: Rescatar a personas en caso de accidente o situaciones de emergencia en espacios acuáticos naturales

Nivel: 2.

Código: UC1083_2.

Realizaciones profesionales y criterios de realización:

RP 1: Identificar las condiciones de la situación de emergencia considerando las características de los usuarios, el espacio acuático natural y la zona de baño público, para decidir la intervención inmediata de acuerdo al protocolo establecido.

CR 1.1 Los signos que evidencian problemas de flotabilidad o avance en el agua durante el nado y situaciones de emergencia se identifican para una probable intervención o rescate al usuario.

CR 1.2 Los factores de peligrosidad en el espacio acuático natural como viento, visibilidad, cambios bruscos de profundidad, climatología, afluencia de usuarios, presencia de actividades recreativas o deportivas, entre otros, en la zona de baño se valoran para decidir la manera de intervenir.

CR 1.3 El tiempo meteorológico se identifica interpretando las variables meteorológicas para decidir las intervenciones y en su caso con la embarcación y/o moto náutica de rescate en coordinación con los componentes del operativo de salvamento.

CR 1.4 La dirección e intensidad del viento, sus cambios y evoluciones se detectan por medio de visualizaciones, sensaciones corporales o signos externos, para estimar la magnitud de su fuerza y conseguir una navegación eficaz y segura.

CR 1.5 Las corrientes, olas, mareas, fluctuaciones del nivel de agua, rompientes y bajos o fondos se identifican para garantizar la seguridad, los rumbos y el horario de navegación idóneos.

CR 1.6 Los bajos, arenales u obstáculos, se detectan por la forma de las olas y el color del agua para trazar el rumbo idóneo y la aproximación al accidentado.

CR 1.7 Los recursos disponibles para realizar la intervención se seleccionan según las circunstancias en las que se ha originado el accidente o situación de emergencia,

valorando la oportunidad e idoneidad en relación a las condiciones del medio, espacio acuático natural y accidentado y la gravedad de la situación para su intervención directa o comunicación a los servicios de emergencia.

CR 1.8 El reparto de tareas en el equipo de rescate se efectúa conforme a las directrices marcadas en la entidad, los roles asignados y directrices de los planes de emergencia y/o protocolos establecidos, teniendo en cuenta las condiciones del entorno, accidente, recursos materiales disponibles y seguridad de los socorristas, para asegurar la efectividad del rescate.

RP 2: Ejecutar las habilidades y técnicas de nado adaptándolas a las condiciones del espacio acuático natural para realizar las intervenciones de rescate.

CR 2.1 Las técnicas de entrada al agua se realizan utilizando como criterios el control del cuerpo en el aire y la superficie de contacto del cuerpo con el agua, teniendo en cuenta corrientes, olas, obstáculos, vegetación, profundidad, actividades y usuarios para adaptarlas según la situación de rescate en el espacio acuático natural.

CR 2.2 Las posiciones de flotación dinámica, se realizan, alternándolas de forma fluida, para dominar la capacidad de flotación y orientación en el espacio acuático natural según la situación de rescate.

CR 2.3 Las técnicas de inmersión se efectúan utilizando como criterios el control del cuerpo y orientación dentro del agua, teniendo en cuenta corrientes, olas, obstáculos y vegetación, para adaptarlas según la situación de rescate en el espacio acuático natural.

CR 2.4 Los giros en los tres ejes se realizan, alternándolos de forma fluida, para dominar la capacidad de flotación y orientación en el espacio acuático natural según la situación de rescate.

CR 2.5 Las técnicas de nado en el espacio acuático natural se realizan, con la acción coordinada de brazos y piernas para adaptarlas a la distancia a recorrer, corrientes, olas, obstáculos, vegetación y profundidad en la situación de rescate.

CR 2.6 Las técnicas de buceo con material auxiliar y de rescate se ejecutan con la acción coordinada de brazos y piernas para rastrear ante la ausencia de víctima en la superficie y rescatar al accidentado.

CR 2.7 El desplazamiento con ayuda del material auxiliar se realiza coordinando la acción de brazos, piernas, tronco y respiración para conseguir una posición hidrodinámica que facilite el acercamiento.

CR 2.8 La valoración de los riesgos laborales se estima según el protocolo y guía para la acción preventiva de la entidad, identificándolos e informando de los resultados al departamento o persona responsable para que sean minimizados dentro de los márgenes tolerables.

RP 3: Rescatar al accidentado desde la orilla efectuando la aproximación, control, remolque y extracción, trasladando a la víctima según su estado y las condiciones del espacio acuático natural, para recuperarlo hasta lugar seguro.

CR 3.1 Las decisiones se toman con presteza y eficacia, teniendo en cuenta las condiciones del entorno, accidente, recursos materiales disponibles, seguridad de los socorristas y directrices de los planes de emergencia y/o protocolos establecidos.

CR 3.2 Las líneas de seguridad sobre el espacio acuático natural se montan, en caso necesario, según el protocolo establecido, para evitar nuevas situaciones de accidente.

CR 3.3 El lanzamiento del material de rescate como bolsa o cuerda de seguridad, boya o brazo de rescate, aro salvavidas o similar, a la víctima consciente, se realiza desde un lugar elevado y con precisión, teniendo en cuenta un aseguramiento estático o dinámico y permitiendo más de un lanzamiento, para conseguir su recepción por el accidentado.

CR 3.4 La aproximación a la víctima con o sin el material auxiliar, se realiza, y en su caso transporta, sin perder de vista al accidentado e intentando establecer el contacto, en su caso con técnicas de buceo, evitando su posibilidad de agarre,

en función del entorno y de las condiciones del medio acuático, para acceder con presteza y con el menor riesgo tanto para él como para el propio socorrista.

CR 3.5 Las técnicas de control y remolque o arrastre de la víctima se aplican, de manera directa o indirecta, estableciendo el contacto físico y manteniéndole las vías respiratorias fuera del agua, para proporcionarle flotabilidad.

CR 3.6 Las técnicas de zafaduras al accidentado se realizan según su situación emocional, estado de consciencia y condiciones del entorno, adaptándolas a la zona de agarre para recuperar el control de la víctima.

CR 3.7 La extracción y traslado de la víctima, se realiza, hasta el lugar seguro más próximo, según el estado y nivel de consciencia, con las técnicas y material de rescate ante posibles lesiones medulares, y en su caso, de forma coordinada con el equipo de socorristas y rescate, para sacar al accidentado fuera del agua y aplicarle los primeros auxilios.

CR 3.8 Las técnicas de recogida del material de rescate y de remolque de la víctima consciente a un lugar seguro u orilla, se realizan con eficacia y presteza para procurar la estabilidad inmediata de su estado.

RP 4: Rescatar al accidentado con embarcaciones o motos náuticas de salvamento, trasladando a la víctima según su estado y las condiciones del espacio acuático natural, para recuperarlo hasta lugar seguro.

CR 4.1 La maniobra de salida y entrada de playa se realiza relacionando las condiciones de viento, corrientes, oleajes, presencia de bañistas, entre otros, para conseguir la propia seguridad y la de terceros.

CR 4.2 Las zonas delimitadas para la entrada o salida de embarcaciones se usan para tal fin con rigurosidad y no interfiriendo en el desarrollo de otras actividades, cumpliendo con la normativa aplicable, para velar durante la maniobra por la seguridad de la maniobra, de la tripulación y la de terceros.

CR 4.3 La ubicación del socorrista en la embarcación o moto náutica de salvamento se efectúa favoreciendo la detección de elementos que hagan peligrar la estabilidad para aproximarse al accidentado.

CR 4.4 La tripulación se verifica que está en su puesto e informada de la maniobra a llevar a cabo, para garantizar su seguridad y la eficacia de la maniobra.

CR 4.5 El reparto de tareas en el equipo de rescate en la embarcación o moto náutica de salvamento se ejecutan teniendo en cuenta las condiciones del entorno, del accidente, los recursos materiales disponibles, la seguridad de los socorristas y las directrices de los planes de emergencia y/o protocolos establecidos.

CR 4.6 La aproximación a la víctima, su izado y el remolque de la embarcación sin gobierno, se llevan a cabo adecuando la velocidad, el rumbo y las maniobras para realizar el rescate en el menor tiempo posible y en condiciones de seguridad para el socorrista y la víctima.

CR 4.7 La colocación de la víctima en la embarcación o moto náutica de salvamento se efectúa teniendo en cuenta su estado y las necesidades de comenzar las técnicas de reanimación y primeras curas.

