4021 - Primers auxilis i patologies de l'activitat física i l'esport

Curs acadèmic: 2026-27
Facultat: Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya - Barcelona
Titulació: Grau en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport
Matèria: Activitat física i qualitat de vida **Tipus matèria:** Obligatòria
Tipus assignatura: Obligatòria
Departament: Salut i Ciències Aplicades
Idiomes: Català
Curs: 3r **Semestre:** 6è
Crèdits ECTS matèria: 16
Crèdits ECTS assignatura: 6

Configuració de l'assignatura

Crèdits ECTS teoria: 4 **Grups teoria:** 2
Crèdits ECTS pràctica: 2 **Grups pràctica:** 4
Hores de docència setmanal: 4,5

Hores de dedicació de l'alumnat

Presencials: 60
Treballs dirigits: 45
Treball autònom: 45

Professorat

Nom	Coordinador	Crèdits	Correu electrònic
Silvia Aranda Garcia	Sí	5,5	saranda@gencat.cat
Marc Darné Segura	No	1,5	marcdarnes@gencat.cat

Competències bàsiques

1. Que els estudiants hagin demostrat posseir i comprendre coneixements en un àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, i se sol trobar a un nivell que, si bé es recolza en llibres de text avançats, inclou també alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del seu camp d'estudi.
2. Que els estudiants sàpiguen aplicar els seus coneixements al seu treball o vocació d'una forma professional i posseeixin les competències que solen demostrar-se per mitjà de l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes dins de la seva àrea d'estudi.
3. Que els estudiants tinguin la capacitat de reunir i interpretar dades rellevants (normalment dins de la seva àrea d'estudi) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes rellevants d'índole social, científica o ètica.
4. Que els estudiants puguin transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic tant especialitzat com no especialitzat.
5. Que els estudiants hagin desenvolupat aquelles habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un alt grau d'autonomia.

Competències generals

1. Compromís ètic (capacitat crítica i autocrítica/capacitat de mostrar actituds coherents amb les concepcions ètiques i deontològiques).
2. Capacitat d'aprenentatge i responsabilitat (capacitat d'anàlisi, de síntesi, de visions globals i d'aplicació dels coneixements a la pràctica/capacitat de prendre decisions i adaptació a noves situacions).
3. Capacitat comunicativa (capacitat de comprendre i d'expressar-se oralment i per escrit en català, castellà i en una tercera llengua, dominant el llenguatge especialitzat/capacitat de buscar, usar i integrar la

informació).
4. Desenvolupar habilitats d'adaptació a noves situacions, resolució de problemes i treball autònom.
5. Desenvolupar habilitats de relació interpersonal i de comunicació.
6. Desenvolupar hàbits d'excel·lència i qualitat en la intervenció professional.
7. Actuar amb ètica i valors professionals.
8. Actuar d'acord amb el context jurídic i organitzatiu de la professió.

Competències específiques

1. Adquirir habilitats motrius i demostrar l'execució de la pràctica de l'activitat física i de l'esport.
2. Reconèixer i comprendre els diferents factors que condicionen l'activitat física i de l'esport.
3. Interpretar els elements, efectes i riscos que condicionen la pràctica de l'activitat física i de l'esport en diferents àmbits professionals.
4. Aplicar els coneixements adquirits en l'activitat física i de l'esport a la pràctica professional.

Recomanacions sobre els coneixements previs per a l'assoliment dels objectius de l'assignatura

Coneixement de l’anatomia i la fisiologia aplicada a l’activitat física i l’esport.

Objectius

- Actuar en situacions que precisen una assistència sanitària immediata. Especialment en situacions d'emergència.
- Adquirir coneixements teoricopràctics, en relació amb les temàtiques que es deriven dels aspectes relacionats amb l'assistència sanitària immediata i els primers auxilis
- Adquirir el coneixement i les habilitats per actuar en cas de mort sobtada realitzant suport vital bàsic amb reanimació cardiopulmonar de qualitat.
- Aprendre a ensenyar primers auxilis en àmbit educatiu o comunitari (escola, institut, centre de lleure, centre esportiu, casal de gent gran...).
- Estar conscienciat en la prevenció de l'ofegament i saber com promoure la prevenció d'accidents.

