



Govern de les Illes Balears
Conselleria de Salut
Direcció General de Salut Pública i Consum

L'article 14 del Reial Decret 742/2013, de 27 de setembre, pel qual s'estableixen els criteris técnico-sanitaris de les piscines, relatiu a la informació al públic, estableix que el titular de la piscina posarà a disposició dels usuaris en un lloc accessible i fàcilment visible, entre altres coses, material divulgatiu sobre prevenció de ofegaments, traumatismes cranioencefàlics i lesions medul·lars i, en el cas de piscines no cobertes, a més disposarà de material sobre protecció solar.

El Servei de Salut Ambiental de la Direcció General de Salut Pública i Consum ha recopilat una sèrie de recomanacions que, de manera provisional, podran ser divulgades a l'espera que el Ministeri de Sanitat, Serveis Socials i Igualtat elabori aquest material divulgatiu, segons la disposició addicional primera de l'esmentat Reial decret.

RECOMANACIONS PER EVITAR OFEGAMENTS, TRAUMATISMES I LESIONS MEDUL·LARS PISCINES

1. Evitar els desguassos a les piscines.
2. Comprovar acuradament la profunditat de l'aigua abans de submergir-se. No tirar-se de cap en llocs en els quals es desconeixi la profunditat, ja que podria ser menor de la que es pensa, amb la conseqüència de cops greus i possible lesió medul·lar.
3. Evitar llocs no aptes des dels que tirar-se, com són arbres, balcons o altres espais inadequats.
4. Introduir-se en l'aigua lentament o tirar-se de peu diverses vegades abans de fer-ho de cap.
5. Capbussar-se de cap, els braços han de situar-se en prolongació del cos per protegir cap i coll. Una mala caiguda des d'una elevada altura, encara que caigui en l'aigua, pot tenir com a conseqüència una lesió greu.
6. Exercir una constant supervisió dels nens quan aquests estiguin a prop d'aigües recreatives, fins i tot quan la quantitat sigui petita.
7. Evitar el consum d'alcohol abans de qualsevol activitat en o prop de l'aigua.



Govern de les Illes Balears
Conselleria de Salut
Direcció General de Salut Pública i Consum

8. En general, també cal ser previnguts amb els talls de digestió. El més recomanable és dutxar-se abans d'introduir-se en l'aigua per facilitar l'aclimatació tèrmica de l'organisme que evitarà talls de digestió i altres complicacions.

9. No saltar sobre altres persones en l'aigua.

10. D'altra banda, en cas que es produeixi un accident, i davant la necessitat de la recollida i manipulació de la víctima, és molt important immobilitzar el coll, evitar moviments de la columna i avisar a un professional perquè faci el trasllat. No s'ha de transportar al lesionat en un vehicle utilitari. Cal recordar sempre que són moltes les persones que han quedat en cadira de rodes per sempre per no tenir en compte les recomanacions anteriors.

REFERÈNCIES

Norman n ., Vicenten j. (2008). Protecting children and youths in watre recreation: safety guidelines for services providers. Amsterdam: european child safety alliance, eurosade.

Decàleg per a la prevenció de lesions medul·lars i dany cerebral en les zones de bany. Federació d'associacions de persones amb discapacitat física i orgànica de la comunitat de Madrid (Famma).

Abans de capbussar, utilitza el cap. Unitat de lesionats medul·lars. Hospital de Cruces.

<http://www.msssi.gob.es/ciudadanos/saludamlaboral/planaltastemp/2009/recomendacionesestivales.htm>