



L'any passat es van registrar 372 ofegaments a Espanya, la major part en els mesos d'estiu

TRAUMATISMES, XOCS DE TEMPERATURA I DISTRACCIONS SÓN ELS PRINCIPALS PERILLS A L'HORA DE GAUDIR DE L'AIGUA A L'ESTIU

- Endinsar-se en zones profundes al mar, juntament amb corrents, remolins i pous en els rius i embassaments són els riscos més freqüents a l'hora de banyar-se, fins i tot en zones vigilades
- Els professionals d'Urgències recomanen extremar la vigilància durant el bany dels nens, fins i tot si porten flotador, i que se'ls ensenyi a nedar com més aviat millor, ja que és la millor prevenció

Madrid, 13 d'agost de 2019.- Els distraccions o l'excés de confiança poden jugar males passades a l'aigua, tant si parlem de nens com d'adults. L'any passat es van produir a casa nostra 372 ofegaments, la major part d'ells a la platja i durant els mesos d'estiu.

Per tot això, els experts recorden en aquestes dates la necessitat de tenir en compte certes precaucions per evitar riscos innecessaris. El Dr. Justo Menéndez, cap de Departament d'Urgències d'HM Hospitales a Madrid, recomana estar alerta als canvis de temperatura i el fet endinsar-se en zones profundes, principals causes d'ofegament al mar, juntament amb els corrents, remolins i pous, suposen també un greu risc als rius i als embassaments.

"Cal evitar el bany en zones profundes si no se sap nedar o s'és principiant", explica el Dr. Menéndez. Però, fins i tot, els bons nedadors no han de confiar-se, sobretot en llocs en els quals no han estat mai i si no hi ha salvament. Del total d'ofegaments que es van produir el 2018 a Espanya, més del 80% van tenir lloc en zones no vigilades. D'altra banda, quan hi hagi salvament, "hem de fer sempre cas a les indicacions", adverteix l'especialista.

Canvis de temperatura i traumatismes

Saber nedar és el primer consell per gaudir de l'aigua, però hi ha altres factors que poden comprometre també la nostra seguretat. El Dr. Menéndez explica que, "amb freqüència, es produeixen episodis de mareig o pèrdua de consciència per

canvis bruscos de temperatura o altres causes". Davant d'una situació d'aquest tipus, "si no estem acompanyats, pot sobrevenir l'ofegament".

Un altre dels grans perills a l'hora de gaudir de l'aigua són els traumatismes, alguns amb conseqüències dramàtiques, com els provocats per tirar-se de cap en zones poc profundes. Els experts recomanen màxima precaució, més encara si és possible quan es desconeix el lloc. El que és recomanable és submergir-se lentament amb precaució a l'aigua i no córrer riscos innecessaris.

No perdre de vista als nens

En el cas dels més petits, és fonamental no perdre'ls de vista durant el bany, explica el Dr. Justo Menéndez. "Mai s'ha de permetre que un nen que no sap nedar es banyi sense la companyia d'un adult, fins i tot amb flotador. El millor flotador és el propi cos quan se sap nedar. Per això, cal ensenyar-ne als nens com més aviat millor", aconsella.

Pel que fa a flotadors, els més segurs són "els de tipus armilla, inflables o de boies de porexpan. Els maniguets inflables són segurs si estan en bon ús i s'asseguren els taps per evitar que es desinflin accidentalment. Per contra, els inflables de cèrcol al voltant de la cintura poden ser perillosos si el nen submergeix el cap i es dóna la volta", afegeix el Dr. Menéndez.

HM Hospitales

HM Hospitales és el grup hospitalari privat de referència a nivell nacional que basa la seva oferta en l'excel·lència assistencial sumada a la investigació, la docència, la constant innovació tecnològica i la publicació de resultats.

Dirigit per metges i amb capital 100% espanyol, compta en l'actualitat amb més de 4.800 treballadors laborals que concentren els seus esforços en oferir una medicina de qualitat i innovadora, centrada en la cura de la salut i el benestar dels seus pacients i familiars.

HM Hospitales està format per 41 centres assistencials: 16 hospitals, 4 centres integrals d'alta especialització en Oncologia, Cardiologia, Neurociències i Fertilitat, a més de 21 policlíniques. Tots ells treballen de manera coordinada per oferir una gestió integral de les necessitats i requeriments dels seus pacients.

A Barcelona, HM Hospitales compta amb l'Hospital HM Delfos, com a centre integral mèdic quirúrgic, dotat de tecnologia d'última generació per oferir una àmplia cartera de serveis. A més, el Grup també ha adquirit recentment el nou

Hospital HM Sant Jordi amb l'objectiu de conformar un projecte assistencial, docent i investigador similar al que el Grup té a la Comunitat de Madrid.

Per a més informació per a mitjans:

VITAMINE! Media & Marketing

Carles Fernández

93 100 31 51 / 690 130 836

E-mail: info@vitamine.cat

DEP. DE COMUNICACIÓ HM HOSPITALES

Marcos García Rodríguez

Tel: 914 444 244 ext.167 / Mòbil: 667 184 600

E-mail: mgarciaarodriguez@hmhospitales.com

Més informació: www.hmhospitales.com