Continguts

- **Bloc 1: Conceptes bàsics de primers auxilis i assistència sanitària immediata**
- **Bloc 2: Valoració de la víctima i triatge**
- **Bloc 3: Prevenció i conscienciació d’accidents i ofegaments**
- **Bloc 4: Divulgació dels primers auxilis**
- **Bloc 5: Hemorràgies, xoc i ferides**
- **Bloc 6: Obstrucció de la vía aèria i Suport Vital Bàsic**
- **Bloc 7: Lesions per éssers vius**
- **Bloc 8: Accidents tèrmics**
- **Bloc 9: Víctima traumàtica**
- **Bloc 10: Intoxicacions, al·lèrgies i d'altres emergències per patologies amb alteració de consciència i/o respiració**
- **Bloc 11: Farmaciola, aspectes ètics i legals dels primers auxilis**

Activitats formatives

Activitats dirigides

- Estudi de casos
- Seminaris

Classes presencials

- Lliçó Magistral

- Pràctica d'aula

Treball autònom de l'estudiant

- Preparació de temes
- El·laboració d'apunts
- Lectures
- Estudi individual

Activitats d'avaluació

Suport Vital Bàsic amb reanimació cardiopulmonar

Ponderació: 20%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 7
Permet reavaluació: Sí
Nota mínima reavaluació: 0

Objectius associats a l'activitat

- Actuar en situacions que precisen una assistència sanitària immediata. Especialment en situacions d'emergència.
- Adquirir el coneixement i les habilitats per actuar en cas de mort sobtada realitzant suport vital bàsic amb reanimació cardiopulmonar de qualitat.

Conceptes teòrics

Ponderació: 45%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 5
Permet reavaluació: Sí
Nota mínima reavaluació: 0

Objectius associats a l'activitat

- Adquirir coneixements teoricopràctics, en relació amb les temàtiques que es deriven dels aspectes relacionats amb l'assistència sanitària immediata i els primers auxilis
- Adquirir el coneixement i les habilitats per actuar en cas de mort sobtada realitzant suport vital bàsic amb reanimació cardiopulmonar de qualitat.
- Estar conscienciat en la prevenció de l'ofegament i saber com promoure la prevenció d'accidents.

Ensenyament i divulgació dels primers auxilis

Ponderació: 20%
Tipus: Grupal
Nota mínima per a fer mitjana: 3,5
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Objectius associats a l'activitat

- Aprendre a ensenyar primers auxilis en àmbit educatiu o comunitari (escola, institut, centre de lleure, centre esportiu, casal de gent gran...).
- Estar conscienciat en la prevenció de l'ofegament i saber com promoure la prevenció d'accidents.

Cas pràctic en primers auxilis

Ponderació: 15%
Tipus: Individual o grupal
Nota mínima per a fer mitjana: 3,5
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Objectius associats a l'activitat

- Actuar en situacions que precisen una assistència sanitària immediata. Especialment en situacions d'emergència.
- Adquirir coneixements teoricopràctics, en relació amb les temàtiques que es deriven dels aspectes relacionats amb l'assistència sanitària immediata i els primers auxilis

Participació/assistència en congressos internacionals de l'àmbit de l'assignatura (exemple: Congres ERC...)

Ponderació: 5%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 5
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Nota únicament aplicable per pujar nota, i no per aprovar l'assignatura.

Objectius associats a l'activitat

- Adquirir coneixements teoricopràctics, en relació amb les temàtiques que es deriven dels aspectes relacionats amb l'assistència sanitària immediata i els primers auxilis

Requisits avaluació continuada (específics)

L'assignatura de *Primers auxilis i patologies en l'activitat física i l'esport* és una assignatura amb sessions teòriques i pràctiques. A l'inici del semestre es proporcionarà un cronograma amb la distribució dels continguts i proves d'avaluació durant l'assignatura.

