

**EJERCICIO ÚNICO
PARTE PRÁCTICA
MONITOR/A DEPORTIVO/A
DE SALVAMENTO Y VIGILANCIA
DEL AYUNTAMIENTO DE MADRID
PERSONAL FUNCIONARIO TURNO LIBRE**



Se incorpora como Monitor/a Deportivo/a de Salvamento y Vigilancia en el Ayuntamiento de Madrid, al C.D.M. Barajas en turno de mañana. Empieza su jornada laboral desarrollando labores de salvamento y vigilancia.

El recinto de piscina consta de una piscina de uso deportivo de 8 calles (25m x 16m) con bordillo rebosante tipo Munich y una profundidad desde 1,45 a 2,10, y un vaso de enseñanza de 66 m² (11m x 6m).

Según la programación, a primera hora existen 2 calles destinadas a uso libre, el resto de calles están siendo utilizadas para la impartición de la programación deportiva del centro. En el vaso de enseñanza se está impartiendo por parte del personal deportivo una clase de gimnasia acuática de adultos con 18 alumnos/as.

Se acerca una persona usuaria y le comenta que hay mucha gente en las calles de nado libre, que por normativa deberían de existir 3 calles destinadas para este uso (nado rápido, nado medio y nado lento), y que de esta manera no le va a dar tiempo a completar su entrenamiento, ya que quiere entrenar con aletas.

1. Según el reglamento de utilización de instalaciones y servicios deportivos municipales, ¿es correcto el número de calles asignadas?
 - a. Sí, se dispondrá de un mínimo de dos calles de piscina.
 - b. No, como dice el usuario se debería disponer de tres calles.
 - c. No, al menos el 50% de las calles deberán estar dedicadas a nado libre.

2. Según el reglamento de utilización de instalaciones y servicios deportivos municipales, ¿cuánto tiempo como máximo puede hacer uso libre el usuario de la piscina climatizada?
 - a. 1 hora.
 - b. 2 horas continuadas.
 - c. 45 minutos.



3. Según el reglamento de utilización de instalaciones y servicios deportivos municipales, ¿podrá la persona usuaria utilizar unas aletas de su propiedad?
- Sí, siempre que no sea material destinado para las clases.
 - Sí, siempre que sean cortas y de un material que no ocasione ningún daño a otros usuarios en caso de choque accidental.
 - No, salvo autorización del socorrista especialista en salvamento acuático.
4. Referente a la clase de gimnasia acuática, según el decreto en vigor por el que se establecen los criterios generales de programación de los servicios dirigidos de los centros deportivos municipales, ¿es correcto el número de personas en la clase?
- Sí, el máximo serían 20 personas.
 - No, sobrepasa el número de personas por grupo establecido en el decreto.
 - Sí, el máximo serían 18 personas.
5. ¿Qué modalidad de acceso tiene dicha clase de gimnasia acuática?
- Abierta.
 - Cerrada.
 - Mixta.
6. ¿Tiene opción exprés la clase de gimnasia acuática?
- Sí.
 - No.
 - Solo existe en modalidad exprés.



7. Según Guerrero, citado por Ginés-Díaz, Cejudo y Sainz de Baranda (2021), ¿a qué velocidad debe oscilar la música utilizada en la clase?
- 135-145 B.P.M.
 - 100-120 B.P.M.
 - 110-130 B.P.M.

En la siguiente franja horaria coinciden usted y una monitora deportiva de salvamento y vigilancia, por lo que le asignan una clase de natación adultos nivel 1 (calle 2) por ausencia de un preparador físico. En dicha clase hay 10 personas inscritas, tres son mayores de 65 años y una está embarazada. Mientras usted imparte la clase, la otra monitora deportiva de salvamento y vigilancia realiza las tareas de socorrismo acuático.

8. Según la Ley 6/2016 de profesiones del deporte, ¿podría como monitor/a deportivo/a impartir la clase?
- Sí, porque se trata de una clase de adultos y no se supera el 50% de personas pertenecientes a poblaciones especiales.
 - No, ya que hay personas pertenecientes a poblaciones especiales, por lo que la clase correspondería a la Preparadora Física / Preparador Físico.
 - Sí, siempre que haya impartido este tipo de clases en los últimos seis meses.
9. ¿Es correcto que las tres personas mayores de 65 años estén inscritas en la clase de categoría adultos?
- Sí, siempre que hayan entregado el documento de “declaración de exención de responsabilidad”.
 - Sí, siempre que hayan pasado entrevista del servicio de ATP.
 - Sí siempre que hayan entregado el documento de “declaración de exención de responsabilidad y hayan pasado entrevista del servicio de ATP.



