



Tubing o deslizamiento en cámaras: Requisitos de Seguridad para las Actividades



Tubing implica flotar río hacia abajo u otra superficie de agua en un tubo o cámara circular con la forma de una “dona”. Tubing es popular como una actividad placenteramente relajante (en aguas que se mueven lentamente) o como una actividad recreacional de aventura en ríos de curso rápido. Como una precaución de seguridad, considere que los estos tubos circulares ocasionalmente se vuelcan, provocando la caída al agua del ocupante cuando ellos viajan en rápidos o a través de algunas aguas revueltas. Como generalmente la actividad suele ser de un trayecto en una dirección (no ida y vuelta), cerciórese de obtener transporte desde el sitio final donde lo deja el tubo circular. Si participa en un tubing con lancha rápida, cerciórese de adoptar todas las precauciones de seguridad que cumplen los lineamientos de seguridad de los botes pequeños.

Precaución: Las niñas no están autorizadas a operar botes motorizados sin la autorización del concilio.

Sepa a dónde ir a practicar tubing. Lagos o ríos. Contacte a su concilio de Girl Scouts para que le sugieran sitios. También, [River Tubing USA](#) provee una lista de sitios para practicar tubing en Estados Unidos y Canadá.

Incorpore niñas con discapacidades. Comuníquese con las niñas con discapacidades y o con sus tutores para evaluar cualquier necesidad y preparativos.

Equipamiento para Tubing

Equipo básico

- Traje de baño de una pieza (menos incómodo que dos piezas)
- Sandalias con puntera cerrada y correa para el tobillo (no ojotas).
- Protector solar con factor de protección 15 como mínimo
- Toalla de playa
- Muda de ropa seca y anteojos de sol para después de la actividad

Equipamiento especializado

- Las participantes deben usar un chaleco salvavidas aprobado por la Guardia Costera de Estados Unidos (se recomienda de Tipo III) que se ciña a las especificaciones para peso y altura. Inspeccione los chalecos salvavidas para cerciorarse que estén en buenas condiciones y no tengan rasgaduras. Lea [aquí](#) sobre chalecos salvavidas de la Guardia Costera.
- Se recomienda un traje de neoprene cuando la temperatura del agua es inferior a los 70 grados Fahrenheit
- Cámara (tubo)
- Cubierta para la cámara (opcional)
- Al menos un elemento de flotación portátil que pueda ser levantado o arrastrado (Tipo IV, almohadón o anillo flotante o su equivalente) debe estar inmediatamente disponible para cada grupo que se embarque.

Prepárese para el Tubing

- Comuníquese con el concilio y los padres.** Informe al concilio de Girl Scouts 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. Siga los procedimientos del concilio sobre la aprobación de la actividad, certificados de aseguración, y lineamientos del concilio sobre los exámenes generales de salud de las niñas. Haga los preparativos con anticipación para el transporte y confirme los planes antes de la partida.
- Las niñas planean la actividad.** Teniendo en cuenta el nivel de capacidad con relación a la edad, aliente a las niñas a adoptar un papel de liderazgo activo en la organización de los detalles de la actividad.
- Prepare el transporte y la tarea de supervisión.** Un adulto se encuentra en el tubo que lidera; otro adulto sigue en otro tubo. El que lidera percibe los peligros y los rápidos. La relación aconsejada entre adultos y niñas 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

- Verifique la experiencia y conocimientos del instructor.** Un adulto debe tener certificación de American Red Cross Small Craft Safety, módulo Moving Water o experiencia en enseñanza y/o supervisión de actividades de tubing.
- Asegúrese de que las participantes sepan nadar.** Las habilidades para nadar de las participantes deben estar clasificadas y claramente identificadas (eventualmente, bandanas de color pueden identificar a las nadadoras 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. Consulte con su concilio de Girl Scouts para orientación adicional.
- Todas las participantes deben recibir entrenamiento antes de comenzar.** Las niñas reciben instrucción de cómo flotar en rápidos, cómo respirar cuando se nada en rápidos y cómo nadar a la costa. En cada tubo hay una única persona, y los tubos están atados juntos. Evite las sogas colgantes y largas que se pueden trabar en obstáculos.
- Evalúe la dificultad del río.** Nunca vaya en aguas turbulentas o que no fueron evaluadas. Las aguas no deben superar la dificultad de Clase II, como lo define la versión americana de [International Scale of River Difficulty](#). Esté alerta ante posibles cambios en el nivel del río y sus efectos en el grado de dificultad de las aguas. La American Whitewater proporciona un listado: [National Whitewater Inventory](#).
- Respete el medio ambiente.** Asegúrese que la actividad cumple con los códigos señalados en [Safety Code of American Whitewater](#).
- Prepárese para emergencias.** De no haber un guardavidas en servicio, debe estar presente un adulto con experiencia y/o certificación en rescate y reanimación; por lo menos un adulto debe tener un certificado o experiencia equivalente en seguridad en botes pequeños (una persona puede tener ambas calificaciones). Cerciórese de la presencia de un equipo de primeros auxilios impermeable, y de la presencia de un socorrista con certificación en primeros auxilios, incluyendo el CPR o CPR/AED para adultos y niños, quien estará preparado para manejar condiciones de semiahogados, hipotermia por inmersión y quemaduras de sol. Si alguna parte de la actividad está localizada a 30 minutos o más de los servicios médicos de emergencia más cercanos, asegúrese de contar con la presencia de un socorrista con primeros auxilios para Áreas Desiertas o Remotas. Lea *Información Fundamental para Voluntarios* (el título en inglés es *Volunteer Essentials*) para más información sobre estándares y entrenamiento para primeros auxilios.

- ❑ **Recopile contactos claves.** Confeccione 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 del concilio para fijar en un lugar de fácil acceso.

El día de la práctica de Tubing

- ❑ **Obtenga un informe meteorológico.** Nunca practique el deporte en un día tormentoso. En el día de la actividad, visite www.weather.com u otra fuente confiable que evalúe las condiciones meteorológicas, la temperatura del agua y las condiciones del río y el oleaje. Si el tiempo impide el viaje, debe estar preparado para otro plan o una actividad alternativa.
- ❑ **Cuidar las pertenencias.** No dejar pertenencias sin vigilancia en lugares públicos.
- ❑ **Emplee el sistema de parejas.** Las niñas están divididas en equipos de dos. Cada niña elige a una pareja y es responsable de permanecer con ella en todo momento, alertándola de peligros, dándole asistencia inmediata si fuese posible, 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.
- ❑ **Esté preparado para la posibilidad de una tormenta o relámpagos.** En el caso en que se produzca una tormenta, busque un refugio alejado de los objetos altos (incluidos árboles, puentes y postes eléctricos). Establezca el punto más bajo en un área abierta. Siéntese 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.

Sitios Web sobre Tubing

- **American Whitewater:** www.americanwhitewater.org
- **River Tubing USA:** www.rivertubing.info
- **Whitewater Rescue Institute:** www.whitewaterrescue.com

Lo que las niñas deben saber

- **Conocer la corriente del río.** Tenga cuidado de dónde rueda con el tubo. Si las aguas son rápidas, la corriente la puede tomar por sorpresa. No se salga del tubo donde las aguas son más rápidas.
- **Conviértanse en verdaderas exploradoras** Organicen un juego de exploración donde las niñas buscan rocas de formas bellas como gemas, y van en busca de cavernas o plantas.

La jerga de Tubing

- **Aquifer:** Una capa de rocas subterráneas o arena que transporta agua.
- **Swallet hole:** Un agujero en la tierra por donde un arroyo se comunica con un acuífero subterráneo.