

Progetto:

Ricerca e salvamento- Soccorso acquatico introduzione alla SICUREZZA IN ACQUA e alle Tecniche BLS/D

Squadra operativa di soccorso -
ONLUS



Squadra Operativa di Soccorso S.O.S. Pisa -

Onlus www.sospisa.org

info@sospisa.org

PROGETTO:

Vincitore Premio Verdigi



Squadra Operativa di Soccorso S.O.S. Pisa -
Onlus www.sospisa.org
info@sospisa.org

PROGETTO:

Con il Patrocinio Provincia di Pisa



PROVINCIA DI PISA

In Collaborazione con:

Assessore all'Istruzione Comune di Pisa

Ufficio Assessore all'Istruzione Provincia di Pisa

Ufficio Assessore all'Istruzione Provincia di Lucca

SICUREZZA IN ACQUA



Squadra Operativa di Soccorso S.O.S. Pisa -
Onlus www.sospisa.org
info@sospisa.org

Risultati indagine statistica Istituto Piepoli SpA

Quasi il 40% degli Italiani non sa nuotare !



Squadra Operativa di Soccorso
S.O.S. Pisa - Onlus
www.sospisa.org info@sospisa.org

Risultati indagine statistica Istituto Piepoli SpA

Solo il 32 % sa nuotare effettuando la corretta
respirazione



Risultati indagine statistica Istituto Piepoli SpA

Solo il 41 % riesce a mantenersi a galla con facilità in acqua profonda



Risultati indagine statistica Istituto Piepoli SpA

Solo il 35% riesce a mantenere gli occhi aperti sott'acqua al mare o in piscina



Risultati indagine statistica Istituto Piepoli SpA

Il 93 % ritiene importante sensibilizzare i genitori
e fornire loro strumenti educativi utili



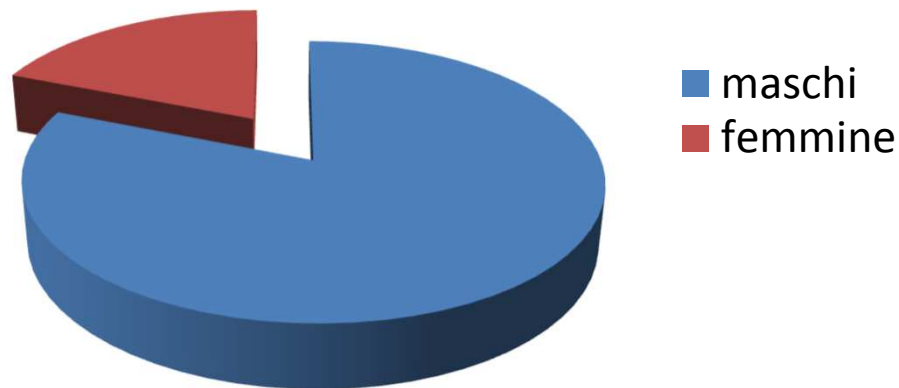
Alcuni dati OMS sull'annegamento in età pediatrica (dati su scala mondiale ed europea)

- E' tra le **prime cause di mortalità accidentali**
- **3 milioni di bambini** sono vittime di infortuni in acqua e rischiano di annegare



Dati ISS 2008

- I dati del rapporto dell'Iss - relativo al 2008 - riferiscono di 426 vittime, di questi l'81% sono uomini.



Statistiche Italia

In Italia, ogni anno, si verificano **400 annegamenti**, la metà dei quali concentrati nei tre mesi di **giugno, luglio e agosto**.

Statistiche bambini

I **bambini** deceduti per annegamento sono il **17% del totale.**

Maschi e femmine fino a 13 anni risultano coinvolti in egual misura dagli incidenti.

Le disgrazie sono imputabili alla mancanza di attenzione da parte degli adulti.

Statistiche adolescenti

Diversamente accade dall'adolescenza in poi, quando i maschi cominciano ad assumere comportamenti più temerari e rischiosi.

Il rapporto di mortalità tra maschi e femmine evidenzia, infatti, un picco nella classe dei **giovani-adulti** (30-49 anni), quando:

per **ogni persona di sesso femminile** che muore se ne contano quasi **16 di sesso maschile**.

Costa ad alto rischio

Secondo l'indagine dell'Iss, tra i litorali italiani dove si verifica il più alto numero di decessi per annegamento che hanno un indice di rischio (Ira) elevato, ci sono quelli della **costa toscana, tra Carrara e Piombino**.

Senza dimenticare le acque di fiumi e laghi che, pur essendo meno frequentate, sono mediamente più fredde e caratterizzate da forti correnti, e quasi mai sorvegliate.

Dato OMS

L'Oms stima che ogni anno anneghino circa

400 mila persone

(il numero include sommersione e annegamento accidentali, ma esclude l'annegamento causato da incidenti nei trasporti, inondazioni, aggressioni e suicidi).

Annegamento bambini e cause

Nei bambini, l'annegamento è una delle principali cause di morte accidentale.

I genitori hanno un ruolo importante per l'educazione e la sicurezza acquatica dei loro bambini:

dai primi bagnetti alla prima scoperta del mare, in acqua, devi sempre sapere cosa fare!

Alcool e droga

La maggior parte dei casi di annegamento è dovuta all'assunzione di alcol o a scarsa sorveglianza.



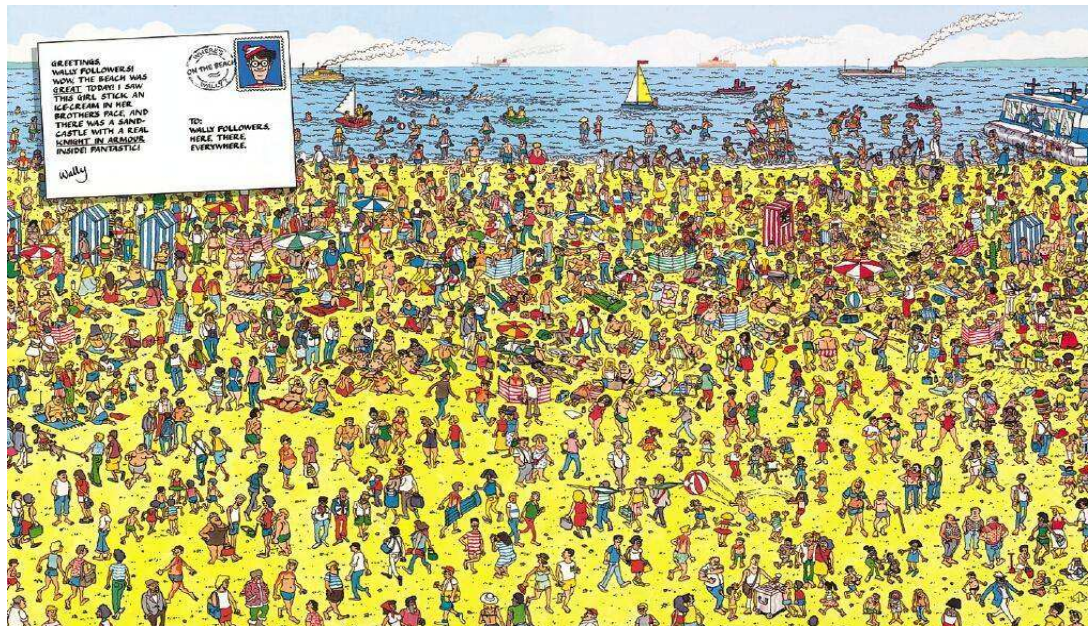
Condizioni meteo-marine a rischio

Nei mari e nei fiumi costituiscono un pericolo –
anche per i nuotatori più esperti - maree e
correnti.



Condizioni alto rischio

L'acqua torbida o i luoghi troppo affollati sono spesso insicuri, perché in caso di malore o di emergenze, potrebbero ostacolare il soccorso della vittima.



Tuffi

Chi pratica i tuffi può rimanere vittima di incidenti anche molto seri.



Ferite sulla spiaggia

Più comuni, ma di solito meno gravi, le ferite provocate da vetri, lattine e aghi abbandonati sulle spiagge.



Lesioni da incidente acquatico

Gli annegamenti, i quasi annegamenti e le lesioni alla colonna vertebrale rappresentano eventi molto gravi.



e505018 www.fotosearch.it

Moltissimi casi riguardano la fascia di popolazione più giovane, con la più lunga attesa di vita.

