



I vostri nuotatori di salvataggio

Documentazione per i partecipanti

CA Pool, Laghi e Fiumi



Riconoscere
l'emergenza e
dare l'allarme

Grazie per il tuo prezioso contributo!

Benvenuto al Corso di aggiornamento Pool, Laghi o Fiumi!
Decidendo di frequentare un corso della Società Svizzera
di Salvataggio SSS, ti terrai aggiornato sulla formazione in
materia di sicurezza acquatica!

Ci aiuterai nella nostra missione di «Evitare gli annegamenti»
e contribuirai con le tue conoscenze e le tue azioni ad una
maggiore sicurezza attorno all'acqua, in acqua e sull'acqua.



Puoi trovare una panoramica
dei nostri corsi di formazione e
di formazione continua sul nostro
sito web www.sss.ch oppure
tramite il codice QR.

L'annegamento* è un processo

Il modello d'azione della SSS



Dal punto di vista olistico, l'«annegamento» è inteso come un processo e non come uno stato. Questo processo può essere interrotto in qualsiasi momento. È quindi importante riconoscerlo e porvi fine il prima possibile.

Il modello d'azione della SSS intende trasmettere in modo semplice e comprensibile come la maggior parte degli annegamenti possa essere evitata o interrotta, o almeno descrivere le azioni corrette affinché le possibili conseguenze siano meno drastiche.

Inoltre, mostra come evitare che il processo di annegamento abbia inizio. Quanto prima si interviene, tanto migliori sono le possibilità di successo. E: quanto più tardi si interviene, tanto maggiore è il rischio per il salvatore. La SSS è attiva in tutte e cinque queste fasi e contribuisce a responsabilizzare le persone e a salvare vite umane con il suo lavoro educativo e di formazione.

* L'annegamento è definito come l'«alterazione della funzione respiratoria che si verifica a seguito di immersione parziale o totale in un liquido». Un incidente di annegamento può portare al decesso, comportare danni alla salute o non avere ripercussioni sulla salute. (Definizione dell'OMS, 2002)



Puoi trovare le statistiche sugli annegamenti sul nostro sito internet www.sss.ch alla voce Pubblicazioni o tramite il codice QR.

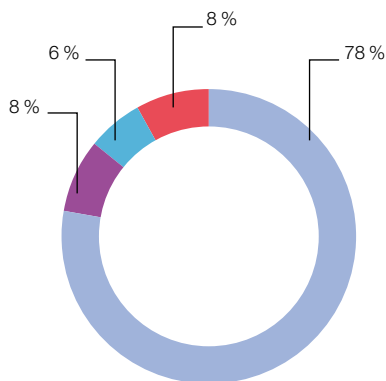
46 decessi ogni anno

Le persone annegano mentre praticano sport acquatici, in particolare nuotando, facendo il bagno o andando in barca. Gli annegamenti avvengono anche in altri ambiti della vita, ovvero quando la permanenza in acqua non era prevista.

Gli annegamenti mortali avvengono regolarmente a casa e nel tempo libero. Ad esempio, i bambini possono cadere in acqua mentre giocano, oppure si verificano incidenti stradali in cui i veicoli cadono in acqua e i loro occupanti annegano.

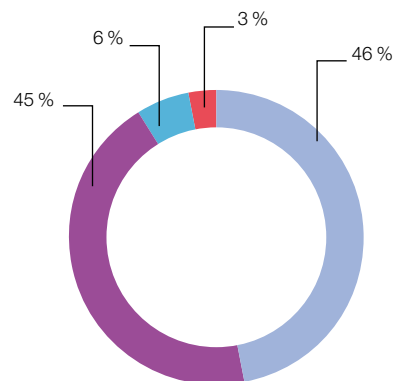
- L'80 % degli annegamenti mortali riguarda gli uomini, il che può essere attribuito a un comportamento a più alto rischio.
- Il 90 % degli incidenti mortali avviene in acque libere, metà nei laghi e metà nei fiumi.

Attività durante l'incidente



■ Sport	78 %
■ Giochi & attività del tempo libero	8 %
■ Traffico stradale	6 %
■ Sconosciuto	8 %

Luogo dell'incidente



■ Fiume, ruscello	46 %
■ Lago, stagno	45 %
■ Piscine pubbliche	6 %
■ altri luoghi	3 %

Fonte: Ellenberger et al (2022), Statistica 2022. Incidenti sportivi mortali 2000-2021. Berna: UPI.

Rappresentazione inadeguata dell'annegamento

L'annegamento spesso non assomiglia a quello che vediamo nei film e nelle foto: una persona che chiama aiuto e agita freneticamente le braccia.

In alcuni casi, le persone che stanno annegando scompaiono completamente in silenzio. A volte riescono a rimanere a galla per un breve momento, ma non sono in grado di segnalare o chiamare aiuto. La persona che sta annegando cerca disperatamente di tenere la testa fuori dall'acqua e di respirare aria a sufficienza.



Cortometraggio sul tema «Annegamento silenzioso».

Spasmo della glottide

Se l'acqua fredda o un corpo estraneo entra nella laringe, può verificarsi uno spasmo involontario della glottide. L'ingresso della trachea si chiude in modo impermeabile. Questa chiusura protegge le vie respiratorie inferiori dall'ingresso di acqua e corpi estranei.

Allo stesso tempo, l'aria non può entrare nel tratto respiratorio inferiore. In una persona cosciente, lo spasmo della glottide provoca generalmente un forte desiderio di tossire. Questo solitamente sufficiente per rimuovere l'ostruzione in pochi secondi. In una persona incosciente, questo riflesso della tosse non esiste, quindi lo spasmo della glottide non si risolve. Il risultato è una mancanza di ossigeno ai tessuti e una conseguente insufficienza circolatoria.



