

El que se Ahoga no parece Ahogarse



Documento Revisado por SEAL Chile.

Alejandro Vilches Astudillo
Director Docente
Salvamento y Rescate
Guardavidas SEAL Chile
Full Member ILSF



Mario on August 29, 2010

[Boating Safety, Water Safety](#)

Traducción al español revisada por Luis Miguel Pascual, Director Técnico de la [Escuela Segoviana de Socorrismo.](#))

El nuevo capitán saltó desde la cubierta, completamente vestido y esprintó en el agua. Como antiguo Socorrista, mantuvo los ojos en la víctima mientras se dirigía directamente hacia una pareja que nadaba entre su lancha fondeada y la playa. “Me parece que piensa que te estás ahogando”, dijo el marido a su esposa. Habían estado jugando a mojarse entre sí, y habían gritado, pero ahora estaban de pie, parados en el fondo de arena con el agua hasta el cuello. “Estamos bien, ¿qué está haciendo?” Le preguntó, un poco molesta la mujer a su marido. “¡Estamos bien!” gritó el marido agitando los brazos, pero el capitán continuó nadando con fuerza. “¡Muévetel!” ladró mientras pasaba entre la aturdida pareja. Justo detrás de ellos, apenas a tres metros, su hija de nueve años se estaba ahogando. A salvo, en los brazos del capitán, ya con la cabeza fuera del agua, la niña estalló en llanto y grito “¡Papá!”.

¿Cómo supo este capitán, desde una distancia de quince metros, lo que el padre no pudo reconocer a tan sólo tres? El ahogamiento no es como la gente piensa. No involucra violencia ni drama, ni salpicaduras frenéticas, ni los gritos de ayuda que la mayoría de la gente espera. El capitán había recibido entrenamiento y tenía años de experiencia para reconocer a una persona en proceso de ahogarse. El padre, por el contrario, había aprendido como las personas aparentan ahogarse mirando la televisión. Si usted pasa algún tiempo en o cerca del agua (y eso se aplica a todos nosotros) entonces

debe asegurarse de que tanto usted como sus acompañantes saben como reconocer las señales de alarma siempre que alguien esta en el agua. Hasta que la niña gritó entre lágrimas: “Papá”, no había hecho el menor ruido. Como ex-nadador de rescate de la Guardia Costera de los Estados Unidos, no me sorprendió en absoluto esta historia. El ahogamiento es casi siempre un acontecimiento “decepcionantemente” silencioso. Los gestos, salpicaduras y gritos asociados al condicionamiento que las largas horas de televisión y cine nos han inculcado que debemos buscar, raramente suceden en la vida real.

La Respuesta Instintiva de Ahogamiento (RIDA) llamada así por el doctor Francesco A. Pia, es lo que hacen las personas para evitar la asfixia real o percibida en el agua. Y no es como la mayoría de la gente espera. Hay muy pocas salpicaduras, no hay brazos agitándose, ni gritos o llamadas de auxilio de ningún tipo. Para tener una idea de lo silencioso y poco dramático que puede ser el proceso de ahogamiento visto desde la superficie, considere esto: es la segunda causa de muerte accidental en niños de 15 años o menos (sólo después de los accidentes de coches) y de los aproximadamente 750 niños que se ahogarán el próximo año en los Estados Unidos, unos 375 de ellos lo harán a menos de 25 metros de un familiar u otro adulto. En el diez por ciento de los ahogamientos, el adulto presenciara la escena, sin percatarse de lo que está pasando (fuente: CDC) porque el proceso de ahogamiento no se ve como tal. El Dr. Pia, en un artículo publicado en la revista de la Guardia Costera estadounidense “On Scene”, describió así la Respuesta Instintiva de Ahogamiento:

1 – Excepto en raras circunstancias, las personas que se ahogan son fisiológicamente incapaces de pedir ayuda. El sistema respiratorio fue diseñado para respirar y el habla es una función secundaria. Se debe respirar antes de poder hablar.

2 – La boca de las personas en riesgo de ahogarse se hunde y reaparece alternativamente sobre la superficie del agua y no permanece por encima de la superficie el tiempo suficiente para exhalar, inhalar, y pedir ayuda. Cuando las vías aéreas de los personas que se ahogan está por encima de la superficie, exhalan e inhalan rápidamente, mientras vuelven a descender por debajo de la superficie del agua.

3 – Las personas en vías de ahogarse no pueden pedir ayuda con movimientos de los brazos. La naturaleza instintiva de la respuesta hace que extiendan los brazos lateralmente y los muevan ejerciendo presión en la superficie del agua para sustentarse. Este empuje permitiría a las víctimas elevar su cuerpo para sacar la boca fuera del agua y poder respirar.

4 – Durante la RIDA, la víctima no puede controlar voluntariamente los movimientos de sus brazos. Debido a esta respuesta fisiológica, las personas que están luchando en la superficie del agua no pueden realizar movimientos voluntarios tales como agitar las manos para pedir ayuda, moverse hacia un rescatador o alcanzar un flotador u otro dispositivo de rescate.

5 – Del principio al fin de la RIDA las víctimas mantienen una posición corporal vertical en el agua sin que haya evidencias de que utilicen las piernas para sustentarse. A menos que sean rescatados por un Socorrista debidamente entrenado, las víctimas sólo puede luchar en la superficie del agua durante 20 a 60 segundos antes de que se sumerjan.

(Fuente: On Scene Magazine, Otoño 2006, pag 14)

Esto no quiere decir que una persona que está gritando por ayuda y agitando los brazos no tenga un problema real, probablemente están experimentando lo que se conoce como Estrés Acuático. No siempre presente antes de la RIDA, el estrés acuático no dura mucho tiempo, pero a diferencia de un ahogamiento real, estas personas pueden ayudar en su propio rescate y son capaces de agarrar cuerdas o un salvavidas.

Preste atención a estos otros signos de ahogamiento cuando las personas están en el agua:

- Cabeza metida en el agua, boca al nivel de la superficie.
- Cabeza inclinada hacia atrás con la boca abierta
- Ojos vidriosos y vacíos, incapaces de enfocar
- Ojos cerrados
- Pelo sobre la frente o los ojos
- No usan las piernas – Vertical
- Hiperventilación o jadeo
- Tratar de nadar en una dirección determinada, pero sin lograr avanzar.
- Tratar de flotar sobre la espalda.
- Movimientos alternativos de brazos y piernas, como si estuviesen subiendo una escalera vertical.

Así que si un miembro de la tripulación cae al agua y todo parece estar bien, no este demasiado seguro. A veces, la indicación más común de que alguien se está ahogando es que no parece que se esté ahogando. Puede parecer como si estuviera andando en el agua y mirando hacia arriba, a la cubierta o la orilla.

¿Cómo estar seguros?. Pregúntele: “¿Estás bien?” Si no es capaz de responder probablemente está en problemas. Si se recibe una mirada inexpresiva, entonces tiene menos de 30 segundos para rescatarlos.

Y para los padres: los niños que juegan en el agua hacen ruido. Cuando estén en silencio, hay que acercarse y averiguar por qué.

Documento Revisado por SEAL Chile.

ALEJANDRO VILCHES ASTUDILLO

Director Docente

Salvamento y Rescate

Guardavidas SEAL Chile