

Afogamento – cadeia de sobrevivência

A cadeia de sobrevivência do afogamento é um passo-a-passo que inclui todas as ações, desde de como evitar o afogamento até o hospital, quando necessário. Como o afogamento envolve principalmente a assistência antes do hospital prestado em um ambiente altamente hostil – a água - e usualmente realizado por leigos sem treinamento, necessita de uma abordagem educativa diferenciada de outras patologias no sentido de reduzir estes dramáticos números.

CADEIA DE SOBREVIVÊNCIA DO AFOGAMENTO



1. Crianças a distancia de um braço mesmo que saibam nadar.
2. Nade onde exista a segurança de guarda-vidas.
3. Restrinja o acesso a piscinas e tanques com uso de cercas.
4. Sempre utilize colete salva-vidas em barcos e esportes com pranchas.
5. Aprenda natação, medidas de segurança na água e primeiros socorros.

Ao ajudar alguém em perigo na água

1. Reconheça o afogamento - banhista incapaz de deslocar-se ou em posição vertical na água com natação errática.
2. Peça a alguém que chame por socorro (193).
3. Observe ou peça a alguém que vigie a vitima dentro da agua, enquanto tenta ajudar.
4. Pare o afogamento - Forneça um flutuador.
5. Tente ajudar sem entrar na água - mantenha sua segurança.
6. Use uma vara ou corda para retirar o afogado.
7. Só entre na água para socorrer se for seguro a você, e use algum material flutuante.

Para sua própria ajuda

1. Se você estiver se afogando, não entre em pânico, acene por socorro e flutue.

1. Se o afogado não estiver respirando, inicie a RCP com ventilação imediatamente.
2. Se houver respiração, permaneça junto ao afogado até a ambulância chegar.
3. Procure hospital se houver qualquer sintoma.

Szpilman D, Webber J, Quan L, Bierens J, Morizot-Leite L, Langendorfer SJ, Beerman S, Løfgren B. Creating a Drowning Chain of Survival. Resuscitation. 2014 Sep;85(9):1149-52.

**“Prevenir é salvar
Educar para não afogar”**



A cadeia é a ferramenta mais importante na educação da redução e mitigação dos afogamentos.

Deve ser utilizada em qualquer idade, variando apenas o conteúdo e a carga horária. Desde de 5 min até um curso completo de guarda-vidas profissional

Trabalho publicado na revista “Resuscitation” (2018) mostra que dentre mais de 1,5 milhões de intervenções realizadas por guarda-vidas do CBMSC em 5 temporadas.

- 99,8% foram PREVENÇÕES,
- 0,2% RESGATES, e
- 0,01% PRIMEIROS SOCORROS.

Prevenção é a ferramenta mais importante e pode evitar 99% dos afogamentos

Saiba mais <sobrasa.org/drowning-chain-of-survival/>

Assista o vídeo <<https://www.youtube.com/watch?v=PtwLv5GLR10>>

Variação de conteúdo conforme idade e competência aquática <sobrasa.org/recomendacao-de-grade-de-conteudos-em-afogamentos-para-a-instrucao/>

Acesse nosso manual gratuito <sobrasa.org/manual-de-emergencias-aquaticas/>