Come riconoscere una persona in difficoltà?

L'annegamento è definito come l'«alterazione della funzione respiratoria che si verifica a seguito di immersione parziale o totale in un liquido». Un incidente di annegamento può portare al decesso, comportare danni alla salute o non avere ripercussioni sulla salute. (Definizione dell'OMS, 2002).

Nonostante le buone capacità, la preparazione, la prevenzione e le conoscenze di base, una persona può trovarsi in difficoltà ed annegare per una serie di motivi. Per riconoscere una persona in difficoltà, è importante conoscere le caratteristiche dell'annegamento.

Persona esausta

- Posizione di nuoto verticale
- Tentativo di rimanere alla superficie dell'acqua
- Viso preoccupato
- Si sposta a malapena in avanti, galleggiando
- Potrebbe chiedere aiuto, ma non lo fa.
- La persona è sulla superficie dell'acqua





Persona che sta annegando e respira ancora

- Posizione verticale in acqua
- Le mani spingono lateralmente verso il basso come un mulino ad acqua
- Si immerge e riemerge alternativamente, alla ricerca di aria
- Cerca di tenersi fuori dall'acqua spingendo sulle braccia
- Testa inclinata all'indietro
- Espressione del viso in preda al panico
- Nessun movimento in avanti
- Non chiede aiuto
- Non riesce a muoversi verso un soccorritore o ad afferrare un dispositivo di salvataggio



Persona che sta annegando e che non respira più

- Viso immerso nell'acqua o con lo sguardo rivolto verso l'alto, occhi possibilmente chiusi
- Carnagione possibilmente grigia
- Nessun movimento di braccia o gambe
- Posizione orizzontale o verticale
- Nessun movimento in avanti





Puoi trovare maggiori informazioni sul nostro sito internet www.sss.ch o tramite il codice QR.

Particolarità per i bambini piccoli

- Non appena il viso entra in contatto con l'acqua fredda, la respirazione viene trattenuta per riflesso («riflesso di immersione»).
- Il centro di gravità del corpo è più alto nei bambini. Per questo motivo hanno difficoltà a tirare fuori la testa dall'acqua, anche quando la profondità dell'acqua è bassa (una piscina poco profonda è sufficiente).
- I bambini perdono il senso dell'orientamento sott'acqua e non si difendono.

Appunti





Chiedere a qualcuno di dare l'allarme

Una segnalazione rapida e accurata contribuisce al successo del salvataggio. Soprattutto nei fiumi, le persone in difficoltà si muovono con la corrente e devono essere seguite.

Se ti accorgi di una situazione di emergenza, devi dare immediatamente l'allarme.

144 Servizio di emergenza/ambulanza

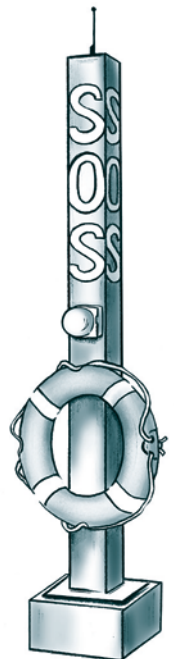
- 117 Polizia
- 118 Pompieri
- 1414 Rega
- 112 Numero d'emergenza europeo

Componi il numero di emergenza utilizzando il telefono, un'applicazione o una colonnina per le chiamate di emergenza. Resta calmo e pensa alla tua sicurezza! Un operatore.trice della centrale di emergenza ti farà delle domande e ti dirà cosa puoi fare.

Preparati a rispondere a domande come:

- Dove si trova esattamente l'incidente?
- Cosa è successo esattamente?
- La vittima è cosciente?
- La persona interessata respira normalmente?

Per avviare il processo di salvataggio più rapidamente, puoi anche chiedere ad altre persone di dare l'allarme. Nel frattempo, puoi cercare un aiuto al galleggiamento e, a seconda della situazione, salvare la persona dall'acqua. Non dimenticare che al giorno d'oggi esistono altri modi per allertare i servizi di emergenza oltre all'uso dello smart-phone: in alcuni luoghi ci sono apposite colonnine per le chiamate d'emergenza oppure puoi inviare qualcuno in un ristorante per chiamare i soccorsi.





Il tuo dono salva delle vite

«Evitare gli annegamenti» è la missione della SSS. Ma non possiamo realizzarla da soli! Dipendiamo dal sostegno, dal tuo sostegno. In quanto associazione indipendente dallo Stato, finanziamo le nostre campagne, i nostri progetti e i nostri servizi attraverso le donazioni. Insieme ai nostri sostenitori, ci avviciniamo sempre di più al nostro obiettivo.

Grazie per il tuo sostegno alla nostra missione «Evitare gli annegamenti»!

**Dona ora con
TWINT!**



Scansiona il codice QR
con l'app TWINT



Conferma importo e
donazione





Puoi trovare informazioni sui corsi e
le Sezioni sul nostro sito internet
www.sss.ch o tramite il codice QR.



SLRG SSS

I vostri nuotatori di salvataggio

Società Svizzera di Salvataggio SSS

Schellenrain 5

6210 Sursee

Telefono 041 925 88 77

www.sss.ch

info@sss.ch

© SSS. Tutti i diritti riservati.

È vietato riprodurre in qualsiasi forma il mezzo didattico o
sue parti senza previa approvazione della SSS.