



# **Fundamentos para voluntarios (Volunteer Essentials)**

## **Capítulo 4: Con seguridad**

Adaptado de *Volunteer Essentials 2012 de las Girl Scouts of the USA*.  
Revisado el Sept. 2014 de Girl Scouts San Diego.

# Capítulo 4: Con seguridad

En Girl Scouts, la seguridad y el bienestar emocional y físico de las niñas siempre es la prioridad máxima. Esto es lo que tienes que saber.

## Conoce tus responsabilidades

Tú, los padres/tutores de las niñas de tu grupo, y las niñas mismas comparten la responsabilidad de mantenerse seguros. Las siguientes tres secciones exponen quién es responsable de qué.

### Responsabilidades del voluntario: reglas de seguridad de Girl Scouts

En Girl Scouts, cada adulto es responsable de la seguridad física y emocional de las niñas, y todos lo demostramos al comprometernos a respetar estas reglas en todo momento.

1. **Respetar los requisitos de seguridad de las actividades.** Las instrucciones para mantener la seguridad mientras se participa en actividades están detalladas en los requisitos de seguridad de las actividades, que se encuentran disponibles a través de tu concilio. Lee los requisitos, respétalos y compártelos con los demás voluntarios, los padres y las niñas antes de realizar actividades con ellas. Si requieres permiso para una actividad por favor anticipa una espera de 30 días.
2. **Organiza la supervisión adulta adecuada para las niñas.** Tu grupo debe tener, por lo menos, dos voluntarios adultos aprobados no familiares presentes en todo momento, más voluntarios adultos adicionales según resulte necesario, teniendo en cuenta el tamaño del grupo, las edades y las habilidades de las niñas. Los voluntarios adultos deben tener, al menos, 18 años (o haber alcanzado la mayoría de edad definida por el estado, si esta es superior a los 18 años) y deben haber sido evaluados por tu concilio antes de que puedan cooperar. Un voluntario líder de cada grupo debe ser mujer.
3. **Obtén la autorización de los padres/tutores.** Cuando una actividad se realiza fuera del horario y lugar habitual, informa a cada padre/tutor sobre los detalles de la actividad y obtén su autorización para que las niñas puedan participar.
4. **Informa los casos de abuso.** Las propuestas sexuales, el contacto físico inadecuado y la actividad sexual de todo tipo con las niñas están prohibidos. El abuso físico, verbal y emocional de las niñas también está prohibido. Respetar las instrucciones de tu concilio para informar inquietudes relacionadas con abusos o negligencias que puedan estar ocurriendo dentro o fuera de Girl Scouts.
5. **Mantente preparada para emergencias.** Trabaja con las niñas y con otros adultos para establecer y practicar procedimientos en casos de emergencias relacionadas con las situaciones climáticas, incendios, niñas/adultos perdidos y seguridad del lugar. Mantén siempre a tu alcance un botiquín de primeros auxilios bien abastecido, las historias clínicas de las niñas y la información de contacto de sus familias.
6. **Seguridad en los viajes.** Cuando realizas excursiones de Girl Scouts con las niñas y a otras actividades que se realizan fuera de los horarios y el lugar habituales, todos los conductores deben ser voluntarios adultos aprobados y tener el registro de conducir en buen estado, una licencia válida y un vehículo matriculado/asegurado. Insiste en que todos utilicen los asientos legales y usen cinturón de seguridad en todo momento, y respeta las leyes estatales con respecto a los asientos de seguridad para niños pequeños y a los requisitos para las niñas que utilicen los asientos traseros.
7. **Garantiza que las salidas son seguras cuando pasen la noche fuera de casa.** Prepara a las niñas para estar lejos de casa al involucrarlas en la planificación para que sepan qué esperar. Evita que los hombres duerman en el mismo lugar que las niñas y las mujeres. Durante las salidas familiares o entre padres e hijas que deban pasar la noche fuera de casa, cada unidad familiar puede dormir en la misma habitación dentro de las áreas del programa. Cuando los padres colaboren como personal adicional para los eventos, las niñas deben permanecer en habitaciones con otras niñas en lugar de acudir a las áreas del personal.

8. **Ejemplifica el comportamiento adecuado.** Nunca utilices drogas ilegales. No consumas alcohol, no fumes ni utilices lenguaje inapropiado en la presencia de las niñas. No transportes municiones ni armas de fuego en presencia de las niñas, a menos que tu concilio te autorice especialmente en los casos en que se realicen actividades de puntería.
9. **Genera un espacio emocionalmente seguro.** Los adultos son responsables de hacer de Girl Scouts un lugar en donde las niñas estén emocional y físicamente seguras. Protege la seguridad emocional de las niñas al crear un acuerdo grupal y alentar a las niñas a respetarlo. Los acuerdos típicamente alientan comportamientos como respetar la diversidad de sentimientos y opiniones, solucionar los conflictos de manera constructiva y evitar el acoso físico y verbal, los comportamientos excluyentes y la discriminación.
10. **Garantiza que ninguna de las niñas reciba un trato diferente.** Girl Scouts recibe abiertamente a todos los miembros, independientemente de su raza, origen étnico, antecedentes, discapacidades, estructura familiar, creencias religiosas y situación socioeconómica. Cuando planifiques, ayudes a organizar o desarrolles actividades, considera detenidamente las necesidades de todas las niñas involucradas, incluidos los horarios escolares, las necesidades familiares, las dificultades financieras, las festividades religiosas y la accesibilidad del transporte adecuado y los lugares de reunión.
11. **Fomenta la seguridad en línea.** Indica a las niñas que nunca coloquen sus nombres completos ni su información de contacto en el internet, que no participen en conversaciones virtuales con extraños ni organicen reuniones en persona con contactos virtuales. En los sitios web grupales, publica únicamente los nombres de pila de las niñas y nunca divulgues su información de contacto. Enseña a las niñas la [Promesa de seguridad de internet de Girl Scouts](#) y ocúpate de que se comprometan con esta.
12. **Mantén a las niñas seguras durante las actividades para recolectar dinero.** Las galletas Girl Scouts y otras ventas de productos patrocinados por el concilio son una parte integral del programa. Durante las ventas de productos de Girl Scouts, eres responsable de la seguridad de las niñas, el dinero y los productos. Además, es posible que una amplia variedad de organizaciones, causas y entidades dedicadas a recaudar fondos soliciten la colaboración de Girl Scouts. Cuando representan a Girl Scouts, las niñas no pueden participar en actividades para recaudar dinero que representen a partidos políticos ni que impliquen ventas de productos y esfuerzos no aprobados por Girl Scouts.
13. **Girl Scouts San Diego** requiere que adhieras a las Políticas, Procedimientos y Normas del Voluntario (disponible por Internet)

## Responsabilidades de los padres y tutores

Necesitarás involucrar a cada padre o tutor para que te ayuden a garantizar la salud, la seguridad y el bienestar de las niñas. Comunica con claridad a los padres y tutores que se espera que realicen lo siguiente:

- Brinden autorización a sus hijas para participar en Girl Scouts, como también para realizar las actividades que tengan lugar fuera del lugar de reunión programado, que incluyan viajes en los cuales las niñas deban pasar la noche fuera de casa, impliquen el uso de equipos especiales o traten sobre asuntos sensibles.
- Realicen los arreglos necesarios para que sus hijas lleguen a los lugares de reunión y sean recogidas de estos, como también de otros lugares designados, de manera segura y oportuna; y te informen si alguien distinto al padre o al tutor llevará o recogerá a la niña.
- Proporcionen a sus hijas la vestimenta y los equipos adecuados para las actividades o se comuniquen contigo antes de la actividad para buscar opciones para brindarles la vestimenta y los equipos adecuados.
- Respeten las reglas de seguridad de Girl Scouts y alienten a sus hijas a hacer lo mismo.
- Te ayuden a planificar y desarrollar las actividades del programa de la manera más segura posible.
- Participen en reuniones de padres/tutores.
- Estén al tanto del comportamiento adecuado que se espera de sus hijas, según lo determinado por el concilio y por ti.