Conseguenze incidente acquatico

La perdita della vita di un giovane, le gravi menomazioni che sono conseguenza di molti quasi annegamenti e delle lesioni alla colonna vertebrale rappresentano motivo di gravi sofferenze e comportano elevati costi sociali.



Ultimi sviluppi

I dati disponibili permettono di osservare una netta tendenza alla diminuzione della mortalità per annegamento.

Ciò dimostra che è un luogo comune privo di fondamento quello secondo il quale questi incidenti sarebbero dovuti ad inevitabili fatalità.

I pericoli della balneazione

Il sogno di tutti i bagnanti è incentrato sul desiderio che la superficie del mare rimanga la più calma possibile.

Purtroppo questo non avviene perché il sole, e di conseguenza il riscaldamento della superficie terrestre, innesca un continuo movimento di masse di aria calda, che salendo spingono lateralmente quelle di aria fredda, innescando il fenomeno dei venti che tutti conosciamo.

Il vento che soffia sul mare genera il moto ondoso con un movimento oscillante degli strati superficiali d'acqua che si propaga nella direzione del vento stesso.

I pericoli della balneazione

Quando osserviamo passare un'onda, abbiamo l'impressione che l'acqua si stia spostando verso una determinata direzione ma è solo un'illusione ottica.

In realtà quello che si sposta è solo la forma dell'onda, in quanto le molecole d'acqua, al suo passaggio, salgono e scendono compiendo traiettorie circolari.

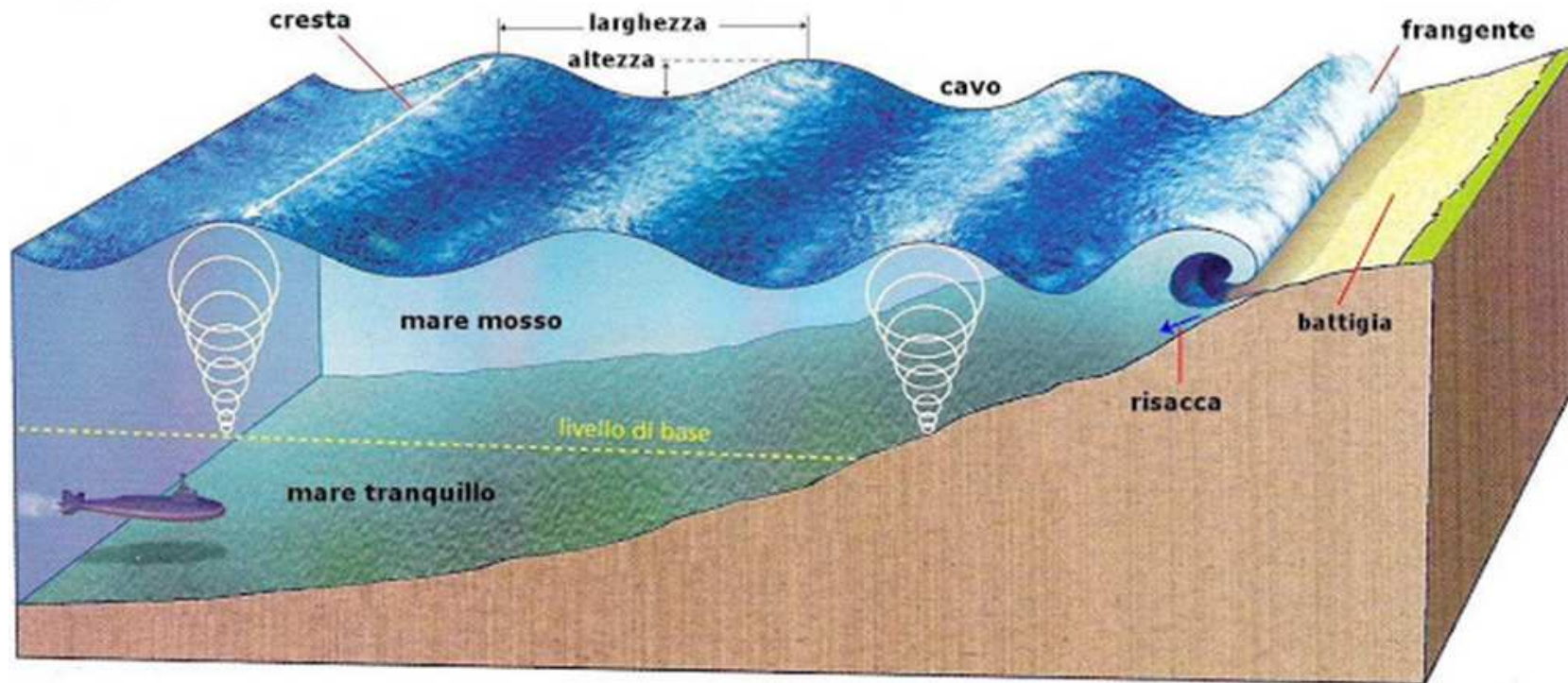
L'effetto lo conoscono bene i tifosi di calcio che allo stadio di alzano e si abbassano ritmicamente creando l'illusione ottica della "ola" che in lingua spagnola significa appunto "onda".

IL MOTO ONDOSO

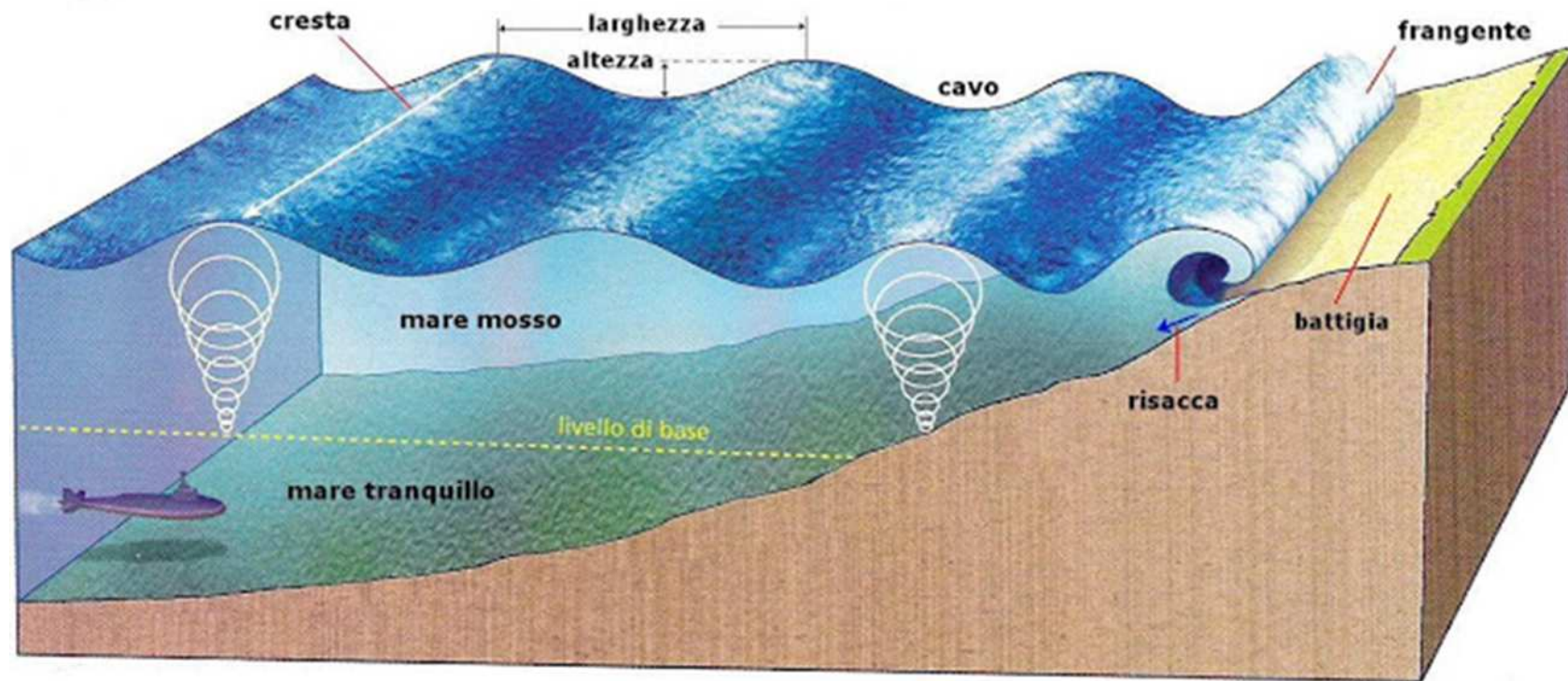
- Soffiando sulla superficie del mare, il vento crea delle increspature: le onde. Esse durano per molto tempo, anche quando il vento è cessato, e si muovono anche per centinaia di chilometri. È per questo che in mare ci sono onde, anche se il vento non soffia.
- Le onde si comportano diversamente in base alla profondità del mare.