CR 4.8 La velocidad de salida del lugar de origen se adecua a la normativa y a las condiciones meteorológicas, del entorno y del espacio acuático natural, para garantizar la seguridad de la maniobra propia y de terceros.

RP 5: Aplicar técnicas de comunicación con el accidentado, con los equipos que intervienen en la situación de emergencia, presentes ocasionales y con los acompañantes de la víctima, para proporcionar seguridad y confianza durante la asistencia.

CR 5.1 La coordinación con otros técnicos y el trabajo en equipo se efectúa conforme a las directrices marcadas en la entidad, los roles asignados y bajo la supervisión de un superior técnico y/o jerárquico, para asegurar la colaboración interprofesional.

CR 5.2 Las indicaciones sobre las acciones y comportamiento de los usuarios de la instalación acuática y presentes ocasionales, en la situación de emergencia, se

realizan, utilizando las técnicas de comunicación adaptadas a las características de la situación para que no se interfiera en la atención al accidentado.

CR 5.3 La comunicación interna entre los socorristas que intervienen en la emergencia se establece siguiendo las directrices de los planes de emergencia y/o protocolos establecidos.

CR 5.4 La comunicación externa con los cuerpos de seguridad y/o de urgencias más indicados se establece en función del accidente o situación de emergencia, siguiendo las directrices de los planes de emergencia y/o protocolos establecidos.

CR 5.5 La ayuda ante una situación de emergencia, se solicita, utilizando los aparatos de comunicación disponibles, según las pautas y protocolos establecidos para proceder al rescate o traslado de la víctima.

CR 5.6 Las instrucciones al accidentado se realizan aplicando las técnicas de comunicación para infundirle tranquilidad y seguridad y que no dificulte su rescate.

CR 5.7 La comunicación con el accidentado consciente se establece aplicando las técnicas de comunicación de forma persuasiva y tranquilizadora, obteniendo información sobre la causa del accidente e informándole de las técnicas de intervención que se realizan.

CR 5.8 La comunicación con los acompañantes del accidentado se establece, aplicando las técnicas de comunicación de manera tranquilizadora para informarles de su estado y en su caso del traslado de la víctima.

Contexto profesional:

Medios de producción:

Medios de socorro profesionales. Materiales específicos y auxiliares para el control y traslado en el agua del accidentado. Materiales auxiliares para inmovilizar y transportar al accidentado. Botiquín. Medios y sistemas de comunicación.

Productos y resultados:

Identificación de las condiciones de la situación de emergencia de bañistas en el espacio acuático natural. Ejecución de habilidades y técnicas de nado adaptándolo a las condiciones del espacio acuático natural. Aproximación, control, remolque y extracción de la víctima en el espacio acuático natural. Comunicación con el accidentado, con los equipos que intervienen en la situación de emergencia y de rescate, presentes ocasionales y con los acompañantes de la víctima. Selección de medios y materiales específicos de rescate para el espacio acuático natural. Traslado del accidentado en el espacio acuático natural.

Información utilizada o generada:

Estadísticas de accidentes y víctimas de años recientes en el espacio acuático natural. Mapas y planos de los espacios acuáticos naturales. Protocolos de socorrismo acuático. Manuales de socorrismo acuático. Normativa aplicable sobre responsabilidad civil. Informes o partes de actuación. Videos de modelos técnicos. Revistas y libros especializados en cualquier formato. Guías y normativa para la acción preventiva. Documentación técnica de equipos y medios materiales.

Unidad de competencia 4: Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia

Nivel: 2.

Código: UC0272_2.

Realizaciones profesionales y criterios de realización:

RP 1: Buscar signos de alteraciones orgánicas según los protocolos establecidos, para la valoración inicial del accidentado, como primer interviniente.

CR 1.1 La señalización y el balizamiento según lo establecido, se realizan utilizando los elementos disponibles para acotar el lugar de la emergencia.

CR 1.2 La información sobre el estado del accidentado y las causas del accidente se recaba, estableciendo comunicación cuando es posible, con el mismo o con los posibles testigos y asistentes ocasionales al suceso, para valorar la situación inicial.

CR 1.3 Las técnicas de valoración con ligeros zarandeos en los hombros y toques en las mejillas, se efectúan, para valorar el nivel de consciencia del accidentado.

CR 1.4 La observación de los movimientos del pecho y la emisión de sonidos y aliento acercándose a su cara, se efectúa, para comprobar la respiración del accidentado.

CR 1.5 El estado de la circulación sanguínea se comprueba, mediante la observación del ritmo respiratorio del accidentado y movimientos de sus miembros.

CR 1.6 Los mecanismos de producción del traumatismo se identifican para buscar las posibles lesiones asociadas.

CR 1.7 Los elementos de protección individual se utilizan para prevenir riesgos laborales durante la asistencia al accidentado.

CR 1.8 El servicio de atención de emergencias, se contacta, para informar de los resultados de la valoración inicial realizada, comunicando la información recabada, consultando las maniobras que se vayan a aplicar y solicitando otros recursos que pudiesen ser necesarios.

RP 2: Asistir al accidentado con maniobras de soporte ventilatorio y/o circulatorio básico, para mantener o recuperar las constantes vitales, conforme a protocolos establecidos.

CR 2.1 La asistencia inicial a personas en situación de compromiso ventilatorio y/o cardiocirculatorio, se presta, ejerciendo vigilancia y seguimiento constante para detectar cualquier cambio significativo en la situación de partida.

CR 2.2 La apertura, limpieza y desobstrucción de la vía aérea ante un obstáculo o cuerpo extraño, se realiza, mediante las técnicas manuales o aspirador según la situación, conforme a protocolos establecidos, para asegurar la ventilación.

CR 2.3 La permeabilidad de la vía aérea en accidentados inconscientes se preserva, mediante la aplicación de la técnica postural que la asegure, para preservar la ventilación.

CR 2.4 Las técnicas ventilatorias con balón resucitador manual y/u oxígeno se seleccionan, conforme a protocolos establecidos, para permitir una ventilación artificial del accidentado ante evidentes signos de hipoxia.

CR 2.5 Las técnicas de reanimación cardio-respiratoria se aplican, conforme a protocolos establecidos, ante una situación de parada cardio-respiratoria, para recuperar las constantes vitales.

CR 2.6 El desfibrilador semiautomático, en caso de necesidad, se utiliza para la reanimación del accidentado, conforme a la normativa aplicable y protocolos establecidos.

CR 2.7 Las técnicas de hemostasia ante hemorragias externas se aplican para impedir un shock hipovolémico.

CR 2.8 Las técnicas posturales, se aplican, cuando el accidentado se encuentra en situación de compromiso ventilatorio o presenta signos evidentes de «shock», para evitar aspiraciones de vómitos, obstrucciones y favorecer la respiración.

RP 3: Prestar la atención inicial al accidentado, aplicando los primeros auxilios iniciales en situaciones de emergencia que no impliquen una parada cardio-respiratoria, para mantener las constantes vitales según el protocolo establecido.

CR 3.1 La apertura de la vía aérea se realiza, mediante la maniobra frente-mentón para evitar el taponamiento de la laringe por la lengua.

CR 3.2 La alineación manual de la columna cervical se realiza ante existencia de una lesión para protegerla y minimizar los riesgos de una mayor.

CR 3.3 La atención específica a accidentados que han sufrido lesiones por agentes mecánicos, físicos o químicos se presta, aplicando las técnicas para cada situación conforme a protocolos establecidos.

CR 3.4 La atención específica a la parturienta ante una situación de parto inminente se presta, conforme al protocolo de actuación establecido, transmitiendo tranquilidad y serenidad.

CR 3.5 La atención específica indicada a las personas con crisis convulsivas, se presta, para minimizar posibles riesgos de lesiones físicas, conforme a protocolos establecidos.

CR 3.6 La atención específica indicada a las personas con atragantamiento, se presta, discriminando los casos especiales de embarazadas, personas obesas y niños conforme a protocolos establecidos, transmitiendo tranquilidad y serenidad.

CR 3.7 La atención específica indicada a las personas con quemaduras, se presta, conforme a protocolos establecidos y se coloca en posición antishock ante una quemadura de gran extensión, para minimizar riesgos.

CR 3.8 La atención específica indicada a las personas con hemorragia, se presta, conforme a protocolos establecidos para evitar una lipotimia.

RP 4: Aplicar las técnicas de movilización e inmovilización al accidentado, y en su caso interviniendo con los primeros auxilios, para asegurar el posible traslado.

CR 4.1 El lugar de seguridad se selecciona, conforme a protocolos establecidos, para colocar al accidentado hasta la llegada de los servicios sanitarios de emergencia y minimizar los riesgos.

