

Prevenção de Afogamentos

1/5 Forma de ocorrência

Rápido

2 minutos – perda de consciência.
4-6 minutos – lesões cerebrais irreversíveis.
20 minutos – morte.

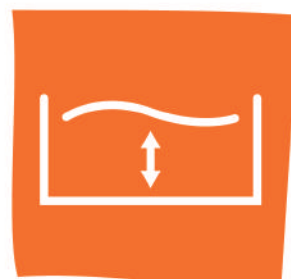


Silencioso

A criança não grita nem consegue pedir ajuda com as vias respiratórias submersas devido ao peso da cabeça.

Pouca água

Pode ocorrer em menos de um palmo de água.



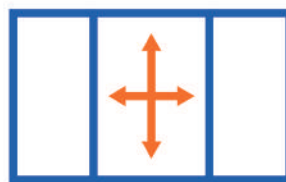
A CRIANÇA PEQUENA NÃO SE ATIRA: DESEQUILIBRA-SE E CAI.

Prevenção de Afogamentos

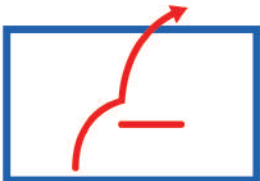
2/5 Medidas Preventivas Interligadas – – Barreira/ Vedação para Piscinas



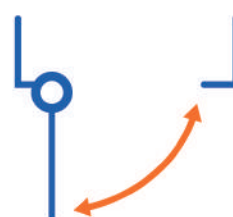
Transparente.



1,10m de altura mínima.
Aberturas de 9cm, no máximo.



Não escalável.



Portão automático que abra
de dentro para fora da piscina.



Objetivo: atrasar o acesso da criança à água se escapar à vigilância, dando mais algum tempo de reação ao adulto.

Prevenção de Afogamentos

3/5 Medidas Preventivas Interligadas – Lagos/Fontes/Poços/Tanques/Barragens/Ribeiras/Lagoas

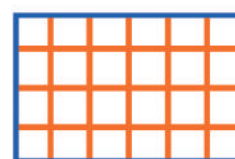
Lagos e Fontes em espaço público:



Vigilância próxima e focada na criança.



Avaliar facilidade de acesso, transparência da água e profundidade.



Malhas e redes apoiadas no fundo e até quase ao nível da água são uma boa prática a valorizar.

Poços e Tanques:



Sempre fechados e com uma tampa sólida.

Barragens, Ribeiras e Lagoas:



Só com vigilância (por Nadadores-Salvadores) e próprias para banhos.

Prevenção de Afogamentos

4/5 Medidas Preventivas Interligadas – Equipamentos de Flutuação individual

Auxiliares de flutuação:



- ✓ Braçadeiras e coletes de suporte à natação.
- ✓ Adequados ao peso e tamanho da criança.
- ✓ Se braçadeiras insufláveis o ideal é terem 2 câmaras de ar independentes, em forma de anel, à volta do braço.
- ✓ Cores garridas.
- ✓ EN 13138-1.

Colete salva-vidas:



- ✓ Adaptado ao peso e tamanho da criança.
- ✓ Adaptado ao tipo de atividade aquática/náutica.
- ✓ Não é insuflável.
- ✓ EN ISO 12402:3 ou EN ISO 12402:4



**BÓIAS E COLCHÕES NÃO SÃO EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO,
SÃO APENAS BRINQUEDOS!**

Prevenção de Afogamentos

5/5 Medidas Preventivas Interligadas – Vigilância



- **Permanente e focada na criança, por um adulto que saiba nadar e socorrer.**
- **Cair dentro de água vestido e calçado é muito diferente de entrar de livre vontade e de fato de banho.**
- **Salvamento:**
 - Aproximar-se em segurança
 - Tirar a criança da água, se necessário com recurso a boia salva-vidas, vara ou algum objeto
 - Pedir ajuda – Ligar **112**
 - Iniciar reanimação cardiorrespiratória, se necessário
- **A sobrevivência e qualidade de vida dependem da atuação imediata e eficiente.**
- **O grau de sequelas depende do estado à chegada ao hospital.**
- **Ter formação em suporte básico de vida pediátrico faz toda a diferença.**