IL MOTO ONDOSO

- In acque profonde le onde causano un moto prevalentemente verticale dell'acqua e la rimescolano soltanto fino a una certa profondità, al di sotto della quale essa è calma.
- Vicino alla costa le onde incontrano acqua sempre più bassa, perciò sentono la resistenza del fondo e si rompono, provocando un moto dell'acqua essenzialmente orizzontale.



A **sinistra** il mare è profondo e l'acqua ha un movimento quasi verticale, che oscilla dal punto più alto (chiamato **cresta**) al punto più basso (**cavo**). In realtà il moto è circolare, come è indicato dai cerchietti disegnati nell'immagine: questi cerchi sono più ampi presso la superficie e diventano sempre più piccoli andando in profondità, fino a un certo punto in cui non c'è più alcun moto e l'acqua è calma.



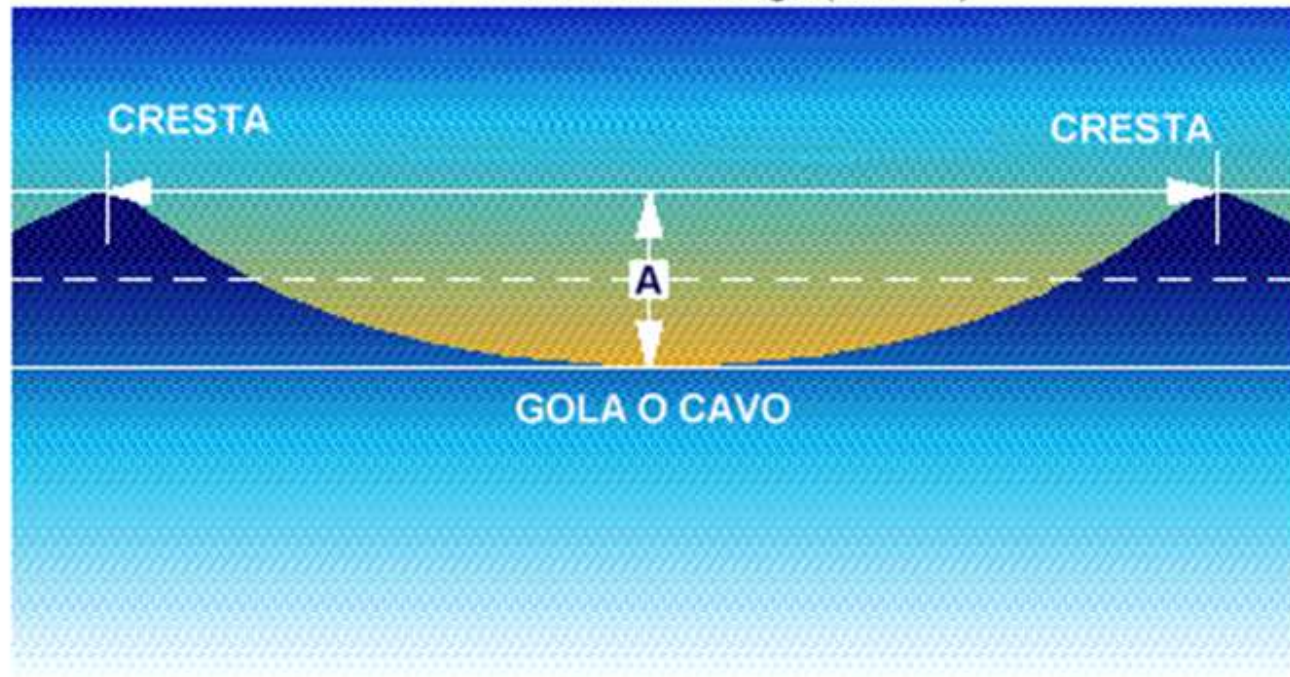
A **destra** il mare è poco profondo e termina sulla battigia (cioè il tratto di spiaggia leggermente inclinato che si trova presso il mare); in questo tratto la massa d'acqua ha un movimento prevalentemente orizzontale: infatti lo strato d'acqua più profondo viene frenato dal fondo e lo strato più superficiale lo sorpassa e si rovescia in avanti. In questo modo si forma un **frangente**, cioè un'onda che sale spumeggiando fino alla battigia. Poi, quando ha esaurito la propria energia, torna indietro per gravità, formando una risacca.

LE ONDE MARINE

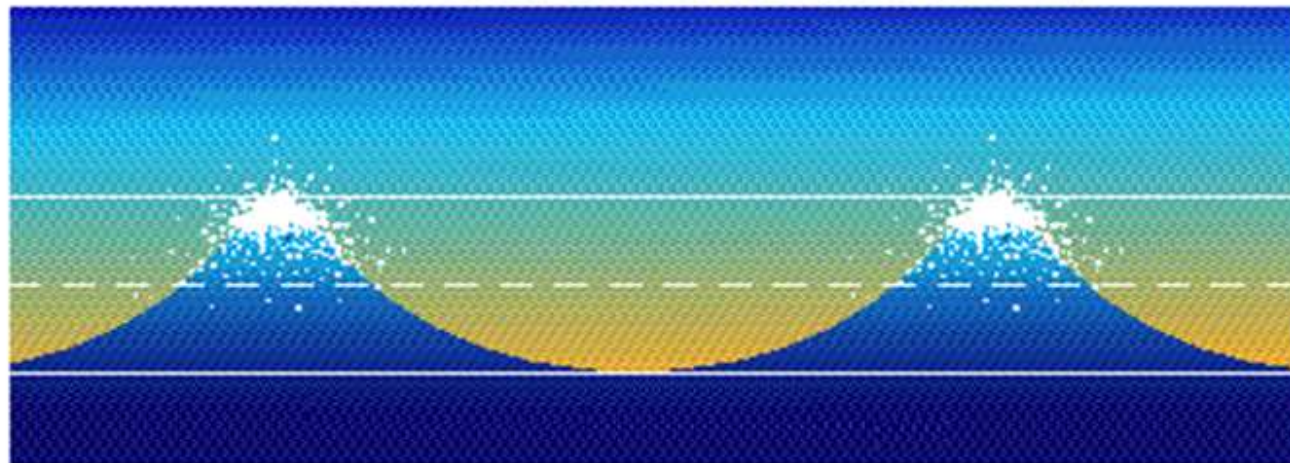
I principali parametri tipici di un'onda marina, che sono:

- la lunghezza L , distanza orizzontale fra due creste successive;
- l'altezza A , distanza verticale tra il livello delle creste e il livello delle gole;
- la ripidità A/L , ossia il rapporto fra altezza e lunghezza;
- la velocità di propagazione V , spazio percorso dalla configurazione dell'onda in un tempo unitario (per esempio metri al secondo);
- il periodo P , ossia il tempo che la configurazione dell'onda impiega a fare un percorso pari alla sua lunghezza.

Profilo di onda marina lunga ($L/A > 7$)



Profilo di onda marina corta o frangente ($L/A < 7$)



LE ONDE MARINE

- Un aspetto caratteristico è inoltre la velocità di propagazione che, a differenza di altri tipi di fenomeni ondulatori, è variabile e lo è precisamente in dipendenza della lunghezza d'onda, nel senso che è tanto maggiore quanto maggiore è la lunghezza.
- Altra caratteristica tipica è la ripidità dell'onda, perchè da essa dipende il frangersi delle creste anche senza l'azione dinamica del vento. Infatti, se la ripidità A/L supera $1/7$ (onda che si accorcia), le creste diventano vere e proprie cuspidi e si rompono generando spuma. Tale fenomeno può talora essere utile per avvistare una zona infida di bassifondi. Infatti, vedendo, per esempio, una zona dove le onde frangono senza un apparente motivo, se ne può dedurre la presenza di un bassofondo, poichè questo, rallentando per attrito le onde, praticamente le accorcia fino a che queste si trovano nella condizione di frangere. Spesso si parla di onde lunghe o corte, alte o basse.