CR 4.2 Las técnicas de movilización e inmovilización se aplican para colocar al accidentado en una posición anatómica no lesiva hasta que acudan a la zona los servicios sanitarios de emergencia o para proceder a su traslado en caso necesario.

CR 4.3 Las técnicas posturales, se aplican, cuando el accidentado se encuentra en situación de compromiso ventilatorio o presenta signos evidentes de «shock», para minimizar riesgos.

CR 4.4 Los tipos de accidentados y lesiones, se discriminan, para intervenir en aquellos casos que no precisen de otros profesionales.

CR 4.5 Las técnicas de intervención de primeros auxilios con los accidentados inmovilizados, se discriminan, para aplicar aquellas propias de un técnico de nivel como primer interviniente, en función de la gravedad y los tipos de lesiones o proceder inmediatamente a su traslado.

RP 5: Intervenir con técnicas de comunicación y apoyo emocional al accidentado, familiares e implicados en la situación de urgencia siguiendo los protocolos establecidos, para facilitar la asistencia, traslado y minimizar los riesgos.

CR 5.1 Los signos de ataque de pánico, ansiedad y/o estrés de la víctima motivado por el accidente, se identifican observando el aumento del ritmo cardíaco, palmas sudorosas, dificultad para respirar, sensación subjetiva de ataque cardíaco, y sentimientos de temor para aplicar las técnicas de apoyo emocional hasta su traslado, siguiendo los protocolos establecidos.

CR 5.2 La comunicación del accidentado con su familia se facilita, desde la toma de contacto hasta su traslado, atendiendo, en la medida de lo posible, a sus requerimientos.

CR 5.3 La información a familiares, accidentado o persona relacionada, se realiza de manera respetuosa e infundiendo confianza, sobre aquellas cuestiones que se puedan plantear dentro de sus competencias.

CR 5.4 Los familiares de los accidentados, se atienden, para ofrecerles información sobre las cuestiones que puedan plantear dentro de sus competencias.

CR 5.5 La solicitud de información por parte de la familia de los accidentados se atiende para ofrecerles datos sobre las cuestiones que puedan plantear dentro de sus competencias.

Contexto profesional:

Medios de producción:

Material de movilización e inmovilización. Material electromédico. Botiquín. Equipo de oxigenoterapia. Desfibrilador semiautomático. Equipo de protección individual. Sistema de comunicación. Kit de organización en catástrofe. Protocolos de actuación. Material de señalización y balizamiento. Material de autoprotección.

Productos y resultados:

Signos de alteraciones orgánicas detectados como primer interviniente. Aplicación de las técnicas de soporte ventilatorio y/o circulatorio básicas. Atención inicial y primeros auxilios básicos iniciales en situaciones de emergencia que no impliquen una parada cardio-respiratoria. Técnicas de movilización e inmovilización al accidentado aplicadas para asegurar el posible traslado. Intervención con técnicas de comunicación y apoyo emocional al accidentado, familiares e implicados en la situación de urgencia. Comunicación con los servicios de atención de emergencias. Intervención a su nivel en situaciones de emergencias colectivas y catástrofes.

Información utilizada o generada:

Manuales de primeros auxilios. Revistas y bibliografía especializada. Protocolos de actuación. Informes.

Módulo formativo 1: Natación

Nivel: 2.

Código: MF0269_2.

Asociado a la UC: Ejecutar técnicas específicas de natación con eficacia y seguridad.

Duración: 120 horas.

Capacidades y criterios de evaluación:

C1: Dominar habilidades y destrezas básicas en el medio acuático, demostrando capacidad de combinación de las mismas para reproducir los gestos propios de la natación.

CE1.1 Mantener en flotación dinámica durante 30 segundos realizando dos giros completos alrededor del eje longitudinal del cuerpo.

CE1.2 Realizar dos giros consecutivos alrededor del eje transversal del cuerpo, manteniendo la cabeza dentro del agua.

CE1.3 Realizar una inmersión para recoger un objeto situado a más de 2 metros de profundidad.

CE1.4 Realizar la entrada en el agua de cabeza y pies, situado en la orilla de la piscina, controlando la profundidad que se alcanza durante la zambullida.

C2: Dominar técnicas específicas de nado en el medio acuático demostrando capacidad de combinación de las mismas para reproducir las acciones integrales de la natación.

CE2.1 Realizar 200 metros de nado alternando los estilos de braza, crol y espalda, nadando un mínimo de 50 metros en cada estilo, realizando la respiración por los dos lados de forma alternativa en el estilo crol y nadando de forma continua y fluida.

CE2.2 Realizar 300 metros de nado con aletas en un tiempo máximo de cinco minutos y treinta segundos, coordinando la respiración y los movimientos y nadando de forma continua y fluida.

CE2.3 Realizar 100 metros de nado con material auxiliar, alternando los movimientos aislados de brazos de espalda, piernas de braza y piernas de mariposa durante al menos 25 metros consecutivos cada uno de ellos.

C3: Realizar desplazamientos en el medio acuático con niveles de velocidad y resistencia.

CE3.1 Realizar 200 metros de nado, en estilo libre, en un tiempo máximo de cuatro minutos quince segundos.

CE3.2 Realizar 100 metros de nado, en estilo libre, en un tiempo máximo de un minuto cincuenta segundos.

CE3.3 Bucear sobre una distancia de 25 metros (apnea continua), recogiendo diez aros del fondo, distribuidos en zig-zag a lo largo de una calle de la piscina, colocados cada dos metros, a partir de cinco metros de la salida.

Capacidades cuya adquisición debe ser completada en un entorno real de trabajo:

C1 completa; C2 completa; C3 completa.

Otras capacidades:

Demostrar un buen hacer profesional.

Finalizar el trabajo atendiendo a criterios de idoneidad, rapidez, economía y eficacia.

Tratar al cliente con cortesía, respeto y discreción.

Demostrar interés por el conocimiento amplio de la organización y sus procesos.

Participar y colaborar activamente en el equipo de trabajo.

Actuar con rapidez en situaciones problemáticas y no limitarse a esperar.

Contenidos:

1. Adaptación al medio acuático. Prácticas de habilidades y destrezas básicas:

Respiración.

Zambullidas e inmersiones.

Apneas.

Flotación y equilibrios.

Giros.

Combinaciones de habilidades.

2. Técnicas básicas en los 4 estilos:

Posición y respiración.

Movimiento de brazos.

Movimiento de piernas.

Coordinación.

3. Ejecución práctica de nado para el desarrollo de la resistencia en el medio acuático:

Cadencia de movimiento o ritmo/velocidad de ejecución (b/p/m).

Tamaño (sección transversal) de los dispositivos acuáticos que aumentan la fuerza de

arrastré: guantes, tablas y/o aletas.

Longitud del brazo de palanca de la extremidad que ejerce resistencia en el agua.

Posición hidrodinámica del segmento movilizado y los dispositivos acuáticos utilizados.

Repeticiones y series en función del objetivo programado.

4. Ejecución práctica de nado para el desarrollo de la velocidad de nado:

Tipo de ejercicios: en seco o en agua.

Mejorar la velocidad de gestos técnicos competitivos: salida, nado, virajes.

Mejora de la velocidad de reacción o de fuerza velocidad: en agua, en seco.

Entrenamiento de velocidad analítico: tiempo de reacción, fuerza de impulso, entre otros.

Entrenamiento de velocidad sintético: mejora global de las manifestaciones de velocidad.

Parámetros de contexto de la formación:

Espacios e instalaciones:

Los espacios e instalaciones darán respuesta, en forma de aula, aula-taller, taller de prácticas, laboratorio o espacio singular, a las necesidades formativas, de acuerdo con el Contexto Profesional establecido en la Unidad de Competencia asociada, teniendo en cuenta la normativa aplicable del sector productivo, prevención de riesgos laborales, salud laboral, accesibilidad universal, diseño universal o diseño para todas las personas y protección medioambiental.

Perfil profesional del formador o formadora:

1. Dominio de los conocimientos y las técnicas relacionados con la ejecución de técnicas específicas de natación con eficacia y seguridad, que se acreditará mediante una de las dos formas siguientes:

– Formación académica de nivel 1 (Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior) o de otras de superior nivel relacionadas con el campo profesional.

– Experiencia profesional de un mínimo de 3 años en el campo de las competencias relacionadas con este módulo formativo.

2. Competencia pedagógica acreditada de acuerdo con lo que establezcan las Administraciones competentes.

Módulo formativo 2: Prevención de accidentes en espacios acuáticos naturales

Nivel: 2.

