



RESEÑA DE LA CAPACITACIÓN

TÍTULO: _____ **FECHA:** _____ **INSTRUCTOR:** _____

UBICACIÓN: _____ **TIEMPO:** _____ **COMPAÑÍA:** _____

La formación de seguridad fue impartida en la fecha indicada por el instructor indicado. Las siguientes líneas identifican los temas tratados durante la sesión de formación.

SUMMARY OF TRAINING

1) Introducción

- a) Normas
- b) Entrenamiento & Simulacros
- c) Plan de Acción de Emergencia
- d) ¿Que es Agua Fría?

2) Inmersión en Agua Fría

- a) Cuatro Fases de Inmersión
- b) Shock Frío
- c) Efectos Mentales
- d) Incapacidad Fría
- e) Ahogamiento Gradual
- f) Hipotermia
- g) Colapso de Rescate Circun

3) Equipo

- a) Ropa
- b) PFD
 - i. Inspección
 - ii. Estándares
 - iii. Flotabilidad
 - iv. PFD Estándar
 - v. PFD Inflables
 - vi. PFD Híbridos
 - vii. Tipo I Inherentemente Boyante
 - viii. Tipo II Inherentemente Boyante
 - ix. Tipo III Inherentemente Boyante
 - x. Tipo IV
 - xi. Uso Especial Tipo V
 - xii. Ajuste PFD
 - xiii. Pruébelo
 - xiv. Mantenimiento



RESEÑA DE LA CAPACITACIÓN

- xv. Almacenamiento
- c) Trajes de Inmersión
 - i. Entrenamiento y Simulacros
 - ii. Inspección & Mantenimiento
 - iii. Soporte de Cabeza
 - iv. Costuras y Cremallera
 - v. Accesorios de Traje
 - vi. Marcas
 - vii. Reparaciones
 - viii. Almacenamiento
- d) Dispositivos de Localización
 - i. Luz de Marcador Personal
 - ii. EPIRB
 - iii. PLB
 - iv. ELT
- 4) Técnicas de Supervivencia**
 - a) Mentalidad de Supervivencia
 - b) Orientarse
 - c) Nadando
 - d) HELP (AYUDA)
 - e) Olas
 - f) Respuesta Grupal
 - g) Grupo
 - h) Formación de Alfombras
- 5) Conclusión**