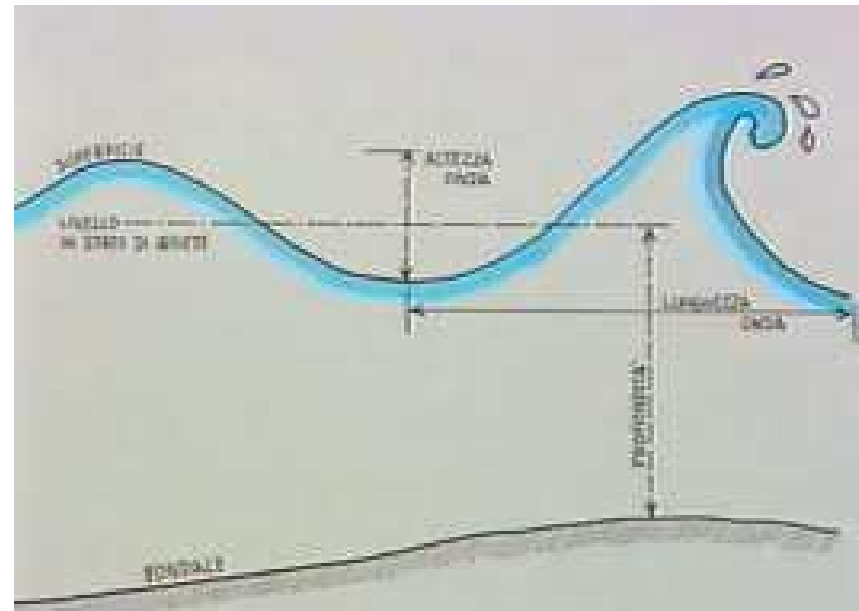
LE ONDE MARINE

- Esiste a tal proposito una distinzione come segue:
 - • onde basse fino ad altezza inferiore ai 2 metri;
 - • onde medie tra 2 e 4 metri;
 - • onde alte oltre i 4 metri;
- e, per quanto riguarda la lunghezza:
 - • onde corte inferiori a 100 metri;
 - • onde medie fra 100 e 200 metri;
 - • onde lunghe oltre i 200 metri.

IL FRANGENTE

E' il parco giochi naturale a cui tutti siamo abituati, in spiaggia, quando il mare è poco mosso.

Conoscendo i segreti dell'onda ci si può avventurare ed effettivamente riportarne gioia e divertimento.



IL FRANGENTE

- Purtroppo talvolta il parco giochi naturale si trasforma in zona di eventi negativi che lasciano intravedere una scarsa conoscenza delle forze della natura e di una ancor minor conoscenza delle tecniche di salvataggio di base che qualsiasi buon nuotatore potrebbe compiere con un minimo di sicurezza per se e per l'infortunato.

Pericoli del frangente

La balneazione con i frangenti riveste un **notevole pericolo in spiagge ripide**, come potrebbero essere quelle di **ghiaia** mentre quelle sabbiose a lento declivio, il fenomeno riveste un pericolo minore anche se vi sono altri pericoli.

Nel caso del **frangente sulle spiagge di sabbia** l'onda prosegue la sua corsa, spumeggiando, rompendosi ed esaurendo la sua forza sulla spiaggia lentamente.

Il **frangente nelle spiagge ripide di ghiaia** cade addosso al bagnante, lo imprigiona dentro a una sacca d'aria e facendolo rotolare per terra gli fa perdere il senso dell'orientamento.

CORRENTE DI RITORNO

Come è facilmente intuibile osservando le onde frangersi sulle spiagge, l'enorme massa d'acqua trasportata dalle onde sulle spiagge, ritirandosi trasporta con se sabbia o ghiaia e crea una altrettanto possente quanto sconosciuta **corrente di ritorno**.

Il **vero pericolo per la balneazione non è tanto il frangente**, che è **ben visibile** e quindi scoraggia l'incauto nuotatore o bagnante **ma la risultante corrente di ritorno** che riporta al mare l'onda infranta.

CORRENTE DI RITORNO o DI RISACCA o RIP CURRENT



Le **correnti di risacca** riportano al mare aperto le ingenti masse d'acqua scaricate sulle spiagge.

Più dell'80% dei salvataggi effettuati dai bagnini lungo le spiagge italiane avviene a **causa delle correnti di risacca o di ritorno** che **trasportano al largo l'incauto bagnante** ma **sono in grado di scoraggiare anche un nuotatore esperto...** ormai sfiancato dalla forza della **corrente di ritorno o rip current**, all'inglese

CORRENTE DI RITORNO o DI RISACCA o RIP CURRENT PUNTO 1



Squadra Operativa di Soccorso S.O.S. Pisa -
Onlus www.sospisa.org
info@sospisa.org

CORRENTE DI RITORNO o DI RISACCA o RIP CURRENT

Ma non è finita qui:

le correnti di ritorno, oltre all'acqua trasportano anche parte del fondale sottostante formando pericolosi canali (cosiddetta "buche") scavati dalla corrente di risucchio.

L'acqua, risucchiata lungo questi canali, tra le barre di sabbia (secche), tra due scogli oppure tra barriere artificiali intensifica la potenza della corrente.

Le buche si riconoscono:

- per il colore più scuro dell'acqua ma soprattutto, durante il mare mosso...
- dall'assenza di frangenti!

Nota bene: abbiamo appreso che l'onda si rompe (frange) quando arriva in acqua bassa (metà della lunghezza) e quindi nelle buche, non avendo ancora raggiunto il rapporto critico di 2:1 rimarrà ancora relativamente tranquilla.

LE BUCHE



Tra gli addetti ai lavori si dice che:

le buche sono delle
“macchine da
annegamento”

perché

attirano l'incauto bagnante
nel loro specchio d'acqua
apparentemente tranquillo
ma proprio a causa della
maggior profondità ne
celano il subdolo pericolo.

PERCHE' le buche sono delle “macchine da annegamento”?

I bagnanti (detti così perché... fanno il bagno... in quanto non sanno nuotare e quindi... camminano sul fondo) generalmente si posizionano:

- nelle zone in cui l'acqua è poco profonda
- le probabilità di passare dalla secca alla buca sono alte specialmente con il mare mosso
- perché la presenza di correnti innescate dal moto ondoso trasportano il bagnante, magari appoggiato a un materassino verso una zona più profonda.
- Una volta persa la presa sul fondo il bagnante viene trascinato dalla corrente, a volte molto veloce
- e anche se questa si esaurisce dopo pochi metri da dove è stata generata,
- **crea nel bagnante uno stato di paura che sfocia nel panico**

Nota bene:

Basta bere un sorso d'acqua per inibire la respirazione ed è fatta

annegamento silenzioso

Si parla di **annegamento silenzioso**, tipico del bagnante che

1. non sa nuotare e/o
2. non ha la forza d'animo di reagire.

Solo un occhio esperto e addestrato riesce a riconoscere uno stadio di pre-annegamento e a intervenire in tempo. Le statistiche dimostrano che a volte le persone vicine all'infortunato non si sono nemmeno accorte del suo stato di necessità.