- Ayuden a los voluntarios si sus hijas tienen necesidades o habilidades especiales y se les solicita ayuda.

## Responsabilidades de las niñas

Las niñas que aprenden comportamientos seguros y saludables y los practican, probablemente establezcan hábitos perdurables de consciencia sobre la seguridad. Por ese motivo, se espera que cada Girl Scout:

- Te ayude a ti y a los demás voluntarios con la planificación de la seguridad.
- Escuche y respete tus instrucciones y sugerencias.
- Aprenda y practique habilidades de seguridad.
- Aprenda a “pensar de manera segura” en todo momento y a estar preparada.
- Identifique y evalúe una situación insegura.
- Sepa cómo, cuándo y de dónde obtener ayuda si fuera necesario.

## ¿Cuántos voluntarios se necesitan?

Las proporciones entre adultos y niñas en Girl Scouts muestran la cantidad **mínima** de adultos necesaria para supervisar a una cantidad específica de niñas. (Los concilios también pueden establecer cantidades **máximas** debido a restricciones de tamaño o costos.) Estas proporciones de supervisión fueron pensadas para garantizar la seguridad y la salud de las niñas. Por ejemplo, si un adulto tiene que responder ante una emergencia, siempre hay un segundo adulto cerca para supervisar al resto de las niñas. Puede que tardes unos minutos en acostumbrarte al diseño de esta tabla, pero una vez que comiences a utilizarla te resultará extremadamente útil.

	Reuniones grupales		Eventos, viajes y campamentos	
	<i>Dos</i> adultos no familiares (al menos uno de ellos debe ser una mujer) para esta cantidad de niñas:	Más <i>un</i> adulto adicional por cada grupo adicional de esta cantidad de niñas:	<i>Dos</i> adultos no familiares (al menos uno de ellos debe ser una mujer) para esta cantidad de niñas:	Más <i>un</i> adulto adicional por cada grupo adicional de esta cantidad de niñas:
Girl Scout Daisy (K - 1° grado)	12	6	6	4
Girl Scouts Brownies (2° - 3° grados)	20	8	12	6
Girl Scouts Juniors (4° - 5° grados)	25	10	16	8
Girl Scouts Cadettes (6° - 8° grados)	25	12	20	10
Girl Scouts Seniors (9° - 10° grados)	30	15	24	12
Girl Scout Ambassadors (11° - 12° grados)	30	15	24	12

Aquí tienes algunos ejemplos. Si te reúnes con 17 Daisy, necesitarás tres adultos que no deben ser familiares, al menos dos de los cuales no deben ser familiares (en otras palabras, no deben ser tus hermanos, padres, cónyuge o hijos) y al menos una de los cuales debe ser mujer. (Si esto no tiene sentido para ti, sigue la tabla:

Necesitas dos adultos para 12 Daisy y un adulto más por cada seis niñas más. Tienes 17, entonces necesitas tres adultos.) No obstante, si tienes 17 Cadettes que asisten a una reunión grupal solo necesitas dos adultos que no sean familiares, al menos uno de los cuales debe ser mujer (porque, según la tabla, dos adultos pueden supervisar hasta 25 Cadettes).

Además de las proporciones entre adultos y niñas, recuerda que los adultos voluntarios deben tener, por lo menos, 18 años o deben haber alcanzado la mayoría de edad definida por el estado, en el caso de que sea superior a los 18 años.

## Transporte de las niñas

El modo en que los padres decidan transportar a las niñas entre sus hogares y los lugares de reunión de Girl Scouts es decisión y responsabilidad individual de cada padre.

En el caso de las excursiones y otras actividades planificadas de Girl Scouts (fuera de los horarios y lugares habituales) en que un grupo sea transportado en vehículos privados:

- Cada conductor debe ser un voluntario adulto\* aprobado y tener el registro de conducir en buen estado, una licencia válida y un vehículo matriculado/asegurado. Girl Scouts San Diego requiere que el conductor sea miembro adulto y que haya completado la investigación de antecedentes.
- Las niñas nunca deben conducir para trasladar a otras niñas.
- Si un grupo viaja en un vehículo, deben haber por lo menos dos voluntarios adultos aprobados no familiares, uno de los cuales debe ser mujer, y deben respetarse las proporciones entre niñas y voluntarios que aparecen en la *Información fundamental para voluntarios*.
- Si un grupo viaja en más de un vehículo, todo el grupo debe constar al menos de dos voluntarios adultos aprobados no familiares, uno de los cuales debe ser mujer, y deben respetarse las proporciones entre niñas y voluntarios que aparecen en la *Información fundamental para voluntarios*. Se debe tener cuidado para que un automóvil independiente (con un solo conductor adulto) no se separe del grupo durante mucho tiempo.
- Asegúrate de tener los formularios de historia médica de las niñas en el vehículo durante todo el viaje. Formulario de historia médica disponible por Internet [www.sdgirlscouts.org/health](http://www.sdgirlscouts.org/health).

\*"Adulto" se define según la edad a la cual se alcanza la mayoría de edad en cada estado; en California es 18 años de edad.

El transporte privado incluye vehículos de pasajeros privados, automóviles de alquiler, vehículos recreativos o campers privados o alquilados, autobuses alquilados, embarcaciones alquiladas y vuelos contratados. Cada conductor del transporte privado motorizado debe tener por lo menos 21 años y ser propietario de una licencia de operador válida adecuada para el vehículo (deben respetarse las leyes del estado, incluso si son más estrictas que estos lineamientos). Cualquier persona que maneje un vehículo con más de 12 pasajeros además debe ser un conductor profesional y poseer una licencia de conducir comercial (CDL). (Consulte a su concilio para determinar las reglas específicas acerca de los vehículos de alquiler de gran tamaño.)

Ten en cuenta los siguientes puntos no negociables con respecto al transporte privado:

- Aunque siempre se exigen acuerdos por escrito cuando se alquila un vehículo, *no* estás autorizada a firmar un acuerdo o contrato (ni siquiera si el alquiler no tiene costo). Dicho acuerdo debe ser firmado, en cambio, por la persona designada por tu concilio.
- Consulta a tu concilio para asegurarte que acepte las siguientes prácticas cuando se utiliza un transporte privado; esto garantizará que tanto tú como tu concilio estén protegidos por el seguro de responsabilidad civil en caso de que ocurra un accidente.

- Si tu concilio autorizó el uso de un automóvil alquilado, lee todos los acuerdos de alquiler para asegurarte de cumplir con los términos establecidos y evitar sorpresas. Ten en cuenta la edad mínima de los conductores (que suele ser de 25 años), como también la edad máxima (que suele ser menos de 70 años). Asegúrate de que el automóvil cuente con el seguro adecuado e infórmate sobre quién es responsable de los daños al vehículo o la pérdida del vehículo. Además, asegúrate de tener un registro escrito válido, con evidencia de que el alquiler del vehículo está relacionado con Girl Scouts.
- Obtén la autorización de los padres/tutores para cualquier uso de transporte fuera del lugar de reunión.