De les 5 proves d'avaluació, és obligatori fer-ne 3 (SVB, conceptes teòrics, cas pràctic). La prova d'avaluació de *conceptes teòrics* pot ser distribuida en diferents qüestionaris/exàmens escrits al llarg del curs. En les avaluacions de *conceptes teòrics* i de *suport vital bàsic amb reanimació cardiopulmonar* és imprescindible aprovar amb un 5 com a mínim per aprovar l'assignatura. Quan l'estudiant suspèn aquestes proves amb una nota de entre 3,5 i 4,9 podrà reavaluar-lo optant a una avaluació ampliada.

Totes les proves d'avaluació són indidivuals, a excepció de la d'*Ensenyament i divulgació dels primers auxilis*, que es fa en grup, i els casos pràctics que poden ser grupals.

L'alumnat pot optar a un 5% de nota addicional (0,5 punts sobre 10) mitjançant l'acreditació de la participació/assistència a un congrés internacional relacionat amb l'assignatura. Dit 5% és aplicable únicament per pujar nota final de l'assignatura d'estudiants que tenen aprovada l'assignatura (no s'aplicarà per aconseguir l'aprovat). La professora titular de l'assignatura determinarà quina participació/assistència es comptabilitza dins de l'avaluació.

Condicions específiques si l'alumnat no pot fer pràctiques o una activitat d'avaluació

Les pràctiques són d'assistència obligatòria. Es permet una absència del 20% de les classes pràctiques.

Les proves d'avaluació (teòriques, pràctiques, treballs) s'han d'anar fent al llarg del semestre en la data estipulada al Moodle i la presentació d'assignatura. És obligatori fer cada avaluació en la data establerta.

Una prova d'avaluació teòrica es fa a la data estipulada al calendari oficial d'examens.

Requisits avaluació única

Activitats i criteris de qualificació de l'avaluació única específics a l'assigntura

- Activitat d'avaluació A: Examen pràctic de Suport Vital Bàsic. Ponderació del 20%. Data oficial d'examen pràctic.
- primers auxilis.
- Activitat d'avaluació B: Examen pràctic de casos clínics. Ponderació del 20%. Data oficial d'examen pràctic.
- Activitat d'avaluació C: Examen de conceptes teòrics. Ponderació 60%. Data oficial d'examen teòric.

Per aprovar la part pràctica és imprescindible assistir a dos de les sessions pràctiques de primers auxilis. Han de ser les sessions de valoració de la víctima i la sessió de suport vital bàsic (veure dates al Moodle o presentació de l'assignatura).

És necessari tenir un mínim de 5 a les proves d'avaluació A i C per poder aprovar l'assignatura. Addicionalment, és imprescindible que l'estudiant aprovi amb un 5 l'examen pràctic de suport vital bàsic i tregui un mínim d'un 70% a l'efectivitat de la reanimació cardiopulmonar.

REAVALUACIÓ. Les activitats d'avaluació A i C són reavaluables. L'activitat d'avaluació B no és reavaluable.

Bibliografia i altres recursos

Aranda-García, S. (2021). Out-of-hospital cardiac arrest attended by the sports professional: Recommendations for intervention and training in coexistence with COVID-19. *Apunts Sports Medicine*, *56*(210), 100351. https://doi.org/10.1016/j.apunsm.2021.100351

Aranda-García, S., Carballo-Fazanes, A., Otero-Agra, M., Fernández-Méndez, M., Barcala-Furelos, M., & Barcala-Furelos, R. (2022). Comparación de la calidad en la ventilación de socorristas nóveles y veteranos. Un estudio piloto de simulación. *Revista de Investigación En Actividades Acuáticas*, *6*(11), 37–43. https://doi.org/10.21134/RIAA.V6I11.1646

Aranda-García, S., & Herrera-Pedroviejo, E. (2020). Quick Rescue self-inflating flotation device for rescuing sea swimmers in distress versus conventional tube or buoy rescues. *Emergenciasâ€¯: Revista de La Sociedad Espanola de Medicina de Emergencias*, *32*(2), 105–110. http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32125109

Aranda-García, S., Herrera-Pedroviejo, E., & Abelairas-Gómez, C. (2019). Basic Life-Support Learning in Undergraduate Students of Sports Sciences: Efficacy of 150 Minutes of Training and Retention after Eight Months. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *16*(23), 4771. https://doi.org/10.3390/ijerph16234771

Aranda-García, S., Herrera-Pedroviejo, E., & Palacios-Aguilar, J. (2022). Cómo enseñar a salvar vidas en la clase de educación física. *EmásF. Revista Digital de Educación Física*, *74*, 5–12.