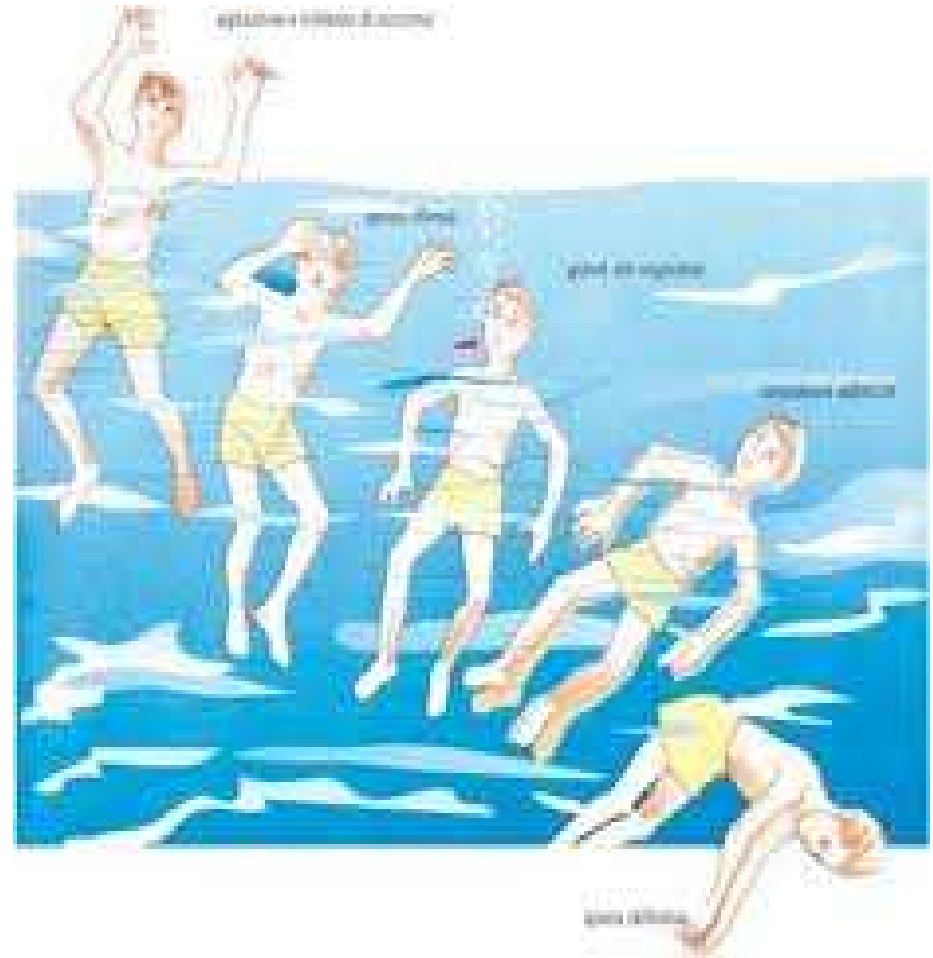
NOTA BENE

Basterebbe anche allungare solo una mano per trarre d'impiccio l'infortunato e invece... si pensa che la persona sia in grado di cavarsela da sola.

I 10 segnali

- 1) Testa bassa in acqua e bocca a livello dell'acqua.
- 2) Testa inclinata all' indietro con la bocca aperta.
- 3) Occhi vitrei e vuoti, incapaci di mettere a fuoco.
- 4) Occhi chiusi.
- 5) Capelli sulla fronte e sugli occhi.
- 6) Non usa le gambe sull'asse Verticale.
- 7) Iperventilazione o respiro ansimante.
- 8) Cerca di nuotare in una particolare direzione, ma non si muove.
- 9) Cerca di ruotare sulla schiena.
- 10) Sembra salire una scala invisibile.

annegamento silenzioso



ANNEGAMENTO/QUASI ANNEGAMENTO

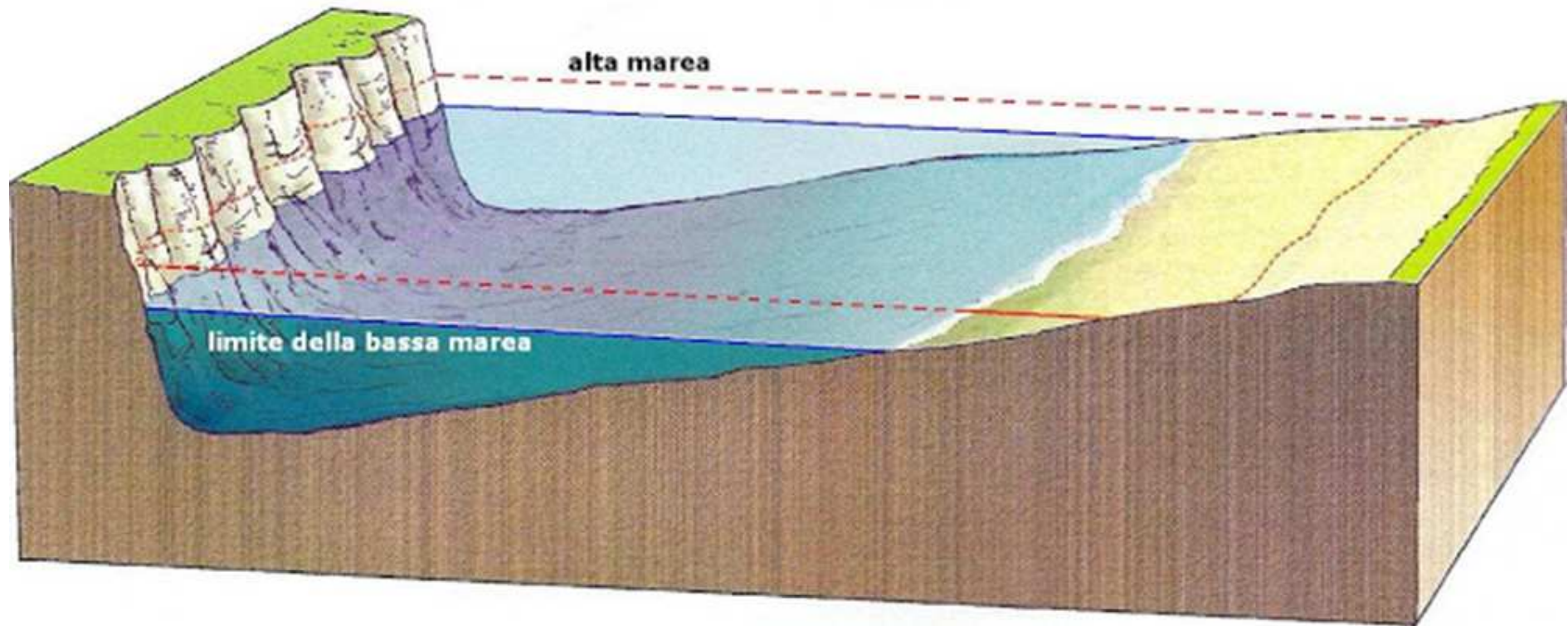
Molti pensano che un uomo che sbatte le braccia in acqua stia annegando, ma

sbattere le braccia in acqua è segnale di paura e di ricerca di aiuto.

La persona è in pericolo ma può ancora salvarsi aggrappandosi a qualcosa.

I **segni dell'annegamento** spesso sono silenziosi e non sono così evidenti, la bocca della persona cerca l'aria facendo su e giù sul pelo dell'acqua cercando di respirare e non riesce ad urlare per chiedere aiuto.

LE MAREE

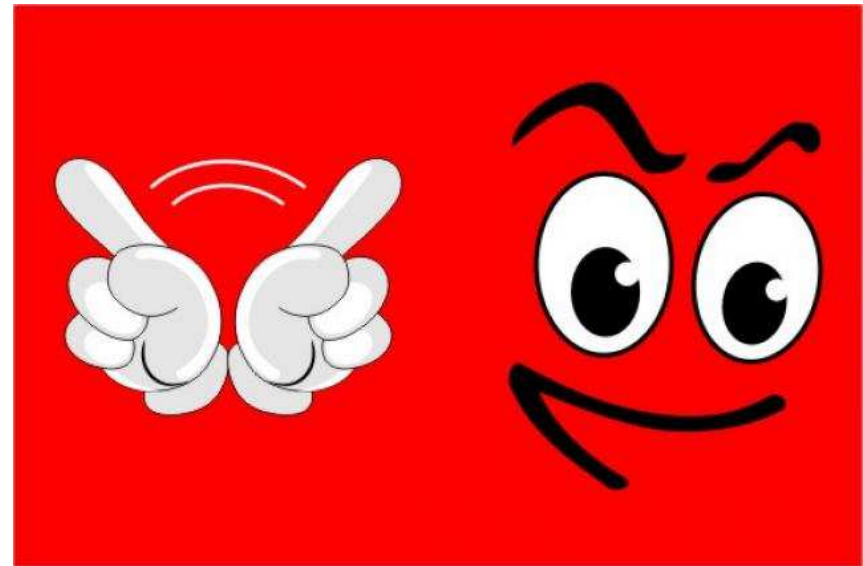


LE MAREE

- Le maree hanno un certo effetto sulla costa.
- In particolare dove la costa è alta e ripida, le oscillazioni di marea provocano solamente innalzamenti e abbassamenti verticali del livello del mare lungo la parete rocciosa.
- Invece, dove la costa è bassa, il movimento dell'acqua è prevalentemente orizzontale e, quando c'è la bassa marea e l'acqua si ritira dalla battigia, rimangono all'asciutto zone anche molto estese del territorio, che verranno poi sommerse di nuovo dall'acqua con la successiva alta marea.
- Le maree sono provocate dalla forza di attrazione della Luna, combinata con quella del Sole, che però è meno forte, perché esso, anche se è di grandi dimensioni, è molto lontano.