## Lista de control para conductores

Cuando conduzcas un automóvil, un vehículo recreativo o un cámper, toma las siguientes precauciones y solicita a los demás conductores que hagan lo mismo:

- Asegúrate de que todos los conductores sean adultos (las niñas nunca deben conducir para transportar a otras niñas).
- Nunca transportes a las niñas en un camión remolcador, en una camioneta con la parte trasera abierta o cerrada, ni en un cámper.
- Ten a tu alcance en el automóvil las instrucciones para llegar y un mapa de rutas, junto con un botiquín de primeros auxilios y una linterna.
- Comprueba los faros, las luces de señalización, los neumáticos, los limpiaparabrisas, las bocinas y los niveles de líquido antes de cada viaje y también hazlo de manera periódica durante los viajes largos.
- Mantén todos los papeles necesarios actualizados, como tu licencia de conducir, el registro del vehículo, cualquier inspección estatal o local, la cobertura del seguro y documentación por el estilo.
- Utiliza el cinturón de seguridad en todo momento e insiste en que todos los pasajeros hagan lo mismo; mantén a las niñas menores de 12 años en los asientos traseros.
- Respeta todas las reglas establecidas de las rutas de tu estado (como el límite de velocidad, mantener la distancia de dos automóviles entre tu automóvil y el que se encuentra adelante, no hablar por teléfono celular, no enviar mensajes de texto y no utilizar ningún otro tipo de dispositivo electrónico personal como auriculares mientras conduces, conducir con las luces delanteras encendidas, etc.).
- Evita conducir durante períodos prolongados por la noche, cuando estés cansada o si tomaste medicamentos que te hacen sentir adormecida.
- Planifica paradas para descansar cada varias horas. Si conduces con otras personas, organiza previamente lugares de parada a lo largo del camino. Cuando planificas viajes más prolongados, organízate para contar con conductores de relevo. Consulta a tu concilio para obtener las reglas específicas para estos casos.

## Actividades de acercamiento

¿Puedes, como voluntaria de Girl Scouts, determinar si una actividad es segura y adecuada? El buen criterio y el sentido común con frecuencia dictan la respuesta correcta. Lo que resulta seguro en una circunstancia puede no serlo en otra. El arribo de una tormenta, por ejemplo, puede obligarte a evaluar o interrumpir una actividad. Si tienes dudas acerca de la seguridad de una actividad, llama al personal de tu concilio para plantearle los detalles completos y no sigas adelante sin su aprobación. Prefiere equivocarte por precaución y convierte la seguridad de las niñas en tu consideración más importante. Antes de cualquier actividad, lee los requisitos de seguridad de las actividades específicos (disponibles en [www.sdgirlscouts.org/safety](http://www.sdgirlscouts.org/safety)) relacionados con cualquier actividad que planifiques hacer con las niñas.

Si no existen requisitos de seguridad de las actividades que las niñas y tú tengan interés en realizar, consulta a tu concilio **antes** de hacer planes definitivos con las niñas. Algunas actividades se permiten solo con la aprobación previa por escrito del concilio y para niñas mayores de 12 años, mientras que otras están completamente prohibidas:

- **Precaución:** Debes obtener la aprobación previa por escrito de tu concilio para que las niñas mayores de 12 años operen vehículos motorizados, como kartings y motos acuáticas; utilicen armas de fuego, realicen viajes por vías navegables que son sumamente cambiables o impredecibles, experimenten entornos de simulación de paracaidismo y gravedad cero, o vuelen en aeronaves no comerciales, como aviones privados pequeños, helicópteros, planeadores, globos de aire caliente sin amarres y dirigibles; o viajes internacionales.
- **Advertencia:** Las siguientes actividades nunca están permitidas para ninguna niña: caída libre potencialmente sin control (saltos con cables tensores, deslizamiento por cables, paracaidismo, paravelismo y saltos en trampolines); creación de variaciones extremas a partir de actividades aprobadas (como escalada a gran altura y trucos aéreos en bicicletas, esquíes, tablas de snowboard, monopatines, esquíes acuáticos y wakeboards); caza; disparo de proyectiles a otra persona; manejo de vehículos y motocicletas todo terreno, y recorridos en embarcaciones clase V o superior.

Cuando planifiques actividades con las niñas, ten en cuenta las habilidades de cada una y considera detenidamente la progresión de las habilidades desde lo más sencillo hasta lo más difícil. Asegúrate de que la complejidad de la actividad no supere las habilidades individuales de las niñas (ten en cuenta que los niveles de habilidad disminuyen cuando las personas están cansadas, tienen hambre o enfrentan situaciones de estrés). Además, utiliza las actividades como oportunidades de realizar trabajos en equipo, que es uno de los resultados que se esperan de la clave de Conectar en la GSLE.

## Antecedentes médicos (incluidos exámenes y vacunas)

Cada concilio maneja las historias de salud en forma diferente. En Girl Scouts San Diego los Registros de la Historia de Salud (disponibles en [www.sdgirlscouts.org/health](http://www.sdgirlscouts.org/health) y [www.sdgirlscouts.org/adulthealth](http://www.sdgirlscouts.org/adulthealth)) se completan y actualizan anualmente tanto para las niñas como para los miembros adultos. Los líderes de tropa reciben y guardan los registros. Las historias de salud de los participantes son entregadas a quienes proveen los primeros auxilios durante los eventos y las actividades de Girl Scout y luego son devueltas a los líderes de tropa al terminar el evento.

Para un campamento con residencia que cuente con el apoyo del Girl Scouts San Diego se requiere un examen médico. Este también se puede solicitar para viajes o paseos de campamento prolongados. Otra información, tal como alergias a alimentos específicos o permisos para administrar medicamentos sin receta médica pueden ser coleccionadas para salidas de un día o en las que se vaya a pasar la noche.

Es posible que algunos padres se opongan a las vacunas o a los exámenes médicos por varios motivos. Los concilios deben intentar hacer provisiones para que estas niñas asistan a las reuniones de Girl Scouts de manera tal que abarque estas inquietudes.

También es importante que estés informada sobre cualquier medicamento que las niñas deban tomar o cualquier alergia que tengan.

- Los medicamentos, incluidos los productos de venta sin receta, nunca deben suministrarse a una niña sin obtener previamente la autorización por escrito de su padre o tutor. Formularios de permiso disponible por en [www.sdgirlscouts.org/permission](http://www.sdgirlscouts.org/permission). Es posible que algunas niñas lleven y se administren sus propios medicamentos, como en el caso de inhaladores bronquiales, los bolígrafos de epinefrina o los medicamentos para la diabetes.
- Las alergias comunes a los alimentos incluyen a los productos lácteos, los huevos, la soya, el trigo, el maní, las castañas y los mariscos. Esto significa que, antes de servir cualquier comida (como sándwiches de mantequilla de maní y mermelada, galletas o papas fritas), ¡debes **preguntar** si

alguna de las niñas es alérgica al maní, los productos lácteos o el trigo! Incluso las Girl Scout Daisy y Brownies deben ser conscientes de sus alergias, pero consultar a sus padres/tutores siempre es una buena idea.

## Seguro de actividades de Girl Scouts

Todas las niñas Girl Scout inscritas y los miembros adultos inscritos en el movimiento Girl Scouts están cubiertos automáticamente por el plan básico a partir de la inscripción. Todo el costo de la prima de esta protección es solventado por Girl Scouts of the USA. El plan básico se encuentra vigente durante el año fiscal habitual (desde octubre de un año hasta octubre del año siguiente). Se proporciona una cobertura de seguro de hasta 14 meses para los miembros nuevos que se inscriban en el mes de agosto. Este seguro proporciona hasta un máximo específico para gastos médicos incurridos como resultado de un accidente mientras el miembro participa de una actividad aprobada y supervisada por Girl Scouts, después del pago por parte del seguro principal del individuo. Este es uno de los motivos por los cuales todos los adultos y las niñas deben ser miembros inscritos. Los padres no inscritos, los acompañantes (hermanos, hermanas, amigos) y otras personas no están cubiertos por la cobertura básica.

Esta cobertura de seguro **no** tiene la intención de disminuir ni reemplazar la necesidad de contar con un seguro médico familiar. Cuando se hayan pagado \$130 en beneficios por gastos médicos o dentales debidos a accidentes cubiertos, cualquier beneficio subsiguiente será pagadero únicamente en el caso de los gastos incurridos que no pueden compensarse mediante otra póliza de seguro. Si no existe un seguro familiar ni un programa de atención médica, hay disponible un máximo específico de beneficios médicos.

