

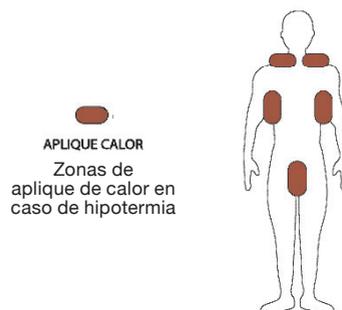
TRATAMIENTO Y REANIMACIÓN DE UN NÁUFRAGO

HIPOTERMIA: El tiempo de supervivencia de un hombre en el agua depende de varios factores entre los que la temperatura del agua ocupa el primer lugar. El viento puede constituir un factor adicional. Por supuesto, las condiciones físicas del náufrago son también determinantes en función de la corpulencia, la edad o la obesidad. Frente a lo que pudiera pensarse, la actividad en el agua representa pérdida de calor.

A título indicativo se señala una tabla con los tiempos de supervivencia en el agua en función de la temperatura.

A partir de los 35° de temperatura corporal se considera que una persona padece hipotermia. Los síntomas son el cansancio, la incomodidad, falta de coordinación, aturdimiento, entorpecimiento de la palabra y desorientación. Por debajo de los 31° se pierde el conocimiento, se dilatan las pupilas y el pulso se vuelve débil e irregular. Si bien la muerte puede sobrevenir en cualquier fase de la hipotermia, por debajo de los 30° es difícil saber ya si una persona está viva o muerta.

TEMPERATURA	TIEMPO DE SUPERVIVENCIA
Inferior a 2° C	Menos de 45 minutos
Entre 2° y 5° C	Aprox. 1 hora
Entre 5° y 10° C	Menos de 3 horas
Entre 10° y 15° C	Menos de 7 horas
Entre 15° y 20° C	Menos de 16 horas
Superior a 20°	Supuestamente indefinida



Tratamiento: Si tomada la temperatura del náufrago, ésta no supera los 34° C y se observan algunos de los síntomas descritos anteriormente, deberemos proceder así:

Comprobar pulso y reacción pupilar.

Practicar la respiración artificial.

Si no hay pulso practicar el masaje cardíaco.

Si el náufrago respira: Abrigarlo y trasladarlo a un lugar protegido del viento y el frío. **Colocarlo en posición lateral**, con la cabeza apoyada en un brazo. Intentar calentar colocando objetos calientes (botellas de agua, toallas calentadas) en cuello, ingles y axilas. Vigilarle por si deja de respirar.

Si el náufrago no respira ni tiene otros signos de vida (no responde, no se mueve, no tose...): Avisar al Servicio Radiomédico Español **913 103475**, a Salvamento Marítimo, **900 202 202** o a los servicios de emergencia **112- e iniciar reanimación cardiopulmonar (RCP).**

REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR (RCP)

Consiste en la realización de masaje cardíaco y respiración boca a boca, siendo prioritario el masaje cardíaco y pudiendo incluso obviarse la realización de la respiración boca a boca si hay un solo reanimador o éste tiene dudas sobre su capacidad de realizarla. Cuando realizamos ambas maniobras se hace a un ritmo de **30 compresiones torácicas seguidas de 2 respiraciones boca a boca.**

Para realizar el masaje cardíaco nos arrodillamos al lado de la víctima colocando nuestras manos entrelazadas y apoyándolas en el centro del pecho de la víctima, presionando con marcada brusquedad y los brazos estirados a **un ritmo de 100 compresiones por minuto** (un poco menos de 2 compresiones por segundo).



Las compresiones pectorales se realizan entre los pezones

RESPIRACIÓN BOCA A BOCA

Para realizar la respiración boca a boca inclinamos hacia atrás la cabeza de la víctima para que la lengua no obstruya el paso de aire. Con una mano cerramos sus fosas nasales y con la otra sujetamos su mandíbula hacia arriba. Cubrimos toda la superficie de su boca con la nuestra y aplicamos las dos respiraciones. Si no vemos clara la realización de esta maniobra o nos hace perder mucho tiempo es preferible realizar sólo masaje cardíaco.

Esta secuencia de 30 compresiones / 2 respiraciones continuará hasta que llegue la ayuda medicalizada o aparezcan signos de vida, con un **límite en la duración de la RCP de 30-40 minutos, que podría aumentarse en tiempo si existe hipotermia.**