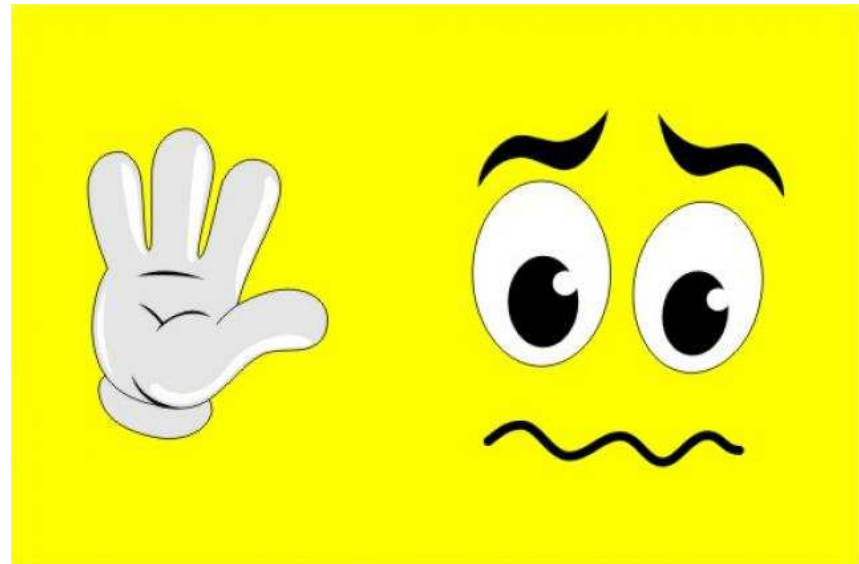
LE BANDIERE

**VIETATA LA
BALNEAZIONE**



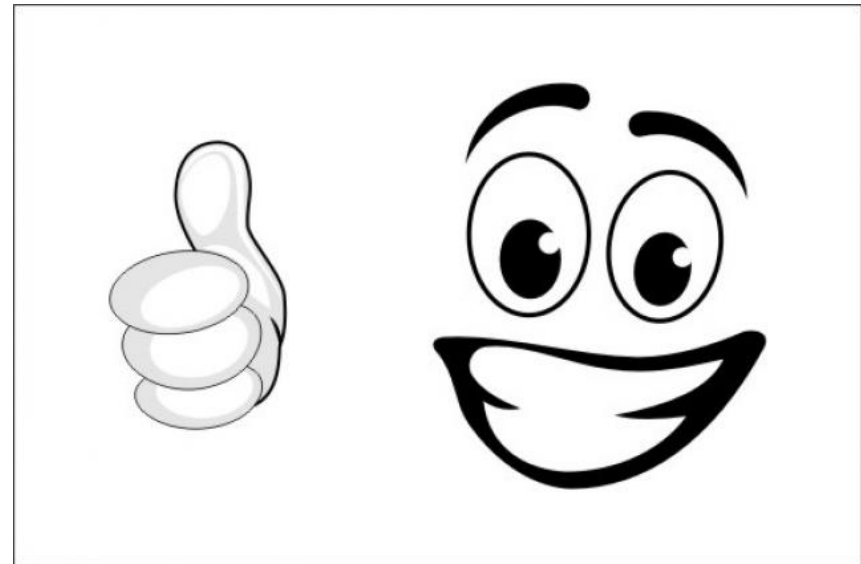
LE BANDIERE

**NON E'
PRESENTE IL
SERVIZIO DI
SORVEGLIANZA
BALNEARE**



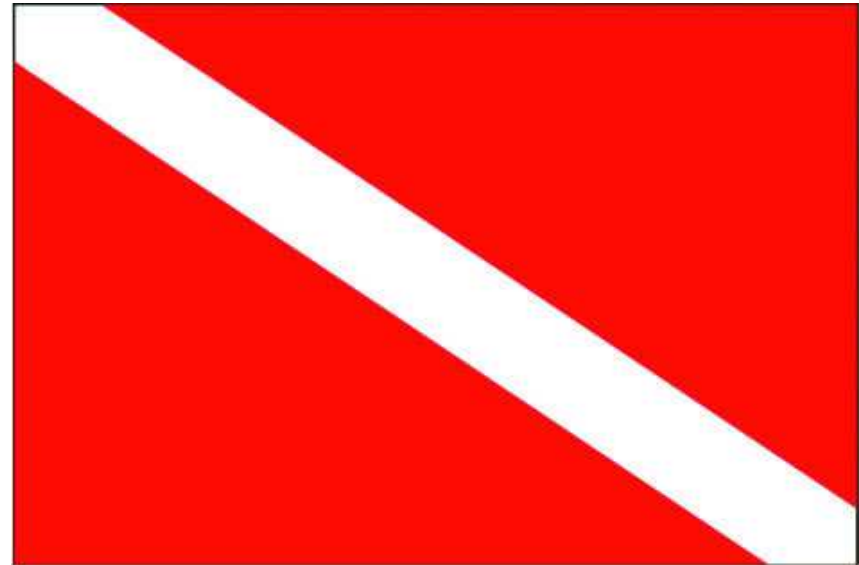
LE BANDIERE

**NESSUNA
LIMITAZIONE
ALLA
BALNEAZIONE**
(NON PRESENTE QUESTA
BANDIERA
NELL'ORDINANZA DEL
LITORALE)



LE BANDIERE

**SUBACQUEO
IN
IMMERSIONE
PRESTARE
MASSIMA
ATTENZIONE**



LE BANDIERE

BANDIERA BLU

La Bandiera Blu è un riconoscimento internazionale, istituito nel 1987 Anno europeo dell'Ambiente, che viene con il supporto e la partecipazione delle due agenzie dell'ONU: UNEP (Programma delle Nazioni Unite per l'ambiente) e UNWTO (Organizzazione Mondiale del Turismo).

Bandiera Blu è un eco-label volontario assegnato alle località turistiche balneari che rispettano criteri relativi alla gestione sostenibile del territorio.

Obiettivo principale di questo programma è quello di indirizzare la politica di gestione locale di numerose località rivierasche, verso un processo di sostenibilità ambientale.



Squadra operativa di soccorso - ONLUS



Squadra Operativa di Soccorso S.O.S. Pisa -
Onlus www.sospisa.org
info@sospisa.org

Nascita S.O.S.

La Squadra Operativa di Soccorso, successivamente indicata con S.O.S., nasce il 15 febbraio 2012 basandosi sulla normativa riguardante la legge quadro sul volontariato n°266/9, la legge regionale del volontariato n°28/93 e per quanto sia compatibile con la norma di cui all'art.17 del D.Lgs n°460/97 disciplinante le ONLUS.

Iscrizioni S.O.S.

S.O.S. è iscritta:

- al registro regionale delle organizzazioni di volontariato della sezione provinciale di Pisa con determina del Dirigente n°4773 del 17/10/2012;
- all'elenco regionale del volontariato della Toscana con decreto dirigenziale n°5683 del 04/12/2012 presso la Direzione generale della Presidenza Settore Sistema Regionale di Protezione Civile della Toscana;
- all'elenco delle organizzazioni di volontariato con parere favorevole ai sensi dell' art.1, comma3, al DPR n°194/01 circa l'idoneità tecnico-operativa dell'organizzazione S.O.S. presso la Direzione generale della Presidenza Settore Sistema Regionale di Protezione Civile della Toscana in data 10/01/2013;
- all'elenco Nazionale delle organizzazioni di volontariato del Dipartimento della Protezione Civile DPR n°194/01 in data 07/02/2013 con il quale si autorizza l'uso dell'emblema di Protezione civile Volontariato.
- all'AICS – Associazione Italiana Cultura e Sport - quale ente di promozione sociale e sportiva n°102004 del 13/09/2012.
- aderenti alla Centro Servizi per il Volontariato della Toscana - delegazione Cesvot di Pisa.
- Aderenti al Coordinamento Provinciale di Protezione Civile della Provincia di Pisa dal 14/05/2013.
- All'elenco delle associazioni di volontariato del Comune di Collesalveti (LI)
- Aderenti al Coordinamento Provinciale di Protezione Civile della Provincia di Livorno

Squadra Operativa di Soccorso S.O.S. Pisa -

Onlus www.sospisa.org

info@sospisa.org

Mission S.O.S.