Hay disponible un plan opcional de seguro de actividades para las niñas Girl Scouts que realizan viajes prolongados y para las personas que no son miembros pero participan en las actividades de Girl Scouts. Estos planes son un seguro secundario que el concilio puede ofrecer para cubrir a los participantes de las actividades aprobadas y supervisadas por el concilio de Girl Scouts. La cobertura del seguro opcional está disponible para cualquier actividad de Girl Scouts que involucre a personas ajenas a Girl Scouts o dure más de tres días y dos noches. Comunícate con tu concilio para averiguar cómo solicitar este seguro. Es posible que tu concilio haga de este seguro un requisito obligatorio, en algunos casos, especialmente en los viajes al exterior.

## Obtener seguro adicional

Mutual of Omaha ofrece seguro suplementario para Girl Scouts registradas que asisten a eventos durante el día o que van a pasar la noche, y para no-miembros que estén invitadas(os) a ciertos eventos. Para determinar si se necesita seguro adicional para tu evento, por favor, contacta al consultor de actividades de tu unidad de servicio o al especialista en campamento con residentes al (619) 610-0813 o al (800) 643-4798. El especialista en campamento con residentes te enviará por correo electrónico el formulario apropiado de acuerdo al tipo de cobertura que necesite. Los formularios también pueden descargarse por en [www.sdgirlscouts.org/insurance](http://www.sdgirlscouts.org/insurance).

Hay un mínimo de \$5 para adquirir seguro adicional. Puedes enviar por correo el formulario completo y un cheque (a pagar a Girl Scouts – San Diego) a:

Girl Scouts San Diego  
Additional Insurance Request  
1231 Upas St.  
San Diego, CA 92103

El formulario y cheque deben ser entregados a Girl Scouts San Diego en por lo menos diez (10) días hábiles antes de su evento. Los formularios que no sean recibidos a tiempo no serán procesados y el evento no se cubrirá bajo el seguro adicional de Mutual of Omaha.



## Formularios de Reclamos por Seguro:

Mutual of Omaha es seguro suplementario. Los líderes deben tener formularios de registro de accidentes con ellos en las reuniones de tropa y en los eventos de programa en caso que ocurra un accidente.

Toda Girl Scout registrada está cubierta bajo seguro suplemental por accidentes que ocurran en una reunión de tropa o en actividades. Si un accidente ocurre en una reunión de tropa o evento, un formulario de registro de accidente (disponible en [www.sdgirlscouts.org/accident](http://www.sdgirlscouts.org/accident)) debe completarse inmediatamente por correo electrónico a [accidentreporting@sdgirlscouts.org](mailto:accidentreporting@sdgirlscouts.org) o por correo tradicional a 1231 Upas St. San Diego, CA 92103. Cualquier accidente que pueda requerir atención médica o algo más que una curita debe ser informado en el primer día hábil después del accidente, por teléfono o enviando el formulario de registro. Por favor, recuerda ser objetiva y precisa con la información del formulario. El informe del accidente podría involucrar una acción legal.

Después de que un accidente se reporta, el especialista en campamento con residentes enviará una carta, instrucciones de cómo presentar un reclamo y un formulario de reclamo de la parte demandante. La niña o el adulto afectado deben completar el formulario de reclamo y devolvérselo al especialista en campamento con residentes. El especialista de campamento con residentes verificará el informe y lo enviará a Mutual of Omaha para que lo procese.

Para más información o re-examine la descripción del plan de seguro de Girl Scouts en [www.sdgirlscouts.org/gsusa/insurance](http://www.sdgirlscouts.org/gsusa/insurance) o [info@sdgirlscouts.org](mailto:info@sdgirlscouts.org).

## Expertos

Los requisitos de seguridad de la mayoría de las actividades exigen tener un experto a tu alcance para ayudar a las niñas a aprender una actividad. Recuerda que **todos los expertos deben ser aprobados por el concilio**. Para simplificar un poco tu tarea, muchos concilios tienen listas de expertos locales (como instructores de navegación) e instalaciones (como pistas de patinaje) que ya fueron aprobados. Si tu concilio no conserva este tipo de listas, deberás presentar un experto para que el concilio lo considere. Algunas cosas para tener en cuenta:

- **¿Tiene la persona capacitación y experiencia documentadas?** La persona debe tener experiencia documentada con respecto a la actividad en cuestión, como certificados o tarjetas de finalización de cursado, registros de capacitaciones previas para enseñar la actividad y cartas de referencia.
- **¿Qué debe ser capaz de hacer?** Esta persona debe tener el conocimiento y la experiencia necesarios para realizar juicios adecuados con respecto a los participantes, al equipo, a las instalaciones, a las consideraciones de seguridad, a la supervisión y a los procedimientos necesarios para la actividad. Como mínimo, debe ser capaz de proporcionar instrucciones claras a las niñas y los adultos, de solucionar problemas en situaciones inesperadas y de responder de manera adecuada en casos de emergencia.

## Atención de emergencia

Como sabes, pueden ocurrir situaciones de emergencia. Las niñas necesitan recibir instrucciones adecuadas sobre cómo cuidarse y cómo cuidar a los demás durante una emergencia. También necesitan aprender la importancia de informar a los adultos en caso de cualquier accidente, enfermedad o comportamiento desacostumbrado durante las actividades de Girl Scouts. Con este fin, puedes ayudar a que las niñas:

- **Sepan qué informar.** Consulta la sección “Procedimientos en caso de accidentes” más adelante en este capítulo.
- **Establezcan y practiquen procedimientos en caso de emergencias climáticas.** Es posible que determinados fenómenos climáticos extremos ocurran en tu zona. Consulta a tu concilio para obtener la información más relevante que debes compartir con las niñas.

- **Establezcan y practiquen procedimientos para circunstancias como evacuaciones en caso de incendio, personas perdidas y respuestas ante vulneraciones de la seguridad del edificio.** Todas las niñas y todos los adultos deben saber cómo actuar en estas situaciones. Por ejemplo, las niñas y tú, con la ayuda de un representante del departamento de bomberos, deben diseñar un plan de evacuación en caso de incendio para los lugares de reunión que utilizará el grupo.
- **Preparen un botiquín de primeros auxilios bien abastecido que se encuentre siempre en un lugar de fácil acceso.** Los primeros auxilios administrados de inmediato pueden marcar la diferencia entre la vida y la muerte. En caso de emergencia, garantiza la asistencia médica profesional lo más pronto posible, por lo general, mediante una llamada al 911.

## **Primeros auxilios/Resucitación cardiopulmonar**

Las emergencias exigen medidas inmediatas y decisiones rápidas. En el caso de muchas actividades, Girl Scouts recomienda que por lo menos un voluntario adulto esté certificado para proporcionar primeros auxilios y realizar resucitación cardiopulmonar. Por ese motivo, si tienes la posibilidad de capacitarte en primeros auxilios/resucitación cardiopulmonar aprobados por el concilio, ¡hazlo! Puedes aprovechar las capacitaciones de primeros auxilios/resucitación cardiopulmonar ofrecidas por divisiones de la Cruz Roja Estadounidense, el Consejo Nacional de Seguridad, EMP America, la Asociación Estadounidense del Corazón u otras organizaciones patrocinadoras aprobadas por tu concilio. Intenta realizar una capacitación en resucitación cardiopulmonar específica para la edad de tu grupo; es decir, resucitación cardiopulmonar para niños si trabajas con niñas más pequeñas y resucitación cardiopulmonar para adultos si trabajas con niñas más grandes y adultos.

**Precaución:** La capacitación en primeros auxilios/resucitación cardiopulmonar que está disponible completamente en el internet no satisface los requisitos de Girl Scouts. Dichos cursos no ofrecen suficientes oportunidades para practicar y recibir comentarios sobre tu técnica. Si realizas un curso que no fue ofrecido por una de las organizaciones mencionadas en el párrafo anterior o cualquier curso que tenga componentes por internet, obtén previamente la aprobación de tu equipo de respaldo o tu concilio.