Barcala-Furelos, R., Aranda-García, S., Abelairas-Gómez, C., Martínez-Isasi, S., López-Mesa, F., Oleagordia-Aguirre, A., Palacios-Aguilar, J., & Szpilman, D. (2020). [Occupational health recommendations for lifeguards in aquatic emergencies in the Covid-19 era: prevention, rescue and resuscitation.]. *Revista Espanola de Salud Publica*, *94*(30 junio), e1-17. https://www.mscbs.gob.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/resp/revista_cdrom/VOL94/C_ESPECIALES

/RS94C_202006074.pdf

Barcala-Furelos, R., Aranda-García, S., García, S., & Szpilman, D. (2021). Atención prehospitalaria en el ahogamiento. Novedades y actualización de la evidencia científica 2021. *Zona TES*, *10*(2).

Barcala-Furelos, R., Barcala-Furelos, M., Cano-Noguera, F., Otero-Agra, M., Alonso-Calvete, A., Martínez-Isasi, S., Aranda-García, S., López-García, S., & Rodríguez-Núñez, A. (2022). A Comparison between Three Different Techniques Considering Quality Skills, Fatigue and Hand Pain during a Prolonged Infant Resuscitation: A Cross-Over Study with Lifeguards. *Children (Basel, Switzerland)*, *9*(6), 910. https://doi.org/10.3390/children9060910

Barcala-Furelos, R., González-Salvado, V., Aranda-García, S., & Rodríguez-Núñez, A. (2021). Cardiac arrest during broadcasted football match: The drama and the opportunity. *Resuscitation*. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2021.07.016

Barcala-Furelos, R., Szpilman, D., Palacios-Aguilar, J., Costas-Veiga, J., Abelairas-Gomez, C., Bores-Cerezal, A., López-García, S., & Rodríguez-Nuñez, A. (2016). Assessing the efficacy of rescue equipment in lifeguard resuscitation efforts for drowning. *American Journal of Emergency Medicine*, *34*(3), 480–485. https://doi.org/10.1016/j.ajem.2015.12.006

Bierens, J., Abelairas-Gomez, C., Barcala Furelos, R., Beerman, S., Claesson, A., Dunne, C., Elsenga, H. E., Morgan, P., Mecrow, T., Pereira, J. C., Scapigliati, A., Seesink, J., Schmidt, A., Sempsrott, J., Szpilman, D., Warner, D. S., Webber, J., Johnson, S., Olasveengen, T., … Perkins, G. D. (2021). Resuscitation and emergency care in drowning: A scoping review. *Resuscitation*, *162*, 205–217. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2021.01.033

CCR | Consell Català de Ressuscitació. (n.d.). Retrieved July 11, 2022, from https://ccr.cat/

Cegolon, L., Heymann, W. C., Lange, J. H., & Mastrangelo, G. (2013). Jellyfish stings and their management: A review. *Marine Drugs*, *11*(2), 523–550. https://doi.org/10.3390/md11020523

Connolly, J. (2022). *Why swimmers drown: open water drowning survival guidelines for swimmers* (J. Connolly (Ed.)). Peridis Publishing.

ERC | Bringing resuscitation to the world. (n.d.). Retrieved July 11, 2022, from https://www.erc.edu/

González-Salvado, V., Fernández-Méndez, F., Barcala-Furelos, R., Peña-Gil, C., González-Juanatey, J. R., & Rodríguez-Núñez, A. (2016). Very brief training for laypeople in hands-only cardiopulmonary resuscitation. Effect of real-time feedback. *The American Journal of Emergency Medicine*, *34*(6), 993–998. https://doi.org/10.1016/j.ajem.2016.02.047

González, F., Palacios-Aguilar, J., Barcala-Furelos, R., & Oleagordia, A. (n.d.). *Primeros auxilios y socorrismo acuático. Prevención e intervención*. Ediciones Paraninfo.

