

## FEDERACIÓN MEXICANA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS, A.C.

México D.F. a 03 de Octubre de 2013

La Federación Mexicana de Actividades Subacuáticas A.C. en coordinación con la Comisión Nacional de Seguridad Acuática invitan a participar, a todos los instructores, entrenadores y responsables de áreas acuáticas al:

### 5º CURSO DE PRIMEROS AUXILIOS, SEGURIDAD ACUÁTICA, SALVAMENTO Y RESCATE 2013.

Bajo las siguientes bases:

#### 1.- LUGAR Y FECHA

Se llevará a cabo del 08 al 10 de noviembre de 2013, de las 08:00 a las 19:00 en las instalaciones del **Instituto Poblano de Cultura Física y Deporte (IPCFD)**, ubicado en libramiento Tehuacán s/n centro de alto rendimiento "Mario Vázquez Raña" col. maravillas, cp. 72220 Puebla Pue.

#### 2.- INSCRIPCIONES

Quedan abiertas a partir de la publicación de la misma y se harán, directamente en las oficinas de la FMAS, **el cierre de inscripción será el miércoles 6 de Noviembre del 2013. NO HABRÁ PRORROGA.**

**\$ 3000** a todo público, incluyendo a miembros afiliados a la FMAS

**INCLUYE:** Hospedaje en el Instituto Poblano de Cultura Física y Deporte, alimentación, material, manual según nivel, material, curso teórico Diploma y Certificación FMAS.

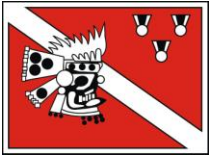
El pago se hará con depósito a la cuenta No. **00102007304** o transferencia interbancaria clabe **044180001020073044** del banco Scotiabank a nombre de la Federación Mexicana de Actividades Subacuáticas A.C. el pago debe acompañarse con copia de la credencial del SIREN y certificado médico para considerar el precio de miembro FMAS.

Las inscripciones y confirmación de su participación deberán ser realizados al tel. 55 58039735 o vía correo electrónico [ericka\\_fmas@hotmail.com](mailto:ericka_fmas@hotmail.com) y/o [presidencia\\_fmas@hotmail.com](mailto:presidencia_fmas@hotmail.com)

#### 3. PARTICIPANTES

Los aspirantes al segundo nivel deben de presentar su certificación actualizada que los acredite de tener el nivel uno de esta especialidad.

Todos los clubes y deportistas deber estar **AFILIADOS A SUS RESPECTIVAS ASOCIACIONES, ES OBLIGATORIO PRESENTAR UNA IDENTIFICACION PARA EL INGRESO AL IPCFD.**



## FEDERACIÓN MEXICANA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS, A.C.

**IMPORTANTE:** El aspirante deberá de traer para las sesiones acuáticas equipo básico completo, cinturón con plomos, equipo SCUBA, gorra de natación, googles, toalla, accesorios de baño, y de higiene personal.

Presentarse con ropa deportiva para las actividades física-acuáticas (tenis, playera blanca cuello redondo, short o pants cual sea el caso.

Durante las clases teóricas deberá portar jeans color azul, playera, camisa o playera tipo polo color blanco.

Para los aspirantes de ambos niveles deberán presentar botiquín de primeros auxilios básicos (el que generalmente usa en sus actividades cotidianas) y rodilleras para la práctica de R.C.P.

Los aspirantes al taller de rescate subacuático deberán llevar equipo básico completo (visor aletas y snorkel) cinturón con plomos, equipo SCUBA (regulador y chaleco compensador), traje de protección isotérmica.

#### 4. DURACIÓN

20 Horas de curso Teórico - Práctico

#### 5. OTROS

**La renta del tanque para las prácticas de rescate es de \$100 pesos por alumno. En caso de requerir equipo SCUBA el costo será de \$100 pesos por chaleco y regulador.**

Se recomienda a los aspirantes el previo entrenamiento en natación y habilidades básicas de buceo si es el caso de que participan para el nivel dos, ya que las pruebas en el agua requieren de un gran esfuerzo físico, de tal forma que un entrenamiento previo ayudará al desempeño individual durante el curso.