Girl Scouts San Diego ofrece clases de Primeros Auxilios/Reanimación Cardiopulmonar durante todo el año. Visita la página de Educación para Adultos [www.sdgirlscouts.org/training](http://www.sdgirlscouts.org/training) para obtener más información.

### **Proveedor de primeros auxilios**

Un proveedor de primeros auxilios es un voluntario adulto que realizó la capacitación en primeros auxilios y resucitación cardiopulmonar aprobada por Girl Scouts que incluye instrucciones específicas para realizar resucitación cardiopulmonar a niños. Si, mediante la Cruz Roja Estadounidense, el Consejo Nacional de Seguridad, EMP America o la Asociación Estadounidense del Corazón, tienes la posibilidad de capacitarte completamente en primeros auxilios y resucitación cardiopulmonar, esto ayudará a que la planificación de tus actividades sea un poco más sencilla. Los requisitos de seguridad de las actividades siempre te indican cuándo es necesaria la presencia de un proveedor de primeros auxilios.

Actividades pueden realizarse en una variedad de ubicaciones, por lo cual, los requisitos de primeros auxilios se fundamentan en la lejanía de la actividad (según lo indicado por los requisitos de seguridad correspondientes a esa actividad). Por ejemplo, es posible realizar una excursión de dos millas de largo en un lugar que cuente con recepción y servicio de telefonía celular a lo largo de toda la ruta y donde el EMS (Sistema médico de emergencia) se encuentre, como máximo, a 15 minutos de distancia en todo momento. También es posible realizar excursiones más remotas a lugares que no cuenten con servicio de telefonía celular y a donde el EMS tardaría más de 15 minutos en llegar. Es importante que tú u otro voluntario de tu grupo tengan la experiencia médica necesaria (incluidos conocimientos sobre técnicas de evacuación) para garantizar la seguridad del grupo.

Los niveles de primeros auxilios necesarios para cualquier actividad tienen en cuenta tanto qué nivel de peligro existe como cuán remota es la zona y a qué distancia se encuentra de los servicios médicos de emergencia.

Acceso a EMS	Nivel mínimo necesario de primeros auxilios
De 15 a 30 minutos	Nivel 2
Más de 30 minutos	Proveedor de primeros auxilios en áreas silvestres (WFA) o proveedor de primera respuesta en áreas silvestres (WFR)*

*\*Aunque no es necesario ser WFR, es muy recomendable cuando se viaja con grupos a áreas que se encuentran a más de 30 minutos de los servicios de emergencia médica.*

La tabla anterior no refleja las limitaciones de algunas capacitaciones en primeros auxilios (nivel 2). Es importante comprender las diferencias entre un curso extendido de primeros auxilios, como el programa de Capacitación en seguridad deportiva de la Cruz Roja Estadounidense y un curso clasificado para áreas silvestres. Aunque las capacitaciones estándar y de primeros auxilios en seguridad deportiva proporcionan una respuesta básica en caso de accidentes, los cursos clasificados para áreas silvestres incluyen capacitación en habilidades de evaluación remota, como también respuesta de primeros auxilios en casos de emergencia y técnicas de evacuación que deben utilizarse cuando los servicios de emergencias médicas no se encuentran disponibles de inmediato.

**Nota:** La presencia de un proveedor de primeros auxilios (nivel 2) es obligatoria en el campamento de residentes. En el caso de los eventos grandes, debe haber un proveedor de primeros auxilios (nivel 2) por cada 200 participantes. Los siguientes proveedores de atención médica también pueden prestar servicios como proveedores de primeros auxilios (nivel 1 o 2): médico, auxiliar médico, enfermero practicante, enfermero registrado, auxiliar de enfermería, paramédico, profesional médico militar y técnico médico en emergencias.

## **Botiquín de primeros auxilios**

Asegúrate de que haya un botiquín de primeros auxilios disponible en tu lugar de reunión grupal y recuerda llevarlo a cualquier actividad que realices con las niñas (incluido el transporte de ida y vuelta a donde se realice la actividad). Ten en cuenta que deberás proporcionar este botiquín si no hay uno disponible en tu lugar de reunión. Puedes adquirir un botiquín de primeros auxilios de Girl Scouts, comprar un botiquín comercial o bien preparar un botiquín con la ayuda de las niñas. La Cruz Roja ofrece una lista de artículos potenciales que puede consultar aquí: [www.sdgirlscouts.org/firstaidkit](http://www.sdgirlscouts.org/firstaidkit). (Ten en cuenta que la lista sugerida por la Cruz Roja incluye aspirinas, que no tendrás la libertad de administrar a las niñas sin la autorización directa de sus padres/tutores.) También puedes personalizar un botiquín para que cubra tus necesidades específicas, por ejemplo, luces de bengala, tratamientos contra la congelación o las mordeduras de serpientes, etc.

Además de los materiales estándares, todos los botiquines deberán contener los números de teléfonos de Girl Scouts San Diego y de emergencia ([www.sdgirlscouts.org/emergency](http://www.sdgirlscouts.org/emergency)). También pueden incluirse los formularios de las actividades aseguradoras, consentimiento de los padres de Girl Scouts disponibles en [www.sdgirlscouts.org/forms](http://www.sdgirlscouts.org/forms).

## **Procedimiento en caso de accidentes**

Aunque esperas que nunca nada grave suceda, debes seguir las instrucciones de Girl Scouts San Diego para manejar accidentes serios, emergencias o muertes. Durante la guía de orientación, también recibirás una tarjeta de bolsillo para Emergencias de Gravedad detallando la siguiente información. Por favor, de llevarla contigo para poder consultarla fácilmente.

- **En casos de emergencia , llama 911**
- Siempre debes de tener a mano los nombres y números de teléfono del personal del Girl Scouts San Diego, padres/tutores y de los servicios de emergencia locales tales como la policía, el departamento de bomberos o los técnicos de emergencia del hospital.

Tu adhesión a estos procedimientos es fundamental, especialmente cuando notifiques a los padres o tutores. En la escena del accidente:

- Si una persona necesita atención médica de emergencia como resultado de un accidente o una lesión, primero contacta a los servicios médicos de emergencia y luego sigue los procedimientos de Girl Scouts San Diego.
- Administra primeros auxilios.
- Pide la ayuda adecuada (policía, departamento de bomberos o médico). Siempre notifica a la policía en casos de accidentes con vehículos motorizados, accidentes serios o casos de muerte.
- Llama a Girl Scouts San Diego (800)643-4798 o (619)298-8391, lunes – viernes 8:30 a.m. – 5:30 p.m.
- Llamadas fuera de los horarios laborales llama a Girl Scouts San Diego y oprime “2” cuando seas transferido al sistema automático.
- El personal de Girl Scouts San Diego inmediatamente ordenara asistencia adicional a la escena en caso que sea necesario, y notificara a los padres/tutores cuando corresponda. Fuera del horario laboral o durante los fines de semana, un mensaje telefónico te dará instrucciones claras acerca de cómo en caso de emergencia conectarte por telefónico con un miembro del personal de guardia.
- Cuando sea apropiado, retira de la escena a personas que no se encuentren lesionadas.
- Designa a un adulto responsable para que permanezca en la escena.
- No permitas que nadie moleste a la víctima u ocasione disturbios en los alrededores hasta que la autoridad que corresponda asuma su responsabilidad.
- No compartas información acerca del accidente con nadie, sólo con la policía, Girl Scouts San Diego y las autoridades.
- Dirige cualquier consulta de los medios de comunicación al director de comunicaciones. Vea “Trato con los Medios de Comunicación” a continuación.
- Envía un formulario de informe de accidente (disponible en [www.sdgirlscouts.org/accident](http://www.sdgirlscouts.org/accident) y los centros de recursos) al concilio dentro de las 24 horas.