Código: MF1082_2.

Asociado a la UC: Prevenir accidentes o situaciones de emergencia en espacios acuáticos naturales.

Duración: 60 horas.

Capacidades y criterios de evaluación:

C1: Relacionar espacio acuático natural y variables meteorológicas, con signos externos y estadísticas de accidentes en la zona de baño público, para decidir intervenciones de rescate, siguiendo unos planes de emergencia y protocolos.

CE1.1 Interpretar estadísticas de accidentes y víctimas en la zona de baño público y sus causas.

CE1.2 Describir las características y condiciones que deben cumplir las zonas de baño público en los espacios acuáticos naturales.

CE1.3 Identificar la normativa aplicable de ámbito estatal, autonómico y/o local sobre las zonas de baño público en espacios acuáticos naturales.

CE1.4 En un supuesto práctico, analizar los factores de peligrosidad en la zona de baño público y llevar a cabo las medidas para reducir los riesgos de accidente, en cuanto a: fauna y/o flora peligrosa, viento, oleaje, corrientes, visibilidad, cambios bruscos de profundidad, climatología, afluencia de usuarios, presencia de actividades recreativas o deportivas y otros posibles.

CE1.5 En un supuesto práctico, elaborar un informe sobre los riesgos potenciales detectados en una zona de baño público y los posibles obstáculos naturales que dificulten la accesibilidad o generen situaciones de riesgo, proponiendo las acciones necesarias para solucionarlos.

CE1.6 En un supuesto práctico de una zona de baño público donde se han detectado los riesgos potenciales y obstáculos:

- Explicar el tipo de bandera a izar.
- Establecer los puestos, lugares, zonas, recorridos y rotaciones de unos socorristas.
- Realizar un informe según modelo de unas posibles contingencias.
- Seleccionar acciones de mejora de las dificultades de accesos y vías de evacuación.

C2: Determinar los recursos materiales para proceder a la vigilancia de un espacio acuático natural cumpliendo con los protocolos de seguridad y plan de prevención de riesgos.

CE2.1 Describir los soportes informativos y preventivos, los materiales de vigilancia, de rescate y atención primaria y explicar sus funciones.

CE2.2 En un supuesto práctico de vigilancia en una zona de baño público de un espacio acuático natural con unas condiciones meteorológicas dadas:

- Realizar un cartel que tenga en cuenta las medidas preventivas y la información relativa a normas de uso público de una zona de baño.
- Elaborar los mensajes que se emitirán por megafonía con la información para los usuarios, especificando la periodicidad y los momentos de emisión.
- Interpretar las condiciones medioambientales y los factores de peligrosidad.
- Seleccionar el color de la bandera del estado del espacio acuático natural.
- Explicar las medidas que se deben tomar según el color elegido.

CE2.3 Describir los sistemas de comunicación interna y externa (radiotransmisores, teléfonos, silbatos u otros) y explicar su mantenimiento básico.

CE2.4 Describir el puesto de socorrismo o de atención primaria y sus recursos materiales.

CE2.5 En un supuesto práctico de vigilancia en una zona de baño público de un espacio acuático natural con unas condiciones dadas:

- Revisar una torre, sillas, puestos elevados y prismáticos.
- Revisar los recursos de evacuación, accesos de ambulancias, helicóptero y otros equipos de emergencia.
- Realizar operaciones sencillas de mantenimiento operativo de recursos materiales que intervienen en el servicio de salvamento y socorrismo.
- Cumplimentar una hoja de control rutinario establecida.

C3: Aplicar técnicas de comunicación a usuarios de zonas de baño público de espacios acuáticos naturales con información sobre los servicios prestados y normas de utilización.

CE3.1 Definir tipos de recursos audiovisuales y gráficos utilizados en la transmisión, indicación y señalización de información en zonas de baño público de espacios acuáticos naturales.

CE3.2 Definir unas técnicas de comunicación verbal o gestual adecuadas al contexto situacional y a las características de los usuarios de un supuesto dado.

CE3.3 Describir normas que deben comunicarse a usuarios de un espacio acuático natural y la forma más eficaz de transmitirla.

CE3.4 En un supuesto práctico de transmisión de información a usuarios en una zona de baño de un espacio acuático natural en el que se identifiquen la finalidad y el contenido del mensaje:

- Elaborar mensajes para emitir por megafonía, informando sobre las normas de uso de una zona de baño público, determinando la periodicidad de su emisión.
- Realizar un cartel donde se expongan de forma clara y precisa, las normas de uso y disfrute de una zona de baño público.
- Seleccionar y utilizar recursos audiovisuales y gráficos para transmitir información.
- Justificar la selección del medio adecuado y simular su transmisión.
- Identificar las interferencias que pueden dificultar la comprensión del mensaje.
- Efectuar un informe o parte de actuación con registro de unas incidencias.

CE3.5 Definir el protocolo de comunicación ante situaciones conflictivas y comportamientos de usuarios que alteren el normal funcionamiento de una zona de baño de un espacio acuático natural.

CE3.6 Explicar las prácticas más frecuentes en usuarios que pueden tener impacto medioambiental.

CE3.7 Describir las condiciones de utilización de una zona de baño público de un espacio acuático natural y su impacto medioambiental.

CE3.8 En un supuesto práctico de simulacro de intervención en un accidente en una zona de baño de un espacio acuático natural:

- Determinar los materiales específicos de la situación de emergencia.
- Establecer el comportamiento de usuarios en la situación dada.
- Seleccionar técnicas de comunicación verbal y/o gestual según una situación y características de unos usuarios.
- Comprobar el funcionamiento de los medios de comunicación.
- Complimentar el parte de actuación para su registro.

C4: Aplicar técnicas de vigilancia y control en las áreas designadas de una zona de baño público en un espacio acuático natural.

CE4.1 Describir errores frecuentes relativos a la observancia y alerta de un socorrista durante su labor «in vigilando».

CE4.2 Describir las técnicas para el mantenimiento de la atención en labores de vigilancia de la zona de baño en espacios acuáticos naturales.

CE4.3 Relacionar una zona de baño de un espacio acuático natural y técnicas de vigilancia con la normativa aplicable.

CE4.4 Describir los factores de riesgo que pueden estar presentes en la conducta de los usuarios y suponer un peligro para ellos y para terceros.

CE4.5 En un supuesto práctico de vigilancia en una zona de baño de un espacio acuático natural con usuarios y medios materiales y humanos determinados:

- Explicar la revisión de forma periódica de unos factores de riesgo.
- Identificar conductas de los usuarios sobre las que mantener la atención y su intervención.
- Comunicación de forma periódica con un equipo de socorristas.
- Justificar la rotación de posiciones de unos socorristas.
- Efectuar recorridos de vigilancia con material.
- Explicar normas de uso de una zona de baños en un espacio acuático natural.

CE4.6 En un supuesto práctico de vigilancia en una zona de baños de un espacio acuático natural con usuarios, medios materiales y medios humanos:

- Establecer áreas de vigilancia.
- Determinar ubicación del puesto de vigilancia.

- Señalar la dotación de los puestos.
- Justificar la rotación de los socorristas.
- Establecer recorridos (duración y periodicidad) de los socorristas.
- Seleccionar material a utilizar durante el recorrido.

CE4.7 En un supuesto práctico de vigilancia de una zona de baño en un espacio acuático natural con usuarios, medios materiales y medios humanos, y ante la existencia de una modificación de las condiciones:

- Identificar las condiciones de salubridad y calidad del agua, temperatura del agua, tormenta eléctrica.
- Seleccionar el protocolo de actuación del socorrista hasta llegar a la suspensión de la actividad.
- Identificar las conductas inapropiadas de unos usuarios.
- Determinar medios de comunicación de incidencias graves a la autoridad competente.
- Corregir incidencias leves con el material.

C5: Determinar el equipamiento de uso personal para proceder a la vigilancia de una zona de baño público en un espacio acuático natural, cumpliendo con los protocolos de seguridad y un plan de prevención de riesgos.

CE5.1 Describir las consecuencias a corto y largo plazo que tienen en el organismo las exposiciones a agentes físicos.

CE5.2 Describir el equipamiento personal del socorrista para la prevención de riesgos laborales.

CE5.3 En un supuesto práctico de vigilancia en una zona de baño público en un espacio acuático natural:

- Identificar características medioambientales del espacio acuático natural para una autoprotección.
- Comprobar los sistemas de protección solar de sillas y puestos de observación.
- Seleccionar material como gafas, crema protectora y calzado adecuado a una zona de baño público en un espacio acuático natural.
- Realizar acciones de protección personal ante unos agentes físicos y su periodicidad.