S.O.S. ha lo scopo di protezione civile e sociale ,
tale scopo sarà perseguito attraverso
l'intervento dei soci mediante: la vigilanza,
l'assistenza ed il soccorso a garanzia della
sicurezza in acqua, sott'acqua e a terra e di
assistenza sanitaria in presenza o meno di
calamità naturale e di emergenza.

Obiettivi S.O.S.

In particolare l'obiettivo dei soci e dell'associazione è quello di prestare assistenza e soccorso in acqua e nello specifico:

- Soccorso in mare di superficie e subacqueo;
- Vigilanza per la sicurezza lungo gli argini dei fiumi;
- Soccorso in acque interne e soggette ad esondazione o alluvioni;
- Vigilanza per l'assistenza, il soccorso e la sicurezza in acqua durante manifestazioni;
- Soccorso sanitario;
- Ricerca dispersi a terra, in superficie e sott'acqua;
- Soccorso speleologico;
- Vigilanza per la salvaguardia e il recupero ambientale,

Formazione Volontari S.O.S.

I volontari di S.O.S. sono formati per svolgere:

- attività di ricerca e recupero subacqueo e acquatico,
- ricerca e salvamento in acqua in caso di esondazioni o in mare in superficie e subacquea;
- assistenza e supporto di superficie anche durante le manifestazioni sportive in mare ed acque interne su argini o su imbarcazioni,
- supporto di superficie per le attività acquatiche e subacquee con personale qualificato per la gestione di emergenze acquatiche e subacquee con il BLS-D e la somministrazione di ossigeno base ed avanzato;
- supporto a terra con competenze di BLS-D.
- personale di terra di supporto logistico.

Scopo S.O.S.

L'attività di volontariato di S.O.S. è mirata
alla sicurezza ed al soccorso acquatico

Qualifiche volontari S.O.S.

- La formazione dei volontari per svolgere le attività su indicate è comprovata da brevetti e specializzazioni di rilievo nazionale e internazionale quali operatori, istruttori e trainer.
- Le didattiche di riferimento, tra le altre sono: PADI, NAUI, SDI, FIPSAS, EFR, DAN, FIN, FISA, SNS, CAI.

Attività svolta da S.O.S.

Seppur di recente costituzione Squadra Operativa di Soccorso:

- Il 5 e 6 ottobre 2013 ha partecipato e organizzato la Pulizia dei Fondali Elba 2013 con il contributo del Parco Nazionale dell'Arcipelago Toscano, in corrispondenza del decennio 2011-2020 quale Decade sulla Biodiversità delle Nazioni Unite, con il patrocinio del Comune di Porto Azzurro e la collaborazione della Misericordia di Porto Azzurro.
- Il 18 dicembre 2013 ha partecipato alla ricerca di persona scomparsa nel territorio della Valdera Inferiore. Le ricerche sono state coordinate dai Vigili del fuoco e dal Centro Interdipartimentale di Protezione Civile della Valdera inferiore.
- Il 31 gennaio 2014 è stata allertata dal Coordinamento della Protezione Civile della Provincia di Pisa e ha partecipato all' "Emergenza Arno" a supporto del montaggio dei 'panconcelli' svolto dal personale dell'Esercito Italiano per prevenire rischi alla popolazione.
- Il 11 febbraio 2014 è stata allertata dal Coordinamento della Protezione Civile della Provincia di Pisa e della Protezione Civile del Comune di Pisa e ha partecipato all' "Emergenza Arno" con l'installazione dei sacchi di sabbia in prossimità dei "panconcelli" ad ulteriore garanzia per la tutela alla popolazione.

Attività pregresse di S.O.S.

I volontari e soci di S.O.S. durante la loro attività con l'A.s.d. Per Mare Per Terra hanno partecipato ad importanti eventi di livello nazionale ed internazionale quali:

- Giornata dedicata alla Pulizia del Mare (dei fondali e delle spiagge) organizzata da The Ocean Conservancy e Project AWARE;
- Raccolta dati per il Progetto STE ScubaTourism for the Environment “Red Sea Biodiversity Monitorino Program” ideato dal Marine Science Group e dall'Università di Bologna.
- Raccolta dati per il Progetto Biodiversità Subacquea del Mediterraneo “SUB per l'Ambiente” del Dipartimento di Biologia Evoluzionistica Sperimentale dell'Università di Bologna con lo scopo di stimare lungo le coste italiane il grado di diversità biologica degli ambienti marini
- Raccolta dati per il Progetto M.A.C. Monitoraggio Ambiente Costiero svolta in collaborazione con il Dip.Te.Ris. dell'Università degli studi di Genova, il CIRSA dell'Università di Bologna e il DiSVa dell'Università Politecnica delle Marche
- Supporto e assistenza di superficie durante le manifestazioni di canottaggio presso i Navicelli gennaio 2012

Attività di prevenzione di S.O.S.

- E' di importanza vitale l'educazione dei bambini di tutte le età, dei giovani e dei genitori nel rapporto con l'acqua.
- Per aiutare in questa attività di prevenzione S.O.S. utilizza il contatto, la comunicazione diretta e l'uso di tabelle indicanti i comportamenti a rischio da evitare per godere a pieno dei benefici del contatto e del rapporto con il mondo acquatico.

LE REGOLE PER LA SICUREZZA IN ACQUA

- 1° VALUTA LE TUE CAPACITA' NATATORIE

Saper nuotare significa spostarsi in acqua con il miglior rendimento possibile e riuscire a **galleggiare** con facilità rimanendo fermi in un determinato punto. Significa inoltre saper eseguire correttamente la **“respirazione”** e cioè: inspirazione con la bocca fuori dall'acqua ed espirazione con il viso in acqua facendo le classiche bollicine. Chi rimane a galla e si sposta in acqua sempre con la testa fuori dall'acqua (per incapacità di fare la corretta respirazione) è un “potenziale annegato”.



LE REGOLE PER LA SICUREZZA IN ACQUA

- 2° MAI DA SOLO IN ACQUA

In acque libere (spiagge o tratti di mare non sorvegliati) rimanere sempre in gruppo. Se si è in acqua da soli basta un crampo, una paura improvvisa, una perdita di coscienza o un trauma anche leggero per rischiare la vita.

- 3° ATTENZIONE AL FREDDO E AL SALTO TERMICO

La differenza di temperatura tra il corpo umano (37°) e l'acqua (18° - 27°) provoca una reazione tanto

maggiore quanto più l'acqua è fredda e l'entrata è brusca. Quindi dopo l'esposizione al sole o comunque

quando si è troppo accaldati è necessario entrare in acqua gradualmente al fine di evitare lo shock termico.

Pericolo: idrocuzione (sincope riflessa).



LE REGOLE PER LA SICUREZZA IN ACQUA

- 4° NON ENTRARE IN ACQUA SE NON TI SENTI IN PERFETTE CONDIZIONI PSICOFISICHE.
- 5° NON ENTRARE IN ACQUA SE NON SONO PASSATE ALMENO TRE ORE DA UN PASTO COMPLETO E DUE DA UNO SPUNTINO.
- 6° MAI BERE ACQUA O BIBITE GHIACCIAE PRIMA DI ENTRARE IN ACQUA.



k9523990 www.fotosearch.fr



k3882534 www.fotosearch.it

LE REGOLE PER LA SICUREZZA IN ACQUA

- 7° NON ENTRARE IN ACQUA SE LE CONDIZIONI METEOMARINE SONO DIFFICILI

Fare gli eroi per farsi vedere dagli amici che si è in grado di nuotare anche con il mare mosso o con il maltempo può causare gravi pericoli.



- 8° NON FORZARE MAI LE TUE PRESTAZIONI

Valutare sempre le proprie capacità.

