

## Afogamentos

Apesar dos acidentes de trânsito e os crimes aparecerem diariamente como destaque nos jornais, o **afogamento**, no Brasil, é a segunda causa de morte na faixa etária dos 5 aos 14 anos.

Existe muita confusão no conceito de afogamento, por isso as estatísticas não expressam a realidade. Afogamento é um processo que compromete a respiração após a imersão ou submersão em meio líquido, e afogado é aquele que morre devido a este evento. Calcula-se que o afogamento seja responsável por 500.000 mortes por ano no mundo, com incidência aumentada em crianças menores que 5 anos e em jovens de 15 a 24 anos. O afogamento tem importância por se tratar de um evento que normalmente requer ressuscitação cardiopulmonar e outras intervenções em emergência. Preocupa muito o fato que 78% dos afogamentos em crianças menores que 2 anos ocorrem em banheira, e na idade de 1 a 4 anos, 56% ocorrem na piscina, ou seja, eventos próximos ao lar e possivelmente evitáveis. Nos adolescentes e adultos jovens tem associação alta (37%) com o álcool. Segundo consenso, deixa de ser importante a diferenciação entre água de piscina ou lago (doce) ou de mar (salgada). É incomum a aspiração de grande quantidade de água, e crianças que tenham algum problema neurológico (convulsões), jovens em uso de álcool ou outro tipo de drogas, vítima de trauma ou desmaio têm maior risco de afogamento.



Devemos no local do afogamento: identificar a vítima através de um código ou número, idade (menor que um ano), data, evento que precipitou, local, doença pré-existente. Devemos informar se: o evento foi observado ou não, o corpo está na água e em que parte, houve perda de consciência, ressuscitação no local, já chamado serviço de emergência, se está respirando, se tem batimentos cardíacos, tempo de reanimação e o estado neurológico (alterações como sonolência, pouca ou nenhuma responsividade, confusão).

O efeito do afogamento no pulmão é principalmente a falta de oxigenação (hipóxia) e também edema (acúmulo de líquido), manifestado por tosse, respiração curta e fome de ar. Na existência desses sintomas, é necessário que um médico avalie a criança para determinar a presença de roncos e sibilos e, conseqüentemente, a realização de um raio-X de tórax. O comprometimento neurológico pode ser grave em 20% dos afogamentos. A associação com trauma cervical é rara, mais evidente em acidentes de carro, em mergulho ou queda. O afogamento gera a hipotermia, que causa arritmias e distúrbio de coagulação.

O conhecimento de cuidados básicos é fundamental no atendimento imediato do afogado, por exemplo, o risco de vômito e aspiração pulmonar é alto, devendo a vítima que vomita ser colocada em posição lateral. O atendimento deve começar dentro da água, rapidamente, com ventilação

boca-a-boca ou boca-a-boca e nariz. São fatores que interferem negativamente no prognóstico de um afogamento: idade menor que 3 anos, ter convulsão, uso de álcool, submersão por mais que 5 minutos, ressuscitação retardada ou prolongada por mais que 10 minutos, coma na admissão.

### ● Medidas preventivas para evitar o afogamento em piscinas e similares:

#### 65% dos afogamentos ocorrem em água doce.

- Sempre supervisione as crianças.
- Nunca abandone a criança perto de banheira ou piscina.
- Obstrua a passagem para a piscina (grades).
- Nunca deixe a criança com apenas bóia de braço.
- Evite atrativos perto da piscina (brinquedos).
- Desligue o filtro quando a piscina estiver em uso.
- Telefone portátil perto da piscina.
- Não respire rápido (hiperventilação) antes de entrar na piscina.
- Não mergulhe em piscina rasa.
- Ensine a nadar a partir dos 2 anos.
- Se tiver piscina, aprenda o suporte básico de vida.



### ● Medidas preventivas para evitar o afogamento na praia:

- Nadar próximo a um salva-vidas.
- Perguntar ao salva-vidas sobre local apropriado para nadar.
- Não superestime sua capacidade de nadar.
- Sempre observe as crianças.
- Nade longe de pedras e pontes.
- Evite álcool e alimentação antes de nadar.
- Leve a criança perdida ao salva-vidas.
- 80% dos afogamentos ocorrem em valas.
- Não tente salvar se você não sabe nadar.
- Cuidado na pescaria em cima de pedras.
- Não mergulhe em água rasa (risco de trauma cervical).
- Afaste-se de animais marinhos
- Leia avisos da praia.