Capacidades cuya adquisición debe ser completada en un entorno real de trabajo:

C1 respecto a CE1.4, CE1.5 y CE1.6; C2 respecto a CE2.2 y CE2.5; C3 respecto a CE3.4 y CE3.8; C4 respecto a CE4.5, CE4.6 y CE4.7; C5 respecto a CE5.3.

Otras capacidades:

Responsabilizarse del trabajo que desarrolla.

Comunicarse eficazmente con las personas adecuadas en cada momento, respetando los canales establecidos en la organización.

Participar y colaborar activamente en el equipo de trabajo.

Interpretar y ejecutar instrucciones de trabajo.

Actuar con rapidez en situaciones problemáticas y no limitarse a esperar.

Respetar los procedimientos y normas internas de la organización.

Contenidos:

1. Utilización de zonas de baño público y materiales de socorrismo en espacios acuáticos naturales:

Tipos y características de las zonas de baño público en espacios acuáticos naturales.

Material auxiliar en las actividades de socorrismo en espacios acuáticos naturales.

Mantenimiento del material auxiliar en espacios acuáticos naturales. Material de protección personal en espacios acuáticos naturales.

Seguridad, prevención de riesgos en espacios acuáticos naturales. Lugares de riesgos en espacios acuáticos naturales. Factores de riesgo en espacios acuáticos naturales. Las guías para la mejora de la acción preventiva. La valoración de riesgos laborales. Adaptación de las instalaciones a los usuarios de las zonas de baño público en espacios acuáticos naturales: barreras arquitectónicas. Modificaciones arquitectónicas y funcionalidad de los espacios. Condiciones higiénico sanitarias de las zonas de baño público en espacios acuáticos naturales. Gestión y organización del socorrismo acuático: playas fluviales, embalses y lagos, ríos y riadas. Socorrismo acuático en playas «bandera azul». Normativa aplicable sobre espacios acuáticos naturales.

2. Vigilancia en zonas de baño público de espacios acuáticos naturales:

Estadísticas de accidentes en el medio acuático.
Conceptos de la prevención de accidentes.
Ubicación del puesto.
Vigilancia estática y/o dinámica.
Técnicas de vigilancia acuática.
Estrategias de control de la zona.
Turnos de vigilancia.
El socorrista: perfil, actitudes y aptitudes, funciones, enfermedades profesionales, riesgos de actuación y prevención de riesgos, equipamiento del socorrista.
El lugar de trabajo. Características.
Material de salvamento: de alcance, de contacto, de apoyo, de extracción y evacuación.
El puesto de salvamento.
Protocolos de actuación y planes de emergencia: vigilancia, comunicación, traslado, evacuación.
Datos y estadísticas de interés en socorrismo acuático: turismo, zonas de baño, accidentes, ahogados, inversiones y recursos.
Responsabilidad civil y penal del socorrista acuático.
Factores ambientales en los espacios acuáticos naturales con incidencia en el socorrismo: Espacios: playas marítimas, playas fluviales, embalses, lagos, ríos, riadas; Fauna y flora peligrosas; Factores atmosféricos: estado del cielo, viento, meteoros, temperatura y otros posibles; Factores en el agua: mareas, oleaje, corrientes, cambios bruscos de profundidad, temperatura, visibilidad, contaminación y otros posibles; Factores humanos: afluencia de usuarios y presencia de actividades recreativas o deportivas.

3. Comunicación aplicada a situaciones de prevención de riesgos en espacios acuáticos naturales:

Comunicación con los usuarios de zonas de baño público en espacios acuáticos naturales. Habilidades sociales: escucha activa, errores de escucha, empatía, ayudar a pensar, objetivos de la comunicación, cumplimiento de normas, advertencia de situaciones de riesgos, resolución de conflictos.
Técnicas de comunicación: modelos de estilos de comunicación, utilización del lenguaje oral y del escrito en la transmisión de mensajes, utilización del lenguaje icónico y del lenguaje audiovisual en la transmisión de mensajes.
Información al usuario: mapa del espacio acuático natural con la ubicación de servicios, horarios del servicio de socorrismo, consejos preventivos, código de las banderas del estado del espacio acuático natural, horario de mareas, normas de higiene, balizamientos en la zona de baño, señalización vertical en la orilla de delimitación de zonas, señalización específica de zonas de peligro especial, megafonía informativa y de alarma.

Parámetros de contexto de la formación:**Espacios e instalaciones:**

Los espacios e instalaciones darán respuesta, en forma de aula, aula-taller, taller de prácticas, laboratorio o espacio singular, a las necesidades formativas, de acuerdo con el Contexto Profesional establecido en la Unidad de Competencia asociada, teniendo en cuenta la normativa aplicable del sector productivo, prevención de riesgos laborales, salud laboral, accesibilidad universal, diseño universal o diseño para todas las personas y protección medioambiental.

Perfil profesional del formador o formadora:

1. Dominio de los conocimientos y las técnicas relacionados con la prevención de accidentes o situaciones de emergencia en espacios acuáticos naturales, que se acreditará mediante una de las dos formas siguientes:

- Formación académica de nivel 2 (Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior) o de otras de superior nivel relacionadas con el campo profesional.
- Experiencia profesional de un mínimo de 3 años en el campo de las competencias relacionadas con este módulo formativo.

2. Competencia pedagógica acreditada de acuerdo con lo que establezcan las Administraciones competentes.

Módulo formativo 3: Rescate de accidentados en espacios acuáticos naturales

Nivel: 2.

Código: MF1083_2.

Asociado a la UC: Rescatar a personas en caso de accidente o situaciones de emergencia en espacios acuáticos naturales.

Duración: 120 horas.

Capacidades y criterios de evaluación:

C1: Valorar situaciones de emergencia en zonas de baño público en un espacio acuático natural estableciendo unos procedimientos a seguir en caso de rescate a un accidentado.

CE1.1 Definir factores de peligrosidad en espacios acuáticos naturales y relacionarlos con posibles accidentes acuáticos.

CE1.2 Describir los signos y señales de los accidentes en los espacios acuáticos naturales relacionándolos con zonas de baño públicas.

CE1.3 Describir las conductas de una persona que cree ahogarse, estableciendo las consecuencias de esa conducta.

CE1.4 En un supuesto práctico de situación de emergencia en el que se define el contexto físico, la actividad y la conducta de los usuarios, identificar y describir las pautas a seguir para optimizar la seguridad, tanto del accidentado como del resto de los usuarios.

CE1.5 En un supuesto práctico de rescate de una o más personas en una zona de baño de un espacio acuático natural, donde pueden ser causa de riesgo la corriente, temperatura, obstáculos, entre otros:

- Identificar una zona por dónde pasar y el lugar de entrada y salida del agua.
- Determinar recursos y materiales como boyas, brazos de rescate, aros de rescate.
- Justificar el reparto de tareas entre el equipo atendiendo al protocolo.
- Establecer comunicación con unos usuarios, equipo de salvamento, compañero, adaptado a la situación.

– Seleccionar unas técnicas para realizar el rescate acuático (entrada, aproximación, toma de contacto y control, traslado en el medio acuático y extracción), en función de las características del supuesto.

CE1.6 En un supuesto práctico de análisis crítico y evaluación de una situación simulada de emergencia, establecer propuestas de mejora de forma justificada.

C2: Dominar habilidades y técnicas de nado adaptadas a unas condiciones del entorno de una zona de baño público en espacios acuáticos naturales.

CE2.1 Ejecutar técnicas de entrada al agua, adaptándolas a unas condiciones del entorno.

CE2.2 Efectuar flotaciones y equilibrios dinámicos en el agua que permita una observación eficaz y orientación en el entorno.

CE2.3 Ejecutar las técnicas de inmersión, adaptándolas a las condiciones del entorno.

CE2.4 Ejecutar las técnicas de buceo con material auxiliar y de rescate, adaptándolas a las condiciones del entorno.

CE2.5 Recuperar una situación de equilibrio dinámico en el agua después de realizar giros.

CE2.6 Ejecutar técnicas de nado adaptadas a las condiciones de espacios acuáticos naturales con y sin material auxiliar.

C3: Determinar las técnicas de aproximación, control, remolque y extracción en rescate desde la orilla, adaptándolas a unas condiciones del espacio acuático natural, accidente, estado de la víctima y recursos humanos y materiales.

CE3.1 Describir un protocolo de actuación en una situación de rescate de usuarios y en diversas zonas donde se desarrollan actividades, en espacios acuáticos naturales.