Es importante mencionar que para convertirse en Instructor de la especialidad se debe de contar con el grado mínimo de Instructor de buceo una estrella.

En caso de ser buceador certificado obtendrá el nivel en el que se encuentra participando,

Se otorgará diploma y certificación – FMAS a todos los participantes.

A T E N T A M E N T E

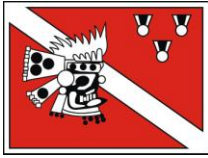
"SALVEMOS NUESTROS MARES"

  
**Inst. Rogelio Flores Aguilera**  
Presidente

Federación Mexicana de Actividades Subacuáticas

  
**Inst. Jesús Fuentes Ramírez**  
Director Nacional

Comisión Nacional de Seguridad Acuática



## FEDERACIÓN MEXICANA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS, A.C.

5º CURSO DE PRIMEROS AUXILIOS, SEGURIDAD ACUÁTICA, SALVAMENTO Y RESCATE 2013.

### PROGRAMA OFICIAL NIVEL 1

#### VIERNES 08 DE NOVIEMBRE

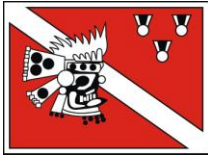
HORA	TEMA	INSTRUCTOR
16:00 A 17:00	Registro de participantes	
17:30 A 17:45	Ceremonia de Inauguración y Bienvenida	Lic. Rogelio Flores Aguilera. Inst. Jesús Fuentes R. / Lic. Oscar Gómez Acosta
17:45 A 18:00	Historia de la Comisión Nacional de Seguridad Acuática FMAS	Inst. TUM. Jesús Fuentes Ramírez
18:00 A 18:30	Examen inicial escrito	
18:30 A 19:15	Seguridad Acuática y Salvamento	Inst. TUM. Jesús Fuentes Ramírez
19:15 A 19:50	Evaluación de Pacientes y Seguridad de la Escena	Inst. TUM. Sergio López Urrieta
19:50	Traslado a las Villas del IPCFD y Cena	

#### SÁBADO 09 DE NOVIEMBRE

HORA	TEMA	INSTRUCTOR
08:00 a 9:00	Heridas y Hemorragias	Inst. TUM. Juan Arturo Osorio Sánchez
9:00 a 13:30	Estaciones de destreza en alberca	Inst. TUM. Armando Martínez Valdez
13:30 a 14:55	Comida	IPCFD
15:00 a 16:00	Fracturas	Inst. TUM. Juan Arturo Osorio Sánchez
16:00 a 17:00	Reconocimiento de un infarto	Inst. TUM. Armando Martínez Valdez
17:00 a 17:15	Receso	
17:15 a 18:15	Reanimación Cardio-Pulmonar Protocolos AHA 2010	Inst. TUM. Jesús Fuentes Ramírez Inst. TUM. Armando Martínez Valdez
18:15 a 19:15	Práctica R.C.P.	
19:15 a 19:50	Quemaduras	Inst. TUM. Juan Arturo Osorio Sánchez
19:50	Traslado a las Villas del IPCFD y Cena	

#### DOMINGO 10 DE NOVIEMBRE

HORA	TEMA	INSTRUCTOR
08:00 a 9:00	Planes de emergencia en áreas acuáticas Taller de Rescate	Inst. TUM. Armando Martínez Valdez Inst. TUM. Jesús Fuentes Ramírez
9:00 a 13:30	Estaciones de destreza y evaluación en alberca	Inst. TUM. Armando Martínez Valdez Inst. TUM. Jesús Fuentes Ramírez
13:30 a 14:30	Comida	IPCFD
14:30 a 15:15	Examen escrito final	
15:15 a 15:30	Receso	
15:30 a 16:00	Clausura y entrega de constancias	Lic. Rogelio Flores Aguilera. Inst. Jesús Fuentes R./Lic. Oscar Gómez Acosta