## **Accidentes o Enfermedades Menores**

En el caso de un accidente menor o enfermedad, el responsable de primeros auxilios debe ofrecer atención de primeros auxilios. Si el adulto responsable y el proveedor de primeros auxilios decide que se necesita mayor atención médica, deben de llamar a los padres/tutores. La mayoría de los padres prefieren llevar ellos mismos a las niñas para que reciban atención médica. Si debes de llevar a una niña para que reciba atención médica, asegúrate de que las demás niñas tengan supervisión adecuada. Infórmale acerca de cualquier tipo de mordedura de animales al departamento de salud de su condado.

## **Trato con los Medios de Comunicación**

Los periodistas con frecuencia contactarán al personal de Girl Scout directamente en caso de situaciones controvertidas o de catástrofe. Es muy importante que sólo respondas los voceros designados oficialmente. Cuando recibas una pregunta de representantes de medios de comunicación:

1. Indica amablemente que sólo estas familiarizada con una parte del problema y que preferirías que el periodista hable con el vocero del Girl Scouts San Diego, quien puede ofrecer información más completa y precisa.
2. Nunca hables “extraoficialmente” o haga especulaciones.
3. Dirige al periodista al director de comunicaciones de la oficina de Girl Scout San Diego.
4. Infórmale al director de comunicaciones de Girl Scouts acerca de tu conversación con el periodista al director de comunicaciones lo antes posible.

## Cómo usar los Requisitos de Seguridad para las actividades

Cuando te prepares para cualquier actividad con las niñas, comienza leyendo los Requisitos de Seguridad relacionados con la actividad en particular que están por iniciar. Puedes encontrarlos en [www.sdgirlscouts.org/safety](http://www.sdgirlscouts.org/safety) o puedes solicitarlos al personal de membresía. Requisitos de Seguridad relacionados con las normas del programa estarán también disponibles en centros de recursos (por petición). Cada Requisitos de Seguridad tienen el mismo formato.

Cada Requisito de Seguridad te ofrece información sobre el sitio donde se puede realizar la actividad, cómo incluir niñas con discapacidades, dónde conseguir equipamiento básico y especializado, cómo prepararse para la actividad, cuáles son los pasos específicos a seguir en el día de la actividad, etc.

Además de leer los requisitos, puedes enviárselos por correo electrónico puedes imprimirlos para los co-voluntarios, así como los padres/guardianes, y por supuesto, las niñas. Los Requisitos están ordenados en forma de listado, y las niñas pueden recorrerlos punto por punto y marcar los pasos que ya se cumplieron.

Para mantener coherencia y cumplir con los tres procesos de la Experiencia de Liderazgo de Girl Scouts, asegúrate de lo siguiente:

- **Todas las actividades son dirigidas por las niñas**, pero ten en cuenta la edad y las capacidades de tu grupo. Las mayorcitas pueden asumir la responsabilidad de organizar casi toda una actividad, pero las más pequeñas necesitan mucho de tu guía, aunque debes de animarlas a involucrarse lo más que puedan en las decisiones y las cosas que quieren hacer.
- **Las niñas tienen la oportunidad de aprender en forma cooperativa**, aprendiendo unas de otras las cosas que necesitan saber para realizar las actividades, en lugar de escucharlas de la boca del voluntario.
- **Las niñas aprenden con la práctica**. Si para aprender algo hace falta investigar o hacer alguna tarea práctica, ellas aprenderán mejor haciéndolo ellas mismas que si tú lo hace primero y luego se los transmite. ¡Déjelas actuar! Hasta las más pequeñitas, las Daisies, pueden investigar y sacar conclusiones. En cuanto a las Ambassadors, sólo necesitarán de tu soporte moral, ya que toda la investigación, aprendizaje y planificación correrá por cuenta de ellas.

Si no existe una hoja de Requisitos específicos para la actividad que están planeando, asegúrate de consultar con Girl Scouts San Diego *antes* de hacer un plan definitivo con las niñas de tu grupo. Por otra parte, existen algunas actividades para las cuales hace falta una autorización de Girl Scouts San Diego por escrito y sólo pueden participar niñas a partir de los 12 años. Ten en cuenta que algunas actividades son imposibles de realizar:

- **Precaución:** Debes obtener un consentimiento por escrito de parte de Girl Scouts San Diego que autorice a las niñas a partir de los 12 años a operar vehículos motorizados, como motos de agua; uso de armas de fuego; realizar excursiones en aguas riesgosas; o viajes en aviones no comerciales, como avionetas privadas, helicópteros, hidroaviones y globos de aire caliente. Las niñas que escalen Alturas de más de 10,000 pies necesitan permiso especial y capacitación apropiada aprobada por Girl Scouts San Diego.
- **Advertencia:** Las siguientes actividades no están permitidas para ninguna niña: caída libre potencialmente incontrolable (bungee, deslizamiento por cable, paracaidismo, “parasailing” indoor skydiving y cama elástica (trampolining). Tampoco se permiten las variantes extremas de actividades aprobadas (como trepar a gran altitud o hacer maniobras peligrosas con la bicicleta, esquís, tabla de nieve, skateboard, esquí acuático y tabla de agua). La caza no está permitida, como tampoco tirara proyectiles a otras personas; el manejo de bicicletas con moto o vehículos todo terreno, y tampoco se pueden hacer excursiones en vehículos para aguas calificadas como de Clase V o superior, o simulaciones de “skydiving” o de habitaciones cero-gravedad. Girl Scouts San Diego no permite el uso de ningún tipo de arma de fuego.

*\*ve ejemplo: Natación*

## Natación: Requisitos de Seguridad para las Actividades



Una antigua tradición en Girl Scouts, la natación constituye una de las tantas maneras en que las niñas desarrollan su estado atlético, el liderazgo y el trabajo en equipo. Ya sea que practiquen natación al aire libre, en campamentos o en competencias en piletas cubiertas, la seguridad es clave para permitir la diversión segura en el agua. Las niñas y adultos deben cumplir con los requisitos para la seguridad en todos los niveles, además de los requisitos de la organización donde se practique el deporte. Consulta con los parques y centros de recreación locales como el YMCA o la [American Red Cross](#), para tomar entrenamiento de natación, o busca a un instructor de natación en tu área.

**Aprende dónde practicar natación.** En campamentos de Girl Scouts, lagos, ríos, piletas y otros campings. Conéctate con Girl Scouts San Diego para obtener sugerencias e información.

**Incorpora a las niñas con discapacidades.** Comunica a las niñas con discapacidades o con sus tutores para evaluar las necesidades y adaptaciones. Aprende más sobre las organizaciones con recursos e informaciones tales como las que provee [USA Swimming Disability Committee](#) y [International Federation of Adapted Physical Activity](#).

### Equipamiento para natación

#### Equipo básico

- Traje de baño (una pieza es más conveniente)
- Protector solar con factor de protección 15 como mínimo
- Lentes para el sol
- Toalla de playa
- Muda de ropa seca para después del agua
- Gorra de baño y tapones para las orejas, para la niña que lo requieran

#### Equipo especializado/rescate

- Las participantes deben usar un chaleco salvavidas aprobado por la Guardia Costera de Estados Unidos (se recomienda de Tipo III) y que sea a las especificaciones de peso y altura de la niña. Inspecciona los chalecos salvavidas para cerciorarse que estén en buenas condiciones y no tengan rasgaduras. Lee [aquí](#) sobre chalecos salvavidas de la Guardia Costera.

