



RECONHECER UM AFOGAMENTO

Autor: Carlos Martins

Um afogamento está muito longe de ser aquilo que todos nós, médicos e não médicos, imaginamos que é um afogamento. A imagem que todos nós temos de um afogamento é a imagem que adquirimos pelo cinema e pela televisão. Achamos que uma pessoa a afogar-se irá certamente gritar, pedir socorro, bracejar e até acenar a pedir ajuda. Só que, muitas vezes, um afogamento não é nada disso.

Um afogamento está muito longe de ser aquilo que todos nós imaginamos

Resposta Instintiva ao Afogamento

1. Durante um afogamento, as pessoas estão quase sempre fisiologicamente **incapazes de gritar por socorro**. A pessoa não consegue respirar e, sem respirar, não consegue falar.

2. No processo, a boca da pessoa que está aflita e a afogar-se, **alternadamente afunda e reaparece** acima da superfície da água. A boca não permanece acima da superfície da água o tempo suficiente para que expirem, inspirem e gritem por socorro.

3. Por outro lado, a pessoa que está a afogar-se **não consegue acenar de forma a pedir ajuda**. A natureza, instintivamente, como que força a pessoa em processo de afogamento a estender os braços lateralmente e pressionar a superfície da água. Pressionar a superfície da água permite que a vítima possa alavancar o seu corpo para que possa trazer a boca até à superfície da água para respirar.

Este processo pode parecer que a pessoa está a brincar aos saltos na água. Pode parecer que a pessoa vai ao fundo e tocando com os pés no fundo, ganha força para vir acima na vertical.

4. No fundo há toda uma **resposta instintiva ao afogamento** do corpo humano que faz com que a pessoa não consiga controlar voluntariamente os movimentos dos seus braços. Fisiologicamente, não é possível uma vítima de afogamento que está a lutar na superfície da água parar de se afogar para realizar movimentos voluntários como acenar por socorro, ou ir em direção a alguém ou estender a mão para se agarrar a alguma coisa. Até pelo contrário, por vezes a pessoa até está perto de uma corda ou de uma boia, embate nela várias vezes, mas a resposta instintiva impede-a de conseguir agarrar-se.

5. Do início ao fim da resposta instintiva de afogamento, o corpo da pessoa mantém uma posição vertical na água. A menos que seja resgatada, uma pessoa só consegue lutar na superfície da água cerca de 20 a 60 segundos antes de ocorrer a submersão.

Leitura complementar:

[Algoritmo Suporte Básico de Vida Afogamento](#) da Autoridade Marítima Nacional

Outros sinais de afogamento

- Há ainda outros sinais que nos poderão ajudar a identificar uma vítima em processo de afogamento:
- Cabeça virada para baixo com a boca dentro ou ao nível da água.
- Cabelo na frente do rosto, sobre a testa, ou a tapar os olhos.
- Cabeça inclinada para trás, estando a pessoa com a boca aberta.
- Um olhar vazio, incapaz de focar ou olhos fechados.
- A pessoa pode apresentar uma respiração ofegante.
- Pode dar a sensação de que a pessoa está a tentar nadar numa dada direção, mas sem conseguir progredir.
- A pessoa pode apresentar-se a rolar sobre o seu dorso.

NA VERDADE, GRANDE PARTE DOS AFOGAMENTOS, SEJA NO MAR, SEJA NAS PRAIAS FLUVIAIS OU EM PISCINA, OCORREM COM PESSOAS À BEIRA, PESSOAS ESSAS QUE NÃO SE APERCEBEM QUE, ALI AO LADO, ALGUÉM ESTÁ A SER VÍTIMA DE UM AFOGAMENTO.

Leitura complementar:

[Algoritmo Suporte Básico de Vida Afogamento](#) da Autoridade Marítima Nacional