## FEDERACIÓN MEXICANA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS, A.C.

### 5º CURSO DE PRIMEROS AUXILIOS, SEGURIDAD ACUÁTICA, SALVAMENTO Y RESCATE 2013.

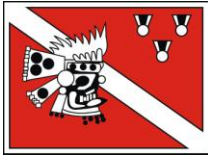
#### PROGRAMA OFICIAL NIVEL 2

#### VIERNES 08 DE NOVIEMBRE

HORA	TEMA	INSTRUCTOR
16:00 A 17:00	Registro de participantes	
17:30 A 17:45	Ceremonia de Inauguración y Bienvenida	Lic. Rogelio Flores Aguilera. Inst. Jesús Fuentes R. / Lic. Oscar Gómez Acosta
17:45 A 18:00	Historia de la Comisión Nacional de Seguridad Acuática FMAS	Inst. TUM. Jesús Fuentes Ramírez
18:00 A 18:30	Examen inicial escrito Nivel 2	
18:30 A 19:15	Repaso general de seguridad acuática y salvamento Nivel 1 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Seguridad Acuática</li> <li>- Ética y filosofía del guardavidas</li> <li>- Características del equipo de salvamento</li> <li>- Reconocimiento de una posible víctima</li> <li>- Ayudas por extensión fuera y dentro del agua</li> <li>- Entradas al agua</li> <li>- Haciendo con tu ropa un salvavidas</li> <li>- Nados de acercamiento a la víctima</li> <li>- Freno y reversa</li> <li>- Remolcando a una víctima</li> <li>- Sacando a una víctima de la alberca</li> </ul>	Inst. TUM. Armando Martínez Valdez
19:15 A 19:50	Repaso general de primeros auxilios	Inst. TUM. Armando Martínez Valdez
19:50	Traslado a las Villas del IPCFD y Cena	

#### SÁBADO 09 DE NOVIEMBRE DE 2013

HORA	TEMA	INSTRUCTOR
08:00 a 10:30	Salvamento Nivel 2 Guardavidas <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bloqueos y desprendimientos</li> <li>- Nivelando a una víctima</li> <li>- Remolcando a una víctima</li> <li>- Manejo de una víctima con posible lesión de columna</li> <li>- Código de señales y comunicación entre guardavidas</li> <li>- Rotaciones y relevos</li> <li>- Reportes y Bitácora</li> </ul>	Inst. TUM. Armando Martínez Valdez
10:30 a 13:30	Estaciones de destreza en alberca	Inst. TUM. Armando Martínez Valdez Inst. TUM. Jesús Fuentes Ramírez
13:30 a 14:55	Comida	IPCFD
15:00 a 16:00	Reanimación Cardio-Pulmonar Protocolos AHA 2010	Inst. TUM. Armando Martínez Valdez
16:00 a 17:00	Práctica R.C.P.	Inst. TUM. Armando Martínez Valdez
17:00 a 17:15	Receso	
17:15 a 18:15	Manejo de D.E.A.	Inst. TUM. Armando Martínez Valdez
18:15 a 19:15	Manejo básico de vía aérea	Inst. TUM. Armando Martínez Valdez
19:15 a 19:50	Práctica integral de R.C.P.	Inst. TUM. Sergio López Urrieta
19:50	Traslado a las Villas del IPCFD y Cena	



## FEDERACIÓN MEXICANA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS, A.C.

DOMINGO 10 DE NOVIEMBRE DE 2013

HORA	TEMA	INSTRUCTOR
08:00 a 9:00	El Guardavidas como proveedor de oxígeno	Inst. TUM. Armando Martínez Valdez
9:00 a 13:30	Estaciones de destreza y evaluación en alberca	Inst. TUM. Jesús Fuentes Ramírez Inst. TUM. Armando Martínez Valdez
13:30 a 14:30	Comida	IPCFD
14:30 a 15:15	Examen escrito final	
15:15 a 15:30	Receso	
15:30 a 16:00	Clausura y entrega de constancias	Lic. Rogelio Flores Aguilera. Inst. Jesús Fuentes R./Lic. Oscar Gómez Acosta