- Vara larga por lo general metálica y con un aro en el extremo para alcanzar a la persona en el agua
- Boya o bolsa para tirar al agua con una soga de aproximadamente 30 pies de largo
- Tubo flotante de rescate
- Al menos un elemento de flotación portátil que pueda ser levantado o arrastrado (Tipo IV, almohadón o anillo flotante o su equivalente) debes estar inmediatamente disponible para cada grupo que se esté en el agua

### Prepáte para la natación

- Comunícate con el concilio y los padres.** Infórmale a Girl Scouts San Diego y a los padres o tutores sobre la actividad, incluyendo los pormenores sobre las precauciones de seguridad y la vestimenta adecuada y los elementos que pueden llegar a ser necesarios. Sigue los procedimientos de Girl Scouts San Diego sobre la aprobación de la actividad, certificados de aseguración, y lineamientos de Girl Scouts San Diego sobre los exámenes generales de salud de las niñas. Has los preparativos con anticipación para el transporte y confirma los planes antes de la partida.
- Las niñas planean la actividad.** Teniendo en cuenta el nivel de capacidad con relación a la edad, alienta a las niñas a adoptar un papel de liderazgo activo en la organización de los detalles de la actividad.
- Prepara el transporte y la tarea de supervisión.** La proporción entre adultos y niñas aconsejada es de dos adultos sin vinculación entre sí (al menos uno de los cuales mujer) por cada:
  - 6 Girl Scout Daisies
  - 12 Girl Scout Brownies
  - 16 Girl Scout Juniors
  - 20 Girl Scout Cadettes
  - 24 Girl Scout Seniors
  - 24 Girl Scout Ambassadors

A estos debe agregarse un adulto más por cada:

  - 4 Girl Scout Daisies
  - 6 Girl Scout Brownies
  - 8 Girl Scout Juniors
  - 10 Girl Scout Cadettes
  - 12 Girl Scout Seniors
  - 12 Girl Scout Ambassadors
- Asegura la presencia de observadores.** Los observadores son personas entrenadas en el uso básico de equipo de rescate en el agua y conocen los procedimientos de rescate, además de trabajar bajo la dirección de un guardavidia. La American Red Cross Basic Water Rescue otorga un certificado. Los socorristas y los observadores están posicionados en estaciones diferentes y se mantienen fuera del agua, salvo durante una emergencia. La American Red Cross Lifeguarding Instructor y la American Red Cross Water Safety Instructor (WSI) proveen entrenamiento para rescate básico.

### Proporción de adulto/niñas para Socorristas y Observadores

Número de nadadores	Socorristas	Observadores
1–10	1 adulto	1*
11–25	1 adulto	2*
26–35	2 personas, al menos 1 es adulto. Otra puede ser de 16 años como mínimo.	3*
36–50	2 personas, al menos 1 es adulto, la otra puede ser de 16 años como mínimo.	4*

\* Algunos estados permiten que el observador tenga menos de 18 años, pero en todos debe tener al menos 16 años.

Estos números son el mínimo. La relación entre socorristas y observadores puede incrementarse según la cantidad de niñas en una misma zona, o según el nivel de experiencia en natación, o según haya niñas con discapacidades; edad, capacidad para seguir instrucciones, tipo de natación practicada (instrucción, recreación), tipo de área elegida para la natación, clima, condiciones del agua, y equipo de rescate disponible. Si no estás seguro si la cantidad de guardavidas y observadores es suficiente, contacte a Girl Scouts San Diego.

- Asegúrate de que las participantes sepan nadar.** Las destrezas de natación de las participantes están claramente identificadas (por ejemplo, con bandanas de colores para identificar a las principiantes, avanzadas, etc.) en los sitios aprobados por el concilio, o bien las participantes deben proveer un certificado que demuestre que han aprobado un examen de natación. En ausencia de un certificado, debes pasar un examen el día de la actividad. Consulta con Girl Scouts San Diego para orientación adicional.
- Asegúrate de la presencia de socorrista.** Para las actividades en piletas públicas, hoteles, cruceros y piletas particulares, los socorristas deben tener al menos 16 años y contar con el certificado otorgado por la *American Red Cross Lifeguard Training* o equivalente. Para actividades en lagos, arroyos lentos y ríos debes haber un socorrista con certificación por cada 10 nadadoras, además de un observador. Cuando las niñas estén nadando en aguas más profundas que la altura de las rodillas, debe haber un adulto con certificación o experiencia documentada en rescate básico. Consulta la tabla de relaciones adjunta para los estándares.
- Verifica la seguridad del sitio.** Ya sea que el sitio sea mantenido por Girl Scouts San Diego o se use una pileta pública, debe pasar la prueba de sanidad del [departamento de salud](#).  
Para piscinas:
  - Profundidad del agua claramente marcada en la piscina, y las partes no profundas deben contar con una inscripción de “no bucear” (no diving). Las áreas para bucear están separadas de las áreas para nadar.
  - La facilidad hacer periódicos controles y mantenimiento. Las solicitudes de mantenimiento y reparaciones están documentadas, y se mantienen los registros.
  - El pH del agua y el cloro se testean y mantienen en niveles seguros. Las pruebas se documentan y los registros se conservan.
  - Los bordes de la pileta se mantienen limpios y libres de impurezas.
  - La cerca perimetral las puertas de entrada permanecen cerradas cuando la pileta no está bajo supervisión.



Para playas y otros frentes de agua:

- Los peligros han sido eliminados o están claramente señalados.
  - Se instruyen a las niñas para que eviten las corrientes fuertes, arenas movedizas, mar picado y otras condiciones potencialmente peligrosas.
  - Tanto como se pueda, se trata de constatar que no haya fauna peligrosa en el mar.
  - El suelo está libre de detritos, caracoles y rocas filosas.
  - Las áreas de natación y buceo están separadas y claramente delimitadas.
- Respetar las reglas para zambullidas.** Las siguientes reglas deben ser respetadas:
- Un observador señala cuando el área está libre y la persona puede zambullirse.
  - Solo una persona puede zambullirse por vez.
  - Las niñas se zambullen en posición sentada, nunca de cabeza.
  - La zona de zambullida está libre de nadadoras.
  - La zona de zambullida tiene al menos cuatro pies de profundidad.
- Respetar las reglas de buceo.** Las siguientes reglas deben ser respetadas:
- La zona de buceo está separada de la de natación.
  - El área tiene un mínimo de 10 pies de profundidad. El recinto tiene al menos 12 y 14 pies de longitud y menos de 3 pies por encima de la superficie del agua.
  - El área tiene al menos 12 pies de profundidad para las competencias. Y los recintos tienen 16 pies de longitud y de 3 a 10 pies por encima de la superficie del agua.
  - El buceo está restringido a aguas de suficiente profundidad y han sido registradas para evitar la presencia de obstrucciones. El buceo está prohibido en aguas desconocidas.
  - La profundidad máxima se extiende 10 pies a cada lado del centro de la línea del recinto. En mareas, sequías o fuerzas similares que afecten la profundidad del agua, se debe chequear cada vez que se quiera hacer buceo.
  - Las niñas no bucean fuera del área permitida.
- Respetar las reglas de natación en los parques.** Tanto niñas como adultos deben respetar las siguientes reglas:
- Lean y sigan todas las reglas e instrucciones de los socorristas.
  - Conozcan sus límites físicos.
  - No buceen. Siempre conozcan la profundidad del agua antes de sumergirse.
  - No corran. La mayoría de las lastimaduras ocurren debido a caídas.
  - Tengan cuidado con las zambullidas y respete las reglas.
  - En piletas con olas, manténgase alejado de las paredes de la pileta.
- Prepárate para las emergencias.** Verifiquen que haya un botiquín de primeros auxilios y que alguien esté preparado para atender casos de ahogo o hipotermia. Lean el *Fundamentos para Voluntarios (Volunteer Essentials)* para más información sobre los estándares y entrenamiento para primeros auxilios.
- Recopila contactos claves.** Confeccionen una lista con los contactos e información de los padres y tutores de las niñas con números de teléfono para servicios de rescate de emergencia y policía, así como contactos de Girl Scouts San Diego para fijar en un lugar de fácil acceso.

