

Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG
Société Suisse de Sauvetage SSS
Società Svizzera di Salvataggio SSS
Societad Svizra da Salvament SSS

Mitglied des Schweizerischen Roten Kreuzes SRK
Membre de la Croix-Rouge Suisse CRS
Membro della Croce Rossa Svizzera CRS



Ipotermia

Indicazioni della C. Form. per lo svolgimento dei corsi sull'ipotermia nella SSS

Premessa

- Tutti i termini utilizzati nel presente documento si riferiscono alla forma linguistica sia femminile sia maschile.
- In caso di difficoltà d'interpretazione, fa fede il testo in lingua tedesca.

Redatto da: Uwe Nick, Gérald Quiquerez

Revisionato da: Philipp Obertüfer

Approvato da: C. Form. il 27.10.2007

Indice

Indice	1
1. Definizione	2
2. Obiettivo del corso	2
3. Disposizioni generali	2
3.1 Contenuti e durata del corso.....	2
3.2 Vitto durante il corso	2
3.3 Infrastruttura	2
3.4 Documentazione per la formazione	3
3.5 Svolgimento del corso	3
3.6 Costo del corso.....	3
4. Partecipanti al corso	3
4.1 Generale.....	3
4.2 Requisiti per i partecipanti	3
4.3 Abbigliamento e materiale	3
4.4 Aggiornamento	4
4.5 Assicurazione	4
5. Monitori e soccorritori	4
5.1 Generale.....	4
5.2 Numero monitori/soccorritori.....	4
5.3 Requisiti dei monitori	4
5.4 Requisiti dei soccorritori in acqua	4
5.5 Requisiti dei soccorritori a riva	4
6. Disposizioni di sicurezza	5
6.1 Generale.....	5
6.2 Materiale ausiliario e di salvataggio	5
6.3 Informazioni a terzi	5
7. Procedure amministrative	5
7.1 Pubblicazione	5
7.2 Iscrizione presso la sede amministrativa.....	5

1. Definizione

Si parla di ipotermia o raffreddamento eccessivo quando il corpo umano per un periodo di tempo prolungato rilascia più calore di quanto ne produce, e la temperatura corporea di conseguenza scende al di sotto dei 35° Celsius.

2. Obiettivo del corso

Il corso sull'ipotermia deve essere un corso pratico nel quale i partecipanti apprendono gli aspetti pratici e teorici del salvataggio in acque fredde.

Una volta concluso il corso, il partecipante conosce:

- i propri limiti fisici
- l'effetto dell'acqua fredda sul suo corpo / organismo
- gli stadi dell'ipotermia e le misure di soccorso più importanti
- i rischi e le possibilità del salvataggio in acque fredde
- la reazione corretta a situazioni di emergenza in acque fredde

3. Disposizioni generali

3.1 Contenuti e durata del corso

Struttura del corso:

- Accoglienza
- Obiettivo e scopo del corso
- Teoria (presentazione delle discipline e regole generali di comportamento)
- 60 metri nuoto
- Nuoto e recupero di una vittima (soccorritore con tuta in neoprene) che si trova a ca. 25 m dalla riva
- Nuoto sott'acqua (fin dove possibile)
- Recupero di un manichino a 4-5 m di profondità
- Teoria
- Esame di teoria
- Consegnare dell'attestato
- Saluti e partenze dei partecipanti

La durata del corso è di otto ore (pause incluse) che di regola si svolgono nel corso di una giornata. Vanno evitate inutili pause prolungate tra le singole discipline.

Di regola l'attività in acqua si effettua la mattina, dopo l'introduzione. La teoria viene spiegata, in base alla disponibilità, da un medico o da un'altra persona che dispone di conoscenze approfondite nel campo dell'ipotermia.

3.2 Vitto durante il corso

Durante gli esercizi devono essere predisposte bevande calde. Per pranzo viene offerta la possibilità di consumare un pasto caldo.

3.3 Infrastruttura

- Locali spogliatoio con doccia calda
- Breve distanza tra aula teoria / acque libere
- L'attività in acqua deve svolgersi lungo un molo, un pontile o simili

- Protezione dalle imbarcazioni
- Devono essere garantiti interventi di soccorso immediati da parte del monitore

3.4 Documentazione per la formazione

- La documentazione per la formazione viene costantemente aggiornata dal responsabile dell'ipotermia in base alle più moderne conoscenze e viene approvata dalla C. Form.
- Le versioni attuali sono disponibili presso la sede amministrativa della SSS e possono essere ritirate dai monitori autorizzati.

3.5 Svolgimento del corso

Il corso si svolge nel semestre invernale (si consiglia da febbraio a marzo) e ha luogo in qualsiasi condizione atmosferica (pioggia, neve, ecc.). La temperatura dell'acqua dovrebbe essere inferiore ai 6°Celsius.

Il numero minimo di partecipanti viene stabilito dal monitore.

Il corso potrà essere cancellato, fra gli altri, per i seguenti motivi:

- condizioni atmosferiche incerte (tempesta, temporale, ecc.) o altri eventi naturali che non rendono possibile lo svolgimento del corso
- numero esiguo di iscrizioni

3.6 Costo del corso

Il monitore stabilisce il costo del corso per i partecipanti in modo da:

- coprire completamente i costi derivanti dalla sua realizzazione,
- far sì che i corsi abbiano il prezzo più conveniente possibile.