10. Con respecto a la mujer embarazada inscrita en la clase, según las recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud en el marco de la Organización Mundial de la Salud, señale la correcta a aplicar en la actividad:
- Ejercitar los músculos del suelo pélvico.
 - Se debe comenzar con dosis altas de actividad física, para ir disminuyendo gradualmente su duración, frecuencia e intensidad.
 - A y B son correctas.
11. ¿Qué duración tiene la clase?
- 60 minutos.
 - 30 minutos.
 - 45 minutos.
12. ¿Está en la obligación de informar al alumnado de su titulación?
- Sí, lo establece el reglamento de utilización de instalaciones y servicios deportivos municipales en su artículo 8.
 - No, forma parte de la protección de datos de carácter personal.
 - Sí, lo establece la ley 6/2026 en su artículo 4.

Una vez finalizadas las clases del turno de mañana, y hasta finalizar su jornada tanto usted como la compañera monitora deportiva de salvamento y vigilancia permanecen realizando labores de vigilancia y salvamento.

A las 14:00 se percatan que una mujer, que se encontraba nadando sola a crol en una calle central, de repente se queda inmóvil en flotación de medusa en mitad de la calle en la superficie. Una vez activado el protocolo, avisado por el walkie, decide entrar al agua por el borde de la misma calle donde se encuentra la persona accidentada, con el brazo de rescate. Mientras, su compañera permanece fuera asegurando la zona y vigilando al resto de usuarios. En función de lo descrito:



13. ¿Qué tipo de víctima sería?

- a. Víctima consciente.
- b. Víctima inconsciente.
- c. Víctima con sospecha de lesión medular.

14. ¿Qué técnica utilizará para entrar al agua?

- a. Paso de gigante.
- b. Despacio sin generar oleaje para no agravar la lesión.
- c. Entrada con control de las vías aéreas.

15. ¿Cómo realizará la aproximación a la víctima?

- a. Sin perder contacto visual con la víctima.
- b. A medida que se acerque al radio de acción de la víctima deberá recuperar el brazo de rescate.
- c. A y B son correctas.

16. Encontrándose de frente a la víctima, ¿qué técnica utilizará?

- a. Girar a la víctima a la vez que tracciona de ella para colocarla sobre el brazo de rescate.
- b. Torno.
- c. Pinza de bíceps.

17. ¿Cómo realizará la extracción de la persona accidentada?

- a. Mediante el tablero espinal, previamente fijada al mismo con las cinchas y el inmovilizador de cabeza.
- b. De las extremidades superiores de la víctima.
- c. En la escalerilla, al cabo de un tiempo prudencial, la víctima podrá salir por sus propios medios con ayuda.



18. Una vez extraída del agua, ¿cómo colocaría a la víctima para afrontar los siguientes pasos?

- a. En posición tendido supino separándola del bordillo.
- b. En posición tendido prono sobre una colchoneta.
- c. En una silla, preferentemente de ruedas por si hubiera que evacuarla.

Una vez colocada la persona accidentada según lo respondido en la pregunta anterior, indique los siguientes pasos a seguir según el Protocolo del Consejo Europeo de Resucitación (E.R.C.) 2025 para el soporte vital básico.

19. Una vez comprobado que la persona accidentada está inconsciente, ¿Cuál sería la secuencia de actuación correcta según el Protocolo del Consejo Europeo de Resucitación (E.R.C.) 2025 para el soporte vital básico?

- a. En primer lugar comprobar si respira y a continuación llamar a los servicios de emergencia.
- b. En primer lugar llamar a los servicios de emergencia y a continuación comprobar si respira.
- c. En primer lugar colocar en posición lateral de seguridad y a continuación comprobar si respira.

20. ¿Cómo comprobaría la respiración de la víctima?

- a. Abriendo la vía aérea, colocando una mano sobre la frente y con la otra tirando del mentón hacia arriba.
- b. En posición lateral de seguridad, acercándose a su boca para comprobar si exhala.
- c. Con una mano sobre el pecho para comprobar si éste se expande.



Una vez realizada la comprobación se da cuenta que la víctima no respira.