### El día de la actividad de natación

- Obtén un informe meteorológico.** Si van a nadar afuera, no lo hagan si está tormentoso. El día de la actividad consulta el [weather.com](http://weather.com) u otra fuente meteorológica confiable para establecer si las condiciones son apropiadas. En el caso de que condiciones meteorológicas severas impidan la actividad de arquería, tenga en cuenta otro plan o una actividad alternativa.
- Cuida los objetos de valor.** No dejen sus pertenencias en lugares públicos.

- ❑ **Emplea el sistema de parejas.** Las niñas deben estar divididas en equipos de dos. Cada niña elige a una pareja y es responsable de permanecer con ella en todo momento, alertando a su pareja de peligros, dándole asistencia inmediata si resultara seguro hacerlo, y buscando ayuda cuando las situaciones así lo exijan. Si alguien del grupo resultase herida, una persona la cuida, mientras las otras dos procuran ayuda.
- ❑ **Estén preparados para la posibilidades una tormenta o relámpagos.** En el caso en que se produzca una tormenta, busquen un refugio alejado de los objetos altos (incluidos árboles, puentes y postes eléctricos). Establezcan el punto más bajo en un área abierta. Siéntense en cuclillas en el suelo sobre las plantas de los pies, y coloque las manos sobre las rodillas y oculte entre ellas la cabeza. Durante las tormentas, manténgase alerta por la posible presencia de embarcaciones y otras obstrucciones.
- ❑ **Observa de cerca dónde van las niñas.** En frentes de agua controlados, se lleva una pizarra para marcar cuáles niñas están en el agua y cuáles en la zona de natación. En áreas muy congestionadas, deben contarse con un sistema de color para identificar a las niñas (por ejemplo, no nadadoras, novicias, experimentadas. Pueden llevar bandana, pulsera u otra marca de color).
- ❑ **Lleva control del tiempo de permanencia en el agua.** El período depende de la condición de cada nadadora, las condiciones del tiempo y la temperatura. Generalmente 30 minutos es suficiente para la natación.
- ❑ **Respetar las reglas básicas de seguridad.**
  - Las niñas no bucean en piletas que se encuentran por encima de la superficie de la tierra, o en aguas poco profundas.
  - Las niñas solo nadan en zonas bien supervisadas.
  - Solo nadan durante el día, en lugares bien iluminados.
  - Las niñas no nadan inmediatamente después de comer o cuando están cansadas.
  - Las niñas nadan a distancia cercana a una tabla.
  - No hay dispositivos eléctricos en la zona de natación.
  - No hay botellas, vidrios ni objetos cortantes en la zona de natación.
  - Que sea posible, hay un teléfono de emergencia disponible.
  - Se bebe agua para evitar la deshidratación

### Sitios Web sobre natación

- **American Red Cross Swimming and Water Safety program:** [www.redcross.org/portal](http://www.redcross.org/portal) ⇒ Preparing and Getting Trained ⇒ Get Trained ⇒ Swimming and Water Safety ⇒ Learn to Swim
- **Swim America:** [www.swimamerica.org](http://www.swimamerica.org)
- **USA Swimming:** [www.usaswimming.org](http://www.usaswimming.org)
- **YMCA Programs for Aquatics:** [www.ymca.net/programs/programs\\_for\\_aquatics.html](http://www.ymca.net/programs/programs_for_aquatics.html)
- **State and national parks and forests (may certify swimmers):** [www.llbean.com/parksearch/us\\_search.html](http://www.llbean.com/parksearch/us_search.html)

### Lo que las niñas deben saber sobre natación

- **Aprender las brazadas.** Antes de iniciar la natación, aprendan los [cinco tipos principales de brazadas](#): estilo libre, revés, pecho, mariposa, y lateral.
- **Practicar juegos acuáticos.** Marco Polo y Find the Penny son dos juegos muy conocidos. ¿Pueden inventar alguno?

### Jerga de la natación

- **Flip turn** (El giro que hace el nadador): gira el cuerpo cuando llega al borde de la pileta y da la patada para avanzar en el sentido contrario.
- **Leg:** Un cuarto de la trayectoria recorrida por cuatro nadadores.

**Requisitos de Seguridad para las actividades disponible en la web**  
**<http://www.sdgirlscouts.org/safety> o en el concilio.**

- Arte y artesanías
- Bote a remo
- Cabalgatas
- Campamento en grupo
- Canotaje
- Carrozas de calabazas
- Ciclismo
- Cocina al aire libre
- Computación/Conexión online
- Escalada en roca y descenso vertical en en soga
- Esgrima
- Esquí acuático y wakeboarding
- Esquí de descenso y snowboarding en tabla de nieve
- Esquí de fondo (cross-country)
- Exploración de cavernas
- Galletas de Girl Scouts/Venta de productos patrocinados por los concilios
- Geocaching
- Hiking
- Mochilera
- Natación
- Navegación a vela
- Navegación en kayak
- Orienteering
- Otros deportes de tierra
- Paradas y otras grandes concentraciones grupales
- Parques temáticos
- Patinaje sobre el hielo
- Patinaje sobre ruedas en línea y roller skating
- Pesca
- Plaza con juegos
- Rafting en aguas agitadas
- Recorridos difíciles
- Scuba
- Segway
- Skateboarding
- Snorkeling
- Snowshoeing
- STEM (Ciencia, Tecnología, Ingeniería y Matemática)
- Surfing
- Tiro al arco
- Trineo, tobogán y gomón de nieve
- Tubing (deslizamiento en cámaras)
- Viajes/Excursiones con campamento
- Windsurfing (tabla a vela)

# Formularios: Seguridad

**Nota: No todos los formularios están disponibles en Español.**

Accident Report	<a href="http://www.sdgirlscouts.org/accident">www.sdgirlscouts.org/accident</a>
Activity Approval	<a href="http://www.sdgirlscouts.org/activityapproval">www.sdgirlscouts.org/activityapproval</a>
Additional Insurance Details and Forms	<a href="http://www.sdgirlscouts.org/insurance">www.sdgirlscouts.org/insurance</a>
Equipment Rental	<a href="http://www.sdgirlscouts.org/resource">www.sdgirlscouts.org/resource</a>
Event Approval Checklist	<a href="http://www.sdgirlscouts.org/eventapproval">www.sdgirlscouts.org/eventapproval</a>
Girl Health History Record	<a href="http://www.sdgirlscouts.org/health">www.sdgirlscouts.org/health</a>
Health Log	<a href="http://www.sdgirlscouts.org/healthlog">www.sdgirlscouts.org/healthlog</a>
Over the Counter Medication -Permission	<a href="http://www.sdgirlscouts.org/permission">www.sdgirlscouts.org/permission</a>
Parent/Guardian Information	<a href="http://www.sdgirlscouts.org/parentinfo">www.sdgirlscouts.org/parentinfo</a>
Parent/Guardian Permission	<a href="http://www.sdgirlscouts.org/permission">www.sdgirlscouts.org/permission</a>
Property reservation	<a href="http://www.sdgirlscouts.org/resource">www.sdgirlscouts.org/resource</a>
Registration	<a href="http://www.sdgirlscouts.org/training">www.sdgirlscouts.org/training</a>
Safety Activity Checkpoints and Information	<a href="http://www.sdgirlscouts.org/safety">www.sdgirlscouts.org/safety</a>
Training Overview	<a href="http://www.sdgirlscouts.org/training">www.sdgirlscouts.org/training</a>
Travel Resources	<a href="http://www.sdgirlscouts.org/travel">www.sdgirlscouts.org/travel</a>
Volunteer Policies, Procedures and Standards	<a href="http://www.sdgirlscouts.org/policies">www.sdgirlscouts.org/policies</a>



1231 Upas Street San Diego, CA 92103-5199  
(619) 298-8391 • (800) 643-4798  
Fax: (619)298-2031  
[www.sdgirlscouts.org](http://www.sdgirlscouts.org)  
[www.sdgirlscouts.org/training](http://www.sdgirlscouts.org/training)