4. Partecipanti al corso

4.1 Generale

- Il numero massimo di partecipanti per corso è fissato a 30.
- Il monitore responsabile è autorizzato ad escludere dal corso singoli partecipanti senza darne motivazione.

4.2 Requisiti per i partecipanti

- Brevetto I valido
- I minorenni necessitano di consenso scritto da parte dei genitori o tutori
- Nuotatori esperti
- Buona costituzione corporea e fisica
- Il partecipante al corso conferma di godere di ottima salute
- Dichiarazione scritta di rinuncia a pretese di risarcimento derivanti da danni o emergenze durante il corso

4.3 Abbigliamento e materiale

Per gli esercizi in acqua sono necessari i seguenti indumenti:

- Uomini: pantaloni e camicia a maniche lunghe.
- Donne: pantaloni o gonna, camicia a maniche lunghe.

Tra le varie prove si consiglia di indossare il seguente abbigliamento:

- scarpe o scarpette da bagno

- indumenti caldi
- protezione dalle intemperie
- ev. accappatoio

4.4 Aggiornamento

Il corso non comporta obblighi di aggiornamento.

4.5 Assicurazione

L'assicurazione è a discrezione del partecipante.

5. Monitori e soccorritori

5.1 Generale

I monitori vengono stabiliti dal responsabile ipotermia della SSS. Quest'ultimo comunica alla sede amministrativa i monitori autorizzati o eventuali modifiche avvenute in merito ad essi. La sede amministrativa registra i monitori autorizzati nella banca dati dei brevetti.

5.2 Numero monitori/soccorritori

Per poter svolgere un corso di ipotermia è necessario che ci sia sul posto almeno un monitore autorizzato in qualità di responsabile. La responsabilità del monitore di competenza parte dall'inizio del corso e termina con la partenza ufficiale dei partecipanti.

Ogni cinque partecipanti deve esserci un aiutante in acqua. Inoltre, ogni dieci partecipanti deve esserci un aiutante a riva. È compito del monitore responsabile provvedere ad un numero sufficiente di soccorritori e subacquei sul posto.

5.3 Requisiti dei monitori

- Brevetto II attivo
- Partecipazione ad un corso sull'ipotermia
- Attività di soccorritore in un corso sull'ipotermia
- Introduzione e assistenza da parte dei responsabili per l'ipotermia della SSS Svizzera
- Conoscenza delle misure di sicurezza e dei mezzi ausiliari

Un monitore autorizzato deve operare almeno ogni due anni come monitore o soccorritore. Qualora ciò non dovesse succedere, la sua autorizzazione a tenere corsi sull'ipotermia decade.

5.4 Requisiti dei soccorritori in acqua

- Brevetto I valido
- Protezione termica (ad esempio tuta in neoprene, min. 7 mm)
- Formazione sull'immersione equivalente a CMAS 2 o Rescue Diver

5.5 Requisiti dei soccorritori a riva

- Buon senso
- Spirito d'osservazione

Tutte le persone alle quali vengono affidati incarichi di servizio di sicurezza devono essere in possesso di un valido attestato di formazione RCP.

Una precedente partecipazione ad un corso sull'ipotermia è auspicabile ma non obbligatoria. Il monitore decide chi desidera utilizzare come soccorritore e se accordargli la fiducia necessaria.

6. Disposizioni di sicurezza

6.1 Generale

In tutte le discipline correlate alle immersioni deve esserci in acqua o sott'acqua almeno un subacqueo perfettamente equipaggiato per la sicurezza dei partecipanti.

I partecipanti vanno a fare la doccia almeno a gruppi di tre (pericolo di un attacco di debolezza).

Il monitore responsabile verifica che tutti i soccorritori interessati vengano informati in merito ai loro compiti prima del corso e che conoscano le possibili situazioni d'emergenza.

6.2 Materiale ausiliario e di salvataggio

A seconda delle circostanze del posto e del numero di partecipanti sono necessari idonei mezzi ausiliari e strumenti di salvataggio, che devono sempre essere pronti per l'uso durante l'attività in acqua. Fra di essi rientrano:

- Coperte di lana o coperte di salvataggio
- Bombola d'ossigeno e maschera
- Salvagente anulare / cubo di salvataggio, cintura di salvataggio o torpedo
- Sacco per il lancio della corda di salvataggio
- Valigetta di pronto soccorso
- Telefonino

6.3 Informazioni a terzi

I servizi di salvataggio locali devono essere informati in merito allo svolgimento e al tipo di corso.

7. Procedure amministrative

7.1 Pubblicazione

Il bando dei corsi viene pubblicato nel Bollettino SSS e nella homepage della SSS, dopo aver ricevuto l'approvazione del responsabile ipotermia e del CIR di competenza.

7.2 Iscrizione presso la sede amministrativa

L'iscrizione al corso sull'ipotermia viene effettuata tramite la persona competente del team ipotermia, che prima dell'iscrizione informa il CIR di competenza sullo svolgimento del corso (copia della pubblicazione). Il modulo d'iscrizione deve essere sottoscritto dalla persona competente e spedito alla sede amministrativa per posta, o direttamente inviato dal responsabile ipotermia tramite e-mail.