21. Señale la respuesta falsa respecto a las compresiones torácicas a realizar a la persona accidentada.

- a. Se deben colocar los hombros en posición vertical sobre el pecho de la víctima.
- b. Las compresiones deben realizarse orientadas hacia el lado izquierdo del tórax, ya que el corazón se encuentra a la izquierda del esternón.
- c. Se debe colocar el talón de la mano en la mitad inferior del esternón (en el centro del pecho) y el talón de la otra mano sobre la primera entrelazando los dedos.

22. ¿Cuál sería la ratio compresiones / insuflaciones para este tipo de víctima?

- a. 30 / 2.
- b. 15 / 2.
- c. 5 / 1.

23. ¿A qué ritmo se deben realizar las compresiones?

- a. Entre 60-90 compresiones por minuto para asemejarlo a la frecuencia cardiaca en reposo.
- b. Entre 150 y 180 compresiones por minuto.
- c. Entre 100 y 120 compresiones por minuto.



Un familiar de la víctima se acerca y le indica que la mujer accidentada se encuentra embarazada, aunque de pocas semanas. La compañera llega con el D.E.S.A. (Desfibrilador Semi-Automático), pero está muy nerviosa y nunca ha visto un desfibrilador por lo que no se encuentra en condiciones de actuar.

24. ¿Es adecuado usar el D.E.S.A. con este tipo de víctima?
- No se recomienda usar el D.E.S.A. en mujeres embarazadas.
 - Sí.
 - Sí, pero se deberán usar los parches pediátricos.
25. En caso de usar el D.E.S.A., ¿en qué momento se deben colocar los parches?
- Siempre una vez acabado el ciclo de compresiones, durante las insuflaciones.
 - Lo antes posible, en la medida de lo posible sin interrumpir la R.C.P. si hay más de un reanimador.
 - Pasados 5 minutos de R.C.P.
26. Teniendo en cuenta la situación, señale la falsa respecto a la utilización del D.E.S.A.
- Se debe secar el pecho de la persona accidentada.
 - Asegurarse que la persona accidentada no se encuentra sobre el agua.
 - Al tratarse de una mujer no se le debe quitar el bañador para no dejar al descubierto los pechos.
27. Si al colocar los parches y encender el D.E.S.A., una vez analizado el ritmo cardiaco, éste nos indica que “no se aconseja descarga”:
- Significa que no se han colocado los parches de forma correcta, por lo que se deben recolocar y reiniciar el D.E.S.A.
 - Se debe continuar la R.C.P.
 - Indica que la persona accidentada ha salido de la parada cardiaca.



Finalmente, después de todas las actuaciones la persona accidentada recupera la consciencia, y es trasladada por los servicios de emergencia al hospital. Gracias a su actuación ha podido sobrevivir, y el personal sanitario le indica que seguramente no queden secuelas por la rápida actuación.

Vuelve a su puesto junto a su compañera, que ya se encuentra mucho más tranquila, la cual empieza a comerse una mandarina. Al poco rato observa que empieza a hacer aspavientos y a señalarse la garganta porque se ha atragantado con un gajo, no pudiendo hablar.

28. ¿Qué haría en primer lugar?

- a. Animarla a toser.
- b. Comenzar la R.C.P.
- c. Intentar sacar el gajo con los dedos.

29. Si ve que el paso anterior no funciona, ¿qué haría?

- a. Continuar con la RCP.
- b. 5 golpes interescapulares, inclinando a la víctima hacia delante.
- c. Rodear a la víctima con los brazos y colocar la mano cerrada (un puño) justo por encima del ombligo, con la otra mano por encima y realizar 5 compresiones rápidas y vigorosas, hacia arriba y hacia adentro del abdomen (Maniobra de Heimlich).



30. Viendo que el paso anterior tampoco ha funcionado, ¿qué haría?

- a. Continuar con la R.C.P.
- b. 5 golpes interescapulares, inclinando a la víctima hacia delante.
- c. Rodear a la víctima con los brazos y colocar la mano cerrada (un puño) justo por encima del ombligo, con la otra mano por encima y realizar 5 compresiones rápidas y vigorosas, hacia arriba y hacia adentro del abdomen (Maniobra de Heimlich).



TRIBUNAL CALIFICADOR PRUEBAS SELECTIVAS
MONITOR/A DEPORTIVO/A DE SALVAMENTO Y
VIGILANCIA DEL AYUNTAMIENTO DE MADRID (TURNO
LIBRE 2023)
AYUNTAMIENTO DE MADRID

MADRID
TAL&NTO