

# Ahogamiento

El ahogamiento es el proceso de sufrir una insuficiencia respiratoria por sumersión o inmersión en un líquido. No todos los ahogamientos son fatales. El ahogamiento fatal ocurre cuando el ahogamiento resulta en la muerte. En el caso del ahogamiento no fatal ocurre cuando una persona sobrevive a un incidente de ahogamiento con una variedad de resultados, desde ninguna lesión hasta lesiones muy graves o discapacidad permanente.

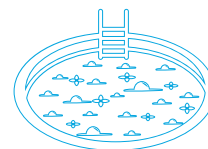
## Factores de riesgo



Falta de barreras físicas entre personas y agua para controlar la exposición a ésta, particularmente cerca de la casa.



Supervisión inadecuada niños pequeños.



Suministros de agua, piscinas o jacuzzi descubiertos o sin protección.



Tener poco conocimiento sobre la seguridad en el agua y las conductas de riesgo como consumir alcohol mientras realiza actividades en el agua.

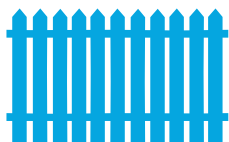


Cruzar cuerpos de agua durante los desastres por inundaciones.

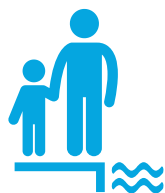


Navegar en embarcación con sobrepeso o con pobre mantenimiento

## Prevención - Cómo reducir la amenaza de ahogamiento



Instale barreras para controlar el acceso al agua



Los adultos deben proveer supervisión cercana a los niños pequeños.



Conozca las regulaciones de navegación si está autorizado para manejar una embarcación.



Rotulación adecuada de los cuerpos de agua peligrosos.



Mejorar las destrezas de natación y seguridad en el agua.



Aprender medidas de rescate y resucitación.



Los niños, nadadores inexpertos y navegantes deben usar chalecos salvavidas aprobados por la Guardia Costanera.



Siempre nade en una zona vigilada.

# Ahogamiento

## Qué hacer en caso de emergencia en el agua

Una persona que se está ahogando tiene las mayores posibilidades de supervivencia si se siguen estos pasos:

1



Avise al salvavidas, si hay uno presente.

2



Reconozca los signos de una persona en problemas y grite para pedir ayuda.

3



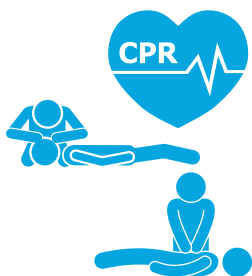
Rescate y retire a la persona del agua (sin ponerse en peligro a usted mismo).

4

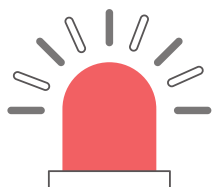


Pídale a alguien que llame a servicios médicos de emergencia. Si está solo, brinde 2 minutos de cuidado con respiración boca a boca y CPR y luego llame a EMS.

## CPR y resucitación boca a boca



- El CPR consiste en una combinación de respiración boca a boca y compresión torácica y está indicada cuando la persona ahogada no tiene pulso y no respira.
- La reanimación boca a boca (también llamada respiración artificial o respiración boca a boca) está indicada cuando la persona ahogada tiene pulso, pero no respira.
- La reanimación cardiopulmonar o boca a boca debe realizarse lo antes posible, ya que el retraso pudiera provoca resultados desgraciados.



## Un nadador necesita ayuda inmediata si:

- No está avanzando en el agua.
- Está vertical en el agua, pero no se puede mover o caminar por el agua.
- Está inmóvil boca abajo en el agua.

En caso de que una persona necesite ayuda, siga las recomendaciones en la sección "Qué hacer en caso de emergencia en el agua".