Gräsner, J. T., Herlitz, J., Tjelmeland, I. B. M., Wnent, J., Masterson, S., Lilja, G., Bein, B., Böttiger, B. W., Rosell-Ortiz, F., Nolan, J. P., Bossaert, L., & Perkins, G. D. (2021). European Resuscitation Council Guidelines 2021: Epidemiology of cardiac arrest in Europe. *Resuscitation*, *161*, 61–79. https://doi.org/10.1016/J.RESUSCITATION.2021.02.007

Greif, R., Lockey, A., Breckwoldt, J., Carmona, F., Conaghan, P., Kuzovlev, A., Pflanzl-Knizacek, L., Sari, F., Shammet, S., Scapigliati, A., Turner, N., Yeung, J., & Monsieurs, K. G. (2021). European Resuscitation Council Guidelines 2021: Education for resuscitation. *Resuscitation*, *161*, 388–407. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2021.02.016

IDRA – International Drowning Research Alliance. (n.d.). Retrieved March 28, 2021, from http://idra.world/

Inicio - CERCP. (n.d.). Retrieved July 11, 2022, from https://www.cercp.org/

Lott, C., TruhláÅ™, A., Alfonzo, A., Barelli, A., González-Salvado, V., Hinkelbein, J., Nolan, J. P., Paal, P., Perkins, G. D., Thies, K.-C., Yeung, J., Zideman, D. A., Soar, J., Khalifa, G. E. A., Álvarez, E., Barelli, R., Bierens, J. J. L. M., Boettiger, B., Brattebø, G., … Schmitz, J. (2021). European Resuscitation Council Guidelines 2021: Cardiac arrest in special circumstances. *Resuscitation*, *161*, 152–219. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2021.02.011

Moncho, À., & Serra, M. (2011). *Principis bàsics de primers auxilis. Eines per a la formació de tècnics*.

Olasveengen, T. M., Semeraro, F., Ristagno, G., Castren, M., Handley, A., Kuzovlev, A., Monsieurs, K. G., Raffay, V., Smyth, M., Soar, J., Svavarsdottir, H., & Perkins, G. D. (2021). European Resuscitation Council Guidelines 2021: Basic Life Support. *Resuscitation*, *161*, 98–114. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2021.02.009

Palacios-Aguilar, J., Barcala-Furelos, R., Szpilman, D., & Aranda-García, S. (2020). *Servicios de Socorrismo: adaptaciones en prevención, rescate y primeros auxilios frente a COVID-19 (informe Bandera Azul)*. http://www.banderaazul.org/sites/default/files/2020/1-ADEAC_Servicios de socorrismo-Adaptaciones frente a COVID19.pdf

Perkins, G. D., Graesner, J., Semeraro, F., Olasveengen, T., Soar, J., Lott, C., Van de Voorde, P., Madar, J., Zideman, D., Mentzelopoulos, S., Bossaert, L., Greif, R., Monsieurs, K., Svavarsdóttir, H., Nolan, J. P., & European Resuscitation Council Guideline Collaborators. (2021). European Resuscitation Council Guidelines 2021: Executive summary. *Resuscitation*, *161*, 1–60. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2021.02.003

Ruibal-Lista, B., Aranda-García, S., López-García, S., Prieto, J. A., del Castillo-Obeso, M., & Palacios-Aguilar, J. (2019). [Effect of 45-minute CPR Training on Future Physical Education Teachers]. *Apunts. Educación Física y Deportes*, *138*((oct-dic)), 62–71. https://doi.org/https://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2019/4).138.05

Sánchez-Lloria, P., Barcala-Furelos, R., Otero-Agra, M., Aranda-García, S., Cosido-Cobos, Ó., Blanco-Prieto, J., Muñoz-Barús, I., & Rodríguez-Núñez, A. (2022). [Descriptive analysis of triggers, outcomes and the response of the health systems of child drowning in Galicia (Spain). A 17-year retrospective study]. *Revista Espanola de Salud Publica*, *96*. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35771134/

Semeraro, F., Greif, R., Böttiger, B. W., Burkart, R., Cimpoesu, D., Georgiou, M., Yeung, J., Lippert, F., S Lockey, A., Olasveengen, T. M., Ristagno, G., Schlieber, J., Schnaubelt, S., Scapigliati, A., & G Monsieurs, K. (2021). European Resuscitation Council Guidelines 2021: Systems saving lives. *Resuscitation*, *161*, 80–97. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2021.02.008

Silvia Aranda-García PhD (@silviaaranda46) / Twitter. (n.d.).