CE3.2 En un supuesto práctico de simulación de intervención en un rescate de usuarios en una zona de baño de un espacio acuático natural:

- Seleccionar materiales de rescate aptos a unas condiciones del entorno y del accidente.
- Repartir tareas en el equipo de rescate ajustado a las necesidades de intervención.
- Establecer comunicaciones internas y externas según un protocolo.
- Instalar líneas de seguridad en el lugar idóneo del espacio acuático natural.

CE3.3 En un supuesto práctico de simulación de rescate a un accidentado consciente en proceso de ahogarse:

- Lanzar con precisión el material de rescate.
- Recoger la cuerda de seguridad aproximando la víctima a la orilla.
- Determinar las técnicas de extracción de la víctima hasta la orilla.

CE3.4 En un supuesto práctico de rescate a un accidentado, con ayuda de un compañero o maniquí:

- Aplicar las técnicas de zafaduras y traslado manteniendo sus vías respiratorias fuera del agua.
- Realizar el rescate de maniquí sobre una distancia previamente determinada y tiempos establecidos.
- Efectuar el rescate con vestimenta de bañador, con/sin camiseta de manga corta, con/sin chanclas y con/sin aletas.
- Realizar la extracción del maniquí del fondo de la piscina, en un tiempo previamente determinado.
- Seleccionar unas técnicas de control de la ansiedad durante las maniobras de rescate acuático.

CE3.5 En un supuesto práctico de intervención con material a un accidentado ficticio consciente, desorientado y en estado de pánico:

- Posición de partida en pie, fuera del agua, con material de rescate determinado previamente (tubo de rescate) y con aletas en la mano.
- Efectuar carrera terrestre de 30 metros con el material desde fuera del agua de pie con tubo de rescate y aletas en mano.
- Entrar en el agua y colocarse las aletas.
- Realizar 75 metros en nado libre con observación continuada del accidentado en el agua.
- Facilitar la recogida del material de rescate lanzado al accidentado desorientado.
- Asegurar el control del accidentado con el material de rescate actuando a su espalda.
- Trasladarle de forma controlada sin que el agua pase por encima de sus vías respiratorias hasta la orilla.
- Ayudarle a salir del agua.

CE3.6 En un supuesto práctico de intervención con material a un accidentado ficticio inconsciente:

- Efectuar carrera terrestre de 30 metros con el material desde fuera del agua de pie con tubo de rescate y aletas en mano.
- Entrar en el agua y colocarse las aletas.
- Realizar 50 metros (aproximadamente) en nado libre hasta el accidentado.
- Asegurar el control de la persona que simula inconsciencia con el material de rescate.
- Trasladarla de forma controlada sin que el agua pase por encima de sus vías respiratorias hasta la orilla.
- Realizar su extracción del agua de forma segura y rápida.

CE3.7 En un supuesto práctico de simulación de rescate a un accidentado con lesión medular en el espacio acuático natural:

- Realizar la aproximación, control e inmovilización manual.
- Inmovilizar con collarín y tablero espinal.
- Extraer al accidentado del agua, organizando la ayuda de 2-3 personas siguiendo pautas de protocolos establecidos.
- Trasladar a lugar seguro.

C4: Determinar unas técnicas de rescate desde embarcaciones y motos náuticas de salvamento, adaptándolas a unas condiciones del espacio acuático natural, accidente, estado de la víctima y recursos humanos y materiales.

CE4.1 Definir las maniobras del socorrista acuático para la entrada y salida con embarcación y moto náutica de salvamento en el espacio acuático natural.

CE4.2 Explicar las características de las zonas delimitadas para entrada y salida de embarcaciones y motos náuticas en las zonas de baño de los espacios acuáticos naturales.

CE4.3 Justificar la ubicación del socorrista acuático en una embarcación y moto náutica de salvamento en la intervención.

CE4.4 Ejecutar con eficacia y seguridad unas acciones propias del socorrista acuático ante una caída al agua del patrón u otros tripulantes de una embarcación y moto náutica de salvamento.

CE4.5 En un supuesto práctico, realizar dos intervenciones de rescate no consecutivas, una con embarcación y otra con moto náutica de salvamento a un accidentado ficticio consciente en el espacio acuático natural:

- Comunicar una emergencia para el inicio del rescate según un protocolo.
- Repartir las tareas del equipo en la embarcación según el tipo de intervención.
- Colaborar en una navegación segura y rápida de una distancia aproximada de 200 metros hasta llegar al accidentado, que se encuentra en un lugar donde no hace pie.

- Ayudar al accidentado a subir a bordo sin permitir que dificulte el rescate.
- Ubicar al accidentado a bordo.
- Asegurar el desembarco seguro del accidentado en la orilla.

CE4.6 En un supuesto práctico, realizar dos intervenciones de rescate no consecutivas, una con embarcación y otra con moto náutica de salvamento, a un accidentado ficticio inconsciente en el espacio acuático natural:

- Comunicar una emergencia para el inicio del rescate según un protocolo.
- Colaborar en una navegación segura y rápida de una distancia aproximada de 200 metros hasta llegar al accidentado, que se encuentra en un lugar donde no hace pie.
- Realizar la entrada al agua con seguridad.
- Controlar y remolcar a la persona que simula estar inconsciente.
- Izar al accidentado a bordo.
- Ubicar al accidentado a bordo.
- Asegurar el desembarco del accidentado inconsciente en la orilla.

CE4.7 En un supuesto práctico en que una persona simula ser un accidentado con lesión medular en el espacio acuático natural, realizar su rescate con embarcación en un caso y con moto náutica en otro, con la aproximación, entrada al agua del socorrista con aletas, control, inmovilización manual, inmovilización completa con collarín y tablero espinal, izado y colocación a bordo, organizando la ayuda de 2 personas siguiendo unas pautas de unos protocolos establecidos.

CE4.8 En un supuesto práctico en que una persona simula ser un accidentado próximo a una zona acantilada en el espacio acuático natural, realizar su rescate con embarcación en un caso y con moto náutica en otro, sin poner a éstas en riesgo, entrando el socorrista con aletas y chaleco específico de rescate con cabo de seguridad, aproximarse a la persona que simula estar consciente en situación de pánico, controlarla, trasladarla e izarla a bordo.

C5: Definir técnicas de comunicación en el trato con un accidentado, equipo de intervención en un rescate, presentes ocasionales y/o acompañantes, en función de una situación de emergencia.

CE5.1 Describir y establecer comunicación con un accidentado consciente durante un rescate, empleando un talante seguro, tranquilizador y cordial.

CE5.2 Describir y establecer comunicación con usuarios cercanos al accidente, informándoles con seguridad y claridad de las conductas que deben seguir para conseguir su colaboración y que no dificulten o empeoren la situación.

CE5.3 Describir y establecer comunicación con unos supuestos acompañantes de la víctima, empleando un talante tranquilizador, cordial y que evite información que puede malinterpretarse o incidir negativamente.

CE5.4 Describir y establecer una comunicación simulada de alerta colectiva.

CE5.5 En un supuesto práctico de intervención en el que se simula un rescate y ante necesidad de ayuda, dado un protocolo y teniendo en cuenta los riesgos laborales:

- Establecer comunicación con otros socorristas del equipo de trabajo.
- Establecer comunicación con Cuerpos de Seguridad y Urgencias.
- Establecer comunicación con unos usuarios de la zona de baño.
- Establecer comunicación con unas víctimas del accidente.

CE5.6 En un supuesto práctico de intervención en el que se simula un rescate, dado un protocolo:

- Establecer una comunicación interna con los componentes del operativo de rescate que intervienen en la emergencia.
- Establecer una comunicación externa con los Cuerpos de Seguridad y de Urgencias que tengan que intervenir en el operativo de rescate.

Capacidades cuya adquisición debe ser completada en un entorno real de trabajo:

C1 respecto a CE1.4, CE1.5 y CE1.6; C2 completa; C3 respecto a CE3.2, CE3.3, CE3.4, CE3.5, CE3.6 y CE3.7; C4 respecto a CE4.4, CE4.5, CE4.6, CE4.7 y CE4.8; C5 completa.

Otras capacidades:

Responsabilizarse del trabajo que desarrolla.

Comunicarse eficazmente con las personas adecuadas en cada momento, respetando los canales establecidos en la organización.

Participar y colaborar activamente en el equipo de trabajo.

Interpretar y ejecutar instrucciones de trabajo.

Actuar con rapidez en situaciones problemáticas y no limitarse a esperar.

Respetar los procedimientos y normas internas de la organización.