Mai spingersi al largo nel tentativo di raggiungere un'imbarcazione o una boa se non si è in grado di tornare indietro e soprattutto se non si è dei validi nuotatori.

Nuotare al largo è pericoloso e in caso di crampi rimanere tranquilli e mettersi sul dorso spostandosi solo con le braccia.



- 9° FAI ATTENZIONE A DOVE TI TUFFI

Se vi tuffate dagli scogli è importante controllare sempre la profondità del tratto di mare scelto per i tuffi che deve essere libero e profondo almeno 4/5 metri.



LE REGOLE PER LA SICUREZZA IN ACQUA

10° ATTENTI ALLE APNEE E MAI IPERVENTILARE

l'immersione in apnea anche se fatta per gioco e in poca profondità è sempre pericolosa e dev'essere categoricamente seguita a vista da qualcuno (bagnino etc...) in grado di intervenire in caso di malore.

Nell'apnea è assolutamente bandita l'iperventilazione (atti respiratori rapidi e veloci) poiché tale pratica può favorire la sincope, mentre è consigliato fare delle respirazioni lente e profonde per attuare un buon rilassamento psicofisico pre-immersione. Al primo bisogno di respirare iniziare subito la risalita.

Utilizzate nelle uscite al mare il pallone segnasub per essere ben visibili dalle imbarcazioni o moto d'acqua e immergersi sempre in equilibrio idrostatico positivo.

E' consigliato frequentare corsi specifici per apprendere le tecniche di immersioni e le tecniche di respirazione e rilassamento che sono fondamentali per una buona immersione in apnea. Per immergersi con le bombole è necessario frequentare un corso specifico e, in caso si disponga della certificazione necessaria (brevetto), è opportuno appoggiarsi ad un centro immersioni (Diving Center).



IL DECALOGO ACQUATICO DEL BRAVO GENITORE

1 Educa i tuoi figli ad una buona acquaticità, dai primi bagnetti alla prima scoperta del mare: se non sai come affrontare con sicurezza l'ambiente acquatico informati e apprendi.

2 Ricorda che ogni bambino ha i suoi tempi. Stimola la sua acquaticità rispettando i loro tempi di apprendimento. La comunicazione, il gioco e la prudenza sono alla base di tutto.

3 Ricorda che la confidenza dell'acqua sul viso va stimolata con specifiche procedure e che la corretta respirazione in acqua è il vero ABC dell'ambiente acquatico.



IL DECALOGO ACQUATICO DEL BRAVO GENITORE

4 Tieni sempre a vista i bambini nelle piscine, nei parchi acquatici e nei tratti di mare, anche se sono sorvegliati dai bagnini. Tienili a vista anche quando hanno i braccioli o altri ausili per il galleggiamento!



5 Non togliere i braccioli o un bracciolo per vedere se stanno a galla, sgonfiali gradualmente e verifica la loro dinamicità ed il loro galleggiamento.

6 In acqua con i tuoi bambini gioca, divertiti ma valuta sempre le tue e le sue capacità natatorie. Inoltre rispetta e fai rispettare ai tuoi figli i divieti di balneazione.

7 La maggior parte di laghi e dei fiumi non è balneabile: In acque torbide e prive di sorveglianza evitate la balneazione anche se siete nuotatori esperti. Ogni azione genera una conseguenza: non avere comportamenti eccessivi e sii un genitore prudente.



ilcoliana.info

IL DECALOGO ACQUATICO DEL BRAVO GENITORE

8 Ricordati che l'apnea è pericolosa anche in un metro d'acqua! Fai ammirare i fondali ai tuoi bambini, ma al primo bisogno di respirare digli di riemergere. Nell'apnea utilizza sempre il sistema di coppia: uno in superficie e l'altro si immerge. E utilizza sempre il pallone segnasub!



9 Attendi a dove vi tuffate! Il fondo deve essere libero e la profondità deve essere adatta ad evitare incidenti. Inoltre rispetta l'ambiente acquatico marino: guardare e non toccare. Alcune specie possono essere pericolose!

10 In barca o sul gommone prendi visione delle norme. Indossa e fai indossare il giubbotto salvagente ai bambini. Se avvisti una boa con una bandierina stai almeno a 100m di distanza, significa che c'è un subacqueo in immersione.



Controllo della sicurezza in acqua CSA

6–8 anni

La maggior parte dei bambini di età compresa tra i 5 ei 9 anni annega nuotando in piscina o giocando accanto all'acqua. In questo gruppo di età i casi di annegamento sono due-tre ogni anno.

Purtroppo gli incidenti capitano anche nel nuoto scolastico. I pochi casi (cinque tra il 2000 e il 2008 fra i bambini dai 5 ai 9 anni) suscitano il vivo interesse dei mass media, e sono un grande dolore e un peso inimmaginabile per le famiglie colpite, le scuole e gli insegnanti.

Da notare che la balneazione e il nuoto rappresentano la seconda attività sportiva preferita dai bambini in Svizzera, e che in laghi, fiumi e piscine si nuota e sguazza per migliaia di ore senza il minimo incidente.

Se praticati regolarmente, il nuoto e la balneazione hanno effetti positivi sul sistema psicofisico e divertono.

Le scuole che propongono un insegnamento regolare del nuoto danno un prezioso contributo allo sviluppo sano delle loro scolare e dei loro scolari!

Per evitare che i bambini si infortunino in acqua occorre dapprima comprendere la dinamica di questo tipo di incidente.

Fra i bambini tra i 5 e i 9 anni è possibile distinguere molto chiaramente fra

- **inabissamento improvviso:** in molti casi i bambini annegano improvvisamente passando totalmente inosservati. Solitamente vengono rinvenuti privi di vita sul fondo della vasca. Questo tipo di incidente è quasi sempre silenzioso;

Le competenze in acqua vanno oltre il saper nuotare.

- **caduta in acqua:** i bambini giocano accanto all'acqua o stanno camminando nelle immediate vicinanze e cadono in acqua. Questi incidenti si verificano non soltanto durante la stagione balneare, ma anche nei mesi più freddi.

Conclusioni

Entrambi i tipi d'incidente hanno un fattore in comune: al momento dell'annegamento, praticamente tutti i bambini non erano sorvegliati o lo erano in maniera insufficiente.

Controllo della sicurezza in acqua

Raccomandano di preparare i bambini in modo tale che a 9 anni (età indicativa) siano capaci di assolvere il C.S.A.

Grazie alle competenze minime acquisite con il CSA i bambini riescono a portarsi in salvo da soli a riva o a bordo vasca in caso di caduta accidentale in acqua. Inoltre, il CSA infonde nei bambini maggiore sicurezza in acque profonde. Ciò nonostante, i bambini non vanno mai lasciati nuotare o giocare in acqua soli e privi di sorveglianza!.

C.S.A.

Nel corso di tre lezioni i bambini vengono preparati in modo ludico ad affrontare il CSA.

Obiettivi didattici in sintesi:

Svolgere i seguenti compiti uno in seguito all'altro, senza interruzione:

- capriola con tuffo in acque profonde
- 1 minuto di galleggiamento sul posto
- 50 m nuoto

Le 3 competenze

In caso di caduta improvvisa in acqua ci si può trovare disorientati: per questo motivo, il primo compito dei bambini è quello di realizzare un tuffo a capriola in acqua.

Da uno studio realizzato in Canada è emerso che due terzi degli annegamenti si verificano a meno di 15 metri dalla riva o dal bordo vasca: nuotando su 50 metri i bambini sono ampiamente prevenuti. Ma prima di lanciarsi nel nuoto devono calmarsi e orientarsi, per non scegliere colti dal panico la meta sbagliata e magari più difficile da raggiungere: ecco lo scopo del galleggiamento sul posto durante 1 minuto.

Equipaggiamento di protezione

I bambini devono anche imparare a indossare un giubbotto di salvataggio adatto. Questo aspetto riveste particolare importanza soprattutto in vista di possibili attività a bordo di natanti.

Nel 70% dei casi di affogamento ad annegare è un bambino, nel 30% dei casi una bambina

Domande?

Squadra Operativa di Soccorso
S.O.S. Pisa - Onlus
www.sospisa.org info@sospisa.org

GRAZIE

Squadra operativa di soccorso -
ONLUS



Squadra Operativa di Soccorso S.O.S. Pisa -
Onlus www.sospisa.org
info@sospisa.org