Soar, J., Böttiger, B. W., Carli, P., Couper, K., Deakin, C. D., Djärv, T., Lott, C., Olasveengen, T., Paal, P., Pellis, T., Perkins, G. D., Sandroni, C., & Nolan, J. P. (2021). European Resuscitation Council Guidelines 2021: Adult advanced life support. *Resuscitation*, *161*, 115–151. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2021.02.010

Sobrasa – Sociedade Brasileira de Salvamento Aquatico. (n.d.). Retrieved July 11, 2022, from https://www.sobrasa.org/

Sociedad Española de Medicina de Urgencias y Emergencias - SEMES. (n.d.). Retrieved July 11, 2022, from https://www.semes.org/

Szpilman, D., Bierens, J. J. L. M., Handley, A. J., & Orlowski, J. P. (2012). Drowning. *The New England Journal of Medicine*, *366*(22), 2102–2110. https://doi.org/10.1056/NEJMra1013317

Szpilman, D., de Barros Oliveira, R., Mocellin, O., & Webber, J. (2018). Is drowning a mere matter of resuscitation? *Resuscitation*, *129*, 103–106. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2018.06.018

Szpilman, D., Sempsrott, J., Webber, J., Hawkins, S. C., Barcala-Furelos, R., Schmidt, A., & Queiroga, A. C. (2018). "Dry drowning" and other myths. *Cleveland Clinic Journal of Medicine*, *85*(7), 529–535. https://doi.org/10.3949/ccjm.85a.17070

Szpilman, D., & Soares, M. (2004). In-water resuscitation—is it worthwhile? *Resuscitation*, *63*(1), 25–31. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2004.03.017

Szpilman, D., Webber, J., Quan, L., Bierens, J., Morizot-Leite, L., Langendorfer, S. J., Beerman, S., & Løfgren, B. (2014). Creating a drowning chain of survival. *Resuscitation*, *85*(9), 1149–1152. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2014.05.034

Thim, T., Krarup, N. H. V., Grove, E. L., Rohde, C. V., & Lofgren, B. (2012). Initial assessment and treatment with the Airway, Breathing, Circulation, Disability, Exposure (ABCDE) approach. *International Journal of General*

Medicine, *5*, 117–121. https://doi.org/10.2147/IJGM.S28478

Van de Voorde, P., Turner, N. M., Djakow, J., de Lucas, N., Martinez-Mejias, A., Biarent, D., Bingham, R., Brissaud, O., Hoffmann, F., Johannesdottir, G. B., Lauritsen, T., & Maconochie, I. (2021). European Resuscitation Council Guidelines 2021: Paediatric Life Support. *Resuscitation*, *161*, 327–387. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2021.02.015

World Health Organization. (2014). Global report on drowning: preventing a leading killer. In *World Health Organization*. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/143893/1/9789241564786_eng.pdf?ua=1&ua=1%0Ahttp://www.who.int/violence_injury_prevention/global_report_drowning/en/

World Health Organization. (2017). *Preventing drowning: an implementation guide*. World Health Organization. https://www.who.int/publications/i/item/preventing-drowning-an-implementation-guide

World Health Organization. (2022). *Preventing drowning. Practical guidance for the provision of day-care, basic swimming and water safety skills, and safe rescue and resuscitation training*. https://www.who.int/publications/i/item/9789240046726

Zideman, D. A., Singletary, E. M., Borra, V., Cassan, P., Cimpoesu, C. D., De Buck, E., Djärv, T., Handley, A. J., Klaassen, B., Meyran, D., Oliver, E., & Poole, K. (2021). European Resuscitation Council Guidelines 2021: First aid. *Resuscitation*, *161*, 270–290. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2021.02.013