Contenidos:**1. Técnicas acuáticas de salvamento y socorrismo con material auxiliar en espacios acuáticos naturales:**

Técnicas de socorrismo acuático apropiadas para los diferentes espacios acuáticos naturales: playas marítimas, playas fluviales, embalses, lagos, ríos, riadas y otros posibles.

Técnica de nado con aletas.

Técnicas de recogida, control y remolque del maniquí.

Técnicas de lanzamiento y recogida de la cuerda de rescate.

El tubo de rescate: control.

La tabla de salvamento: equilibrios y remadas básicas.

Embarcaciones semirrígidas y motos náuticas de salvamento.

Buceo con equipo subacuático sencillo: aletas, gafas y tubo.

Técnicas de rescate: de entradas al agua con y sin material, de aproximación al accidentado, de toma de contacto, control y valoración de la víctima consciente e inconsciente; de traslado de accidentados, de extracción del accidentado (con o sin lesión medular, politraumatizados, entre otros), evacuación del accidentado.

Las zafaduras: definición y tipos.

Respiración artificial en el medio acuático.

2. Intervención en rescates en situaciones de emergencia en espacios acuáticos naturales:

Organización del socorrismo.

Percepción del problema: elementos esenciales en la percepción, características del agua, atmosféricas, situaciones de riesgo en el medio acuático: conductas inapropiadas, zambullidas peligrosas, apneas forzadas, actividad con sobreesfuerzos, juegos descontrolados, rescates sin conocimientos ni recursos suficientes, incumplimiento de normas e indicaciones del servicio de socorrismo.

Análisis de la situación. Toma de decisiones. Control de la ansiedad.

Ejecución de las acciones de rescate: localización, puntos de referencia. Líneas de seguridad, balizamientos y acotación de zonas.

Rescate con embarcaciones y motos náuticas de salvamento: concepto de los peligros para la navegación: bajos, piedras que velan. Referencias de tierra, enfilaciones. Navegación en aguas poco profundas. Rompientes. Precauciones con bañistas y buceadores. Precauciones al entrar en playas no balizadas. Precauciones al fondear. Baja visibilidad. Agentes que influyen en la maniobra; posición a bordo del patrón y tripulación; navegación dentro y fuera de la zona de rompiente; maniobra de aproximación a un objeto o a una persona; maniobra de atraque y desatraque a un dique y pantalán flotante; maniobra para abarloadse a otra embarcación; recogida de tripulantes de otra embarcación; maniobra de remolque a una embarcación en auxilio; maniobra ante la caída al agua del patrón o socorrista; medidas a

tomar ante el vuelco de una embarcación y moto náutica; maniobras de amarre.
Coordinación con otros recursos y servicios de emergencia.

3. Técnicas de comunicación en rescates en situaciones de emergencia en espacios acuáticos naturales:

Conducta de la persona que cree ahogarse. Actitudes y respuesta del socorrista. Manejo de la situación.

Comunicación aplicada a situaciones de emergencia: con el accidentado: en la aproximación, en la toma de contacto, durante el traslado, durante la extracción y traslado; a acompañantes y asistentes accidentales; miembros del equipo de trabajo, trabajadores de la instalación y equipos de emergencia; familiares; usuarios de la zona de baño de espacios acuáticos naturales.

Comunicación en situaciones conflictivas durante el rescate y resolución de conflictos.

Parámetros de contexto de la formación:

Espacios e instalaciones:

Los espacios e instalaciones darán respuesta, en forma de aula, aula-taller, taller de prácticas, laboratorio o espacio singular, a las necesidades formativas, de acuerdo con el Contexto Profesional establecido en la Unidad de Competencia asociada, teniendo en cuenta la normativa aplicable del sector productivo, prevención de riesgos laborales, salud laboral, accesibilidad universal, diseño universal o diseño para todas las personas y protección medioambiental.

Perfil profesional del formador o formadora:

1. Dominio de los conocimientos y las técnicas relacionados con el rescate a personas en caso de accidente o situaciones de emergencia en espacios acuáticos naturales, que se acreditará mediante una de las dos formas siguientes:

- Formación académica de nivel 2 (Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior) o de otras de superior nivel relacionadas con el campo profesional.
- Experiencia profesional de un mínimo de 3 años en el campo de las competencias relacionadas con este módulo formativo.

2. Competencia pedagógica acreditada de acuerdo con lo que establezcan las Administraciones competentes.

Módulo formativo 4: Primeros auxilios

Nivel: 2.

Código: MF0272_2.

Asociado a la UC: Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.

Duración: 60 horas.

Capacidades y criterios de evaluación:

C1: Relacionar la información obtenida sobre los signos de alteración orgánica con el estado del accidentado y las características de la asistencia como primer interviniente.

CE1.1 Diferenciar los conceptos de urgencia, emergencia y catástrofe en primeros auxilios.

CE1.2 Definir técnicas de autoprotección frente a posibles lesiones derivadas de la manipulación de personas accidentadas.

CE1.3 En un supuesto práctico de identificación del estado del accidentado:

- Identificar el nivel de consciencia.
- Identificar las posibles lesiones y traumatismos y sus mecanismos de producción.
- Seleccionar las maniobras posturales ante lesiones.
- Comunicar la información al servicio de emergencias.
- Manejar la terminología médico sanitaria de primera intervención.
- Utilizar los elementos de protección individual.
- Definir las técnicas de autoprotección frente a posibles lesiones.

CE1.4 En un supuesto práctico de intervención para la valoración inicial de un accidentado:

- Identificar y justificar la mejor forma de acceso al accidentado.
- Identificar los posibles riesgos.
- Asegurar la zona según el protocolo establecido.
- Efectuar las maniobras necesarias para acceder al accidentado.

CE1.5 En un supuesto práctico de valoración inicial de un accidentado:

- Concretar las pautas de actuación según el protocolo para la valoración inicial.
- Identificar situaciones de riesgo vital y definir las actuaciones que conllevan.
- Utilizar las técnicas posturales apropiadas ante situaciones de compromiso ventilatorio.
- Utilizar las técnicas de hemostasia apropiadas ante situaciones de hemorragias externas.

C2: Aplicar técnicas y maniobras de soporte ventilatorio y/o circulatorio básicas según protocolo establecido.

CE2.1 Describir los conceptos de reanimación cardio-pulmonar básica e instrumental según un protocolo.

CE2.2 Describir técnicas de desobstrucción de la vía aérea en la atención inicial según un protocolo.

CE2.3 En un supuesto práctico de compromiso ventilatorio de un accidentado:

- Identificar situaciones de riesgo vital y definir las actuaciones que conllevan.
- Efectuar la maniobra frente-mentón.
- Utilizar las técnicas posturales según un protocolo ante situaciones de compromiso ventilatorio.

CE2.4 En un supuesto práctico de compromiso circulatorio de un accidentado:

- Seleccionar el material e instrumental de reanimación cardio-pulmonar básica.
- Aplicar las técnicas básicas e instrumentales de reanimación cardio-pulmonar sobre maniqués.
- Aplicar las técnicas básicas de reanimación cardio-pulmonar sobre maniqués utilizando equipo de oxigenoterapia y desfibrilador automático.
- Utilizar las técnicas de hemostasia según un protocolo ante situaciones de hemorragias externas.

C3: Aplicar técnicas de primeros auxilios en la atención inicial a accidentados sin parada cardio-respiratoria.

CE3.1 Definir el protocolo de una Cadena de Supervivencia en relación a los primeros auxilios.

CE3.2 Explicar las acciones de colaboración con los equipos de emergencia en los primeros auxilios durante la atención inicial y primera clasificación de pacientes ante una catástrofe y en situación de emergencia colectiva.

CE3.3 En un supuesto práctico de atención inicial en situación de emergencia a un accidentado:

- Vigilar a un accidentado para valorar su evolución.
- Alinear manualmente la columna cervical al accidentado.
- Efectuar la maniobra frente-mentón.

CE3.4 En un supuesto práctico de atención inicial en situación de emergencia en un accidentado con atragantamiento:

- Seleccionar la maniobra en función de la edad de un accidentado según un protocolo.
- Valorar la gravedad de la obstrucción según un protocolo.
- Aplicar las maniobras de desobstrucción según un protocolo.
- Efectuar la desobstrucción de una embarazada.
- Concretar las pautas de comunicación con el servicio de emergencia en una obstrucción grave.

