



NOTA DE PRENSA

Las enfermeras ofrecen recomendaciones para frenar la oleada de ahogamientos que se está produciendo este verano

- **“Estamos muy preocupados. Asistimos a un elevado número de ahogamientos en ríos, pantanos, piscinas o playas y, en la mayor parte de las ocasiones, estos incidentes mortales pueden evitarse. Por ello, pedimos a las familias que no bajen la guardia y sigan las recomendaciones de los profesionales”, expone Florentino Pérez Raya, presidente del Consejo General de Enfermería.**
- **Familiarizarse con la piscina, conocer la profundidad del vaso, no nadar por encima de sus posibilidades, no ingerir alcohol ni comidas muy pesadas, instalar vallas con cerrojos en piscinas privadas o elegir zonas vigiladas para nadar en playas y piscinas, son algunas de las recomendaciones que ofrece el Consejo General de Enfermería.**

Madrid, 28 de julio de 2023.- En lo que va de año, 222 personas han perdido la vida por ahogamientos en España según los datos de la Federación Española de Salvamento y Socorrismo (RFESS). “Estamos muy preocupados. Asistimos a un elevado número de ahogamientos en ríos, pantanos, piscinas o playas y, en la mayor parte de las ocasiones, estos incidentes mortales pueden evitarse. Por ello, pedimos a las familias que no bajen la guardia y sigan las recomendaciones de los profesionales”, expone Florentino Pérez Raya, presidente del Consejo General de Enfermería.

Los ahogamientos en zonas de agua son la tercera causa de muerte por traumatismo no intencionado en el mundo y representa el 75 por ciento de todos los fallecimientos relacionados con traumatismos. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), pierden la vida a nivel mundial 236.000 personas por este tipo de accidentes.

Desde el Ministerio de Sanidad identifican varios factores de riesgo relacionados con los ahogamientos, y tener conocimiento de los mismos puede ayudar a prevenir accidentes. Son, principalmente, la adopción de conductas de riesgo, los momentos de relajación en la

vigilancia de menores, bañarse en zonas sin vigilancia, el consumo de alcohol y otras drogas cerca o dentro del agua, las condiciones médicas como la epilepsia y los turistas no familiarizados con las particularidades de las aguas locales. Cabe recordar que se debe tener especial atención tanto con personas mayores como con menores de edad.

“Además de prevención, la educación es muy importante. Suelen darse casos en los que una persona intentar socorrer a alguien que se está ahogando y en vez de tener una víctima tenemos dos, como ha sucedido en Mallorca con el padre que ha fallecido intentado salvar la vida de su hijo. Por eso, es fundamental que todo el mundo aprendamos el manejo inicial de una situación como esta para saber qué hacer y qué no hacer; o cómo llevar a cabo los primeros auxilios”, afirma el presidente del Consejo General de Enfermería.

El momento en que una persona empieza a ahogarse, el desenlace a menudo es rápido y fatal; y en los casos en los que el individuo no fallece, debe ser ingresado en centros hospitalarios con diferentes consecuencias o lesiones. “La falta de oxígeno que se produce en estos casos puede dañar múltiples órganos, producir lesiones cerebrales e incluso paro cardíaco”, explica Guadalupe Fontán, coordinadora del Instituto de Investigación Enfermera.

Para evitar que el número de ahogamientos siga aumentando en lo que queda de verano, el Consejo General de Enfermería ha publicado las siguientes recomendaciones:

1. Familiarizarse con la piscina
2. No nadar por encima de sus posibilidades
3. Conocer la profundidad del vaso
4. Evitar tirarse de cabeza
5. No ingerir alcohol ni comidas muy pesadas
6. Poner vallas con cerrojos en piscinas privadas
7. Vigilar siempre a los menores y no dejarlos nunca al cuidado de otro menor.
8. Elegir zonas vigiladas para nadar en playas y piscinas
9. Los niños en edad escolar deben aprender a nadar
10. Formar al entorno en rescate seguro y reanimación