

lyondellbasell

Sicurezza in acqua

life  beats



## La sicurezza dentro e fuori dall'acqua

Sia che si goda di un clima mite tutto l'anno sia che si pratichino attività all'aperto soprattutto d'estate, è probabile che il nuoto e l'acqua siano tra i principali passatempi per tutta la famiglia.

Non si può sottovalutare l'importanza della sicurezza.

Secondo l'Organizzazione mondiale della sanità:

- L'annegamento è la 3<sup>a</sup> causa di morte accidentale al mondo
- Si stimano 372.000 morti l'anno
- I tassi più alti di decessi si registrano tra i bambini di 1-4 anni



## La sicurezza dentro e fuori dall'acqua

- Molti sono consapevoli dell'importanza della sicurezza in piscina e in spiaggia, ma non va dimenticato che i bambini devono essere sorvegliati anche in prossimità della vasca e persino durante il bagnetto.
- La maggior parte dei casi di annegamento o semiannegamento si verifica infatti quando i bambini cadono in piscina o vengono lasciati da soli nella vasca da bagno.

I bambini piccoli possono annegare anche in poco più di 2 cm d'acqua



## Non solo per i bambini...

- Anche gli adulti devono seguire le regole per la sicurezza in acqua. Molte persone sanno nuotare, ma non tutti possiedono le abilità fondamentali per la sicurezza in acqua

Tali abilità comprendono:

- Stare a galla, in posizione orizzontale o verticale, per un minuto senza ausili per il galleggiamento
- Entrare o buttarsi in acqua in cui non si tocca e tornare in superficie
- Tenersi a galla facendo un giro completo su se stessi e riuscire a trovare la via di uscita dall'acqua
- Uscire da una piscina senza usare la scaletta
- Nuotare per circa 20 metri senza fermarsi



## Consigli per bambini e adulti

- Sorvegliare sempre i bambini mentre fanno il bagno, nuotano o si trovano vicino all'acqua
- Radunare tutto il necessario (asciugamano, giochi, crema solare) prima che il bambino entri in acqua; se ci si deve allontanare, portare il bambino con sé
- Utilizzare un giubbotto salvagente aderente al posto degli ausili per il galleggiamento, ma non dimenticare che, se non viene sorvegliato con attenzione, un bambino può annegare anche con il giubbotto salvagente
- Quando si è in barca, in kayak o in barca a vela, indossare sempre il giubbotto salvagente
- Non nuotare mai da soli
- Iscrivere i propri figli a un corso di nuoto adatto alla loro età, ma non dimenticare che questo non li proteggerà completamente dal rischio di annegamento
- Imparare le tecniche di rianimazione cardiopolmonare



## Bibliografia

---

- [American Red Cross](#) – Water Safety
- [Safe Kids Worldwide](#) – Water Safety in the Home
- [World Health Organization](#) – Fact Sheet
- [CDC](#) – Unintentional Drowning
- [Nostro figlio.it](#) – Sicurezza in acqua