CE3.5 En un supuesto práctico de atención inicial en situación de emergencia a un accidentado:

- Aplicar las técnicas oportunas recogidas en un protocolo establecido ante posibles accidentados con lesiones por agentes mecánicos, físicos o químicos.
- Aplicar protocolo de atención establecido a un accidentado con crisis convulsiva.
- Aplicar protocolo de atención establecido a un accidentado con quemaduras.
- Aplicar protocolo de atención establecido a un accidentado con hemorragia externa.
- Actuar conforme a un protocolo establecido ante situaciones de parto inminente.

CE3.6 En un supuesto práctico de primeros auxilios en situación de emergencia a un accidentado:

- Actuar en función de la gravedad y el tipo de lesiones.
- Determinar las técnicas de primeros auxilios que se deben aplicar.
- Discriminar las técnicas que no debe aplicar el primer interviniente de forma autónoma, por exceso de riesgo o por ser específicas de otros profesionales.
- Discriminar los casos y/o circunstancias en los que no se debe intervenir directamente por exceso de riesgo o por ser específicos de otros profesionales.

C4: Aplicar técnicas de movilización e inmovilización en la atención inicial a accidentados para su traslado.

CE4.1 Describir los métodos para efectuar el rescate de un accidentado según un protocolo.

CE4.2 Describir los métodos de inmovilización aplicables para un transporte seguro cuando el accidentado tiene que ser trasladado.

CE4.3 En un supuesto práctico de movilización e inmovilización de un accidentado, elegir un método dadas las posibles lesiones del accidentado y/o las circunstancias de los accidentes.

CE4.4 Describir lesiones, patologías y traumatismos susceptibles de atención inicial y aspectos a tener en cuenta para su prevención, en función del medio en el que se desarrolla la actividad para:

- Describir causas que lo producen.
- Definir síntomas y signos.
- Precisar pautas de actuación y atención inicial según un protocolo.

CE4.5 En un supuesto práctico de atención inicial en situación de emergencia a un accidentado:

- Alinear manualmente la columna cervical al accidentado.
- Efectuar la maniobra frente-mentón.
- Explicar las repercusiones de un traslado inadecuado.
- Confeccionar camillas y sistemas para la inmovilización y transporte de enfermos y/o accidentados utilizando materiales convencionales e inespecíficos o medios de fortuna.

C5: Aplicar técnicas de comunicación y de apoyo emocional a accidentados, familiares e implicados, presentes en el entorno de la emergencia.

CE5.1 Definir un protocolo de comunicación con accidentados y con posibles testigos e implicados en una situación de emergencia.

CE5.2 Describir unas técnicas de la comunicación con el accidentado en función de su estado de consciencia.

CE5.3 En un supuesto práctico de una situación que dificulta la comunicación y donde se presta asistencia a un accidentado:

- Asegurar el entorno de intervención según protocolo establecido.
- Aplicar técnicas facilitadoras de la comunicación interpersonal.
- Discriminar los factores que predisponen ansiedad.

CE5.4 En un supuesto práctico en situación de emergencia donde se especifican situaciones de tensión ambiental, especificar las técnicas a emplear para:

- Controlar una situación de duelo según un protocolo establecido.
- Controlar situaciones de ansiedad y angustia según protocolo establecido.
- Controlar situaciones de agresividad según protocolo establecido.

CE5.5 En un supuesto práctico de aplicación de primeros auxilios no exitoso (muerte del accidentado), describir las posibles manifestaciones de estrés de la persona que socorre e indicar las acciones para superar psicológicamente el fracaso.

Capacidades cuya adquisición debe ser completada en un entorno real de trabajo:

C1 respecto a CE1.3, CE1.4 y CE1.5; C2 respecto a CE2.3 y CE2.4; C3 respecto a CE3.3, CE3.4, CE3.5 y CE3.6; C4 respecto a CE4.3 y CE4.5; C5 respecto a CE5.3, CE5.4 y CE5.5.

Otras capacidades:

Responsabilizarse del trabajo que desarrolla.

Comunicarse eficazmente con las personas adecuadas en cada momento, respetando los canales establecidos en la organización.

Participar y colaborar activamente en el equipo de trabajo.

Interpretar y ejecutar instrucciones de trabajo.

Actuar con rapidez en situaciones problemáticas y no limitarse a esperar.

Respetar los procedimientos y normas internas de la organización.

Contenidos:

1. Valoración inicial del accidentado como primer interviniente:

El botiquín de primeros auxilios: instrumentos, material de cura, fármacos básicos.

Primeros auxilios: concepto, principios generales, objetivos y límites.

El primer interviniente: actitudes, funciones, responsabilidad legal, riesgos y protección, responsabilidad y ética profesional.

El primer interviniente como parte de la cadena asistencial.

Terminología anatomía y fisiología.

Terminología médico-sanitaria de utilidad en primeros auxilios.

Actuación general ante emergencia colectiva y catástrofe: conceptos relacionados con emergencias colectivas y catástrofes, métodos de «triage» simple, norias de evacuación.

2. Asistencia al accidentado con maniobras de soporte ventilatorio y/o circulatorio básico como primer interviniente:

La Cadena de Supervivencia: eslabones de actuación.

Características de la Cadena de Supervivencia.

Resucitación cardiopulmonar básica (RCPB): valoración del nivel de consciencia; comprobación de la ventilación; protocolo de RCPB ante una persona inconsciente con signos de actividad cardíaca; protocolo de RCPB ante una persona con parada cardio-respiratoria; RCPB en niños de 1 a 8 años y RCPB en lactantes.

Transporte de un enfermo repentino o accidentado: valoración de la situación; posiciones de transporte seguro; técnicas de inmovilización y transporte utilizando medios convencionales y materiales inespecíficos o de fortuna; confección de camillas utilizando medios convencionales o inespecíficos.

3. Atención inicial de primeros auxilios en situaciones de emergencia sin parada cardio-respiratoria:

Valoración del accidentado: primaria y secundaria.

Técnicas de movilización e inmovilización al accidentado para asegurar el posible traslado: posición lateral de seguridad, posiciones de espera no lesivas o seguras, recogida de un lesionado.

Métodos para desobstruir la vía aérea y facilitar la respiración: accesorios de apoyo a la ventilación y oxigenoterapia.

Intoxicaciones por vía respiratoria: intoxicaciones por inhalación de humos y gases.

Signos y síntomas de urgencia: fiebre, crisis anafilácticas, vómitos y diarrea, desmayos, lipotimias, síncope y «shock».

Heridas: clasificación, síntomas y signos. Tratamiento básico.

Hemorragias: clasificación, síntomas y signos. Tratamiento básico.

Traumatismos: esguinces, contusiones, luxaciones, fracturas, traumatismos torácicos, traumatismos craneoencefálicos, traumatismos de la columna vertebral, síndrome de aplastamiento, politraumatizados y traslados.

Accidentes de tráfico: orden de actuación, medidas respecto a la seguridad de la circulación y a los heridos en el accidente y aspectos esenciales de los accidentes de tráfico.

Lesiones producidas por calor y por frío.

Cuerpos extraños: en la piel, ojos, oídos y nariz.

Accidentes eléctricos. Electrocutión: lesiones producidas por la electricidad y los rayos.

Intoxicaciones por alcohol y estupefacientes.

Cuadros convulsivos: epilepsia y otros cuadros convulsivos.

4. Intervención de apoyo psicológico al accidentado, familiares e implicados en la situación de urgencia como primer interviniente:

Psicología de la víctima.

Comunicación: canales y tipos. Comunicación asistente-accidentado.

Comunicación asistente-familia.

Habilidades sociales. Actitudes personales que facilitan o dificultan la comunicación.

Estrategias de control del estrés.

Apoyo psicológico ante situaciones de emergencia: crisis, duelo, tensión, agresividad y ansiedad.

Parámetros de contexto de la formación:**Espacios e instalaciones:**

Los espacios e instalaciones darán respuesta, en forma de aula, aula-taller, taller de prácticas, laboratorio o espacio singular, a las necesidades formativas, de acuerdo con el Contexto Profesional establecido en la Unidad de Competencia asociada, teniendo en cuenta la normativa aplicable del sector productivo, prevención de riesgos laborales, salud laboral, accesibilidad universal, diseño universal o diseño para todas las personas y protección medioambiental.

Perfil profesional del formador o formadora:

1. Dominio de los conocimientos y las técnicas relacionados con la asistencia como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia, que se acreditará mediante una de las dos formas siguientes:
 - Formación académica de nivel 2 (Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior) o de otras de superior nivel relacionadas con el campo profesional.
 - Experiencia profesional de un mínimo de 3 años en el campo de las competencias relacionadas con este módulo formativo.
2. Competencia pedagógica acreditada de acuerdo con lo que establezcan las Administraciones competentes.