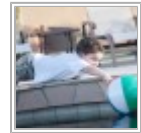




## Cómo actuar en los ahogamientos



El mayor número de ahogamientos tienen lugar en los meses de verano. Los principales lugares donde se producen son las piscinas, ríos, lagos, pantanos, pozos o el mar. Pero hay que tener en cuenta que los niños pequeños son especialmente vulnerables y se pueden ahogar en menos de 6 cm de profundidad del agua. Esto significa que se puede producir un ahogamiento cuando uno menos se lo espera, en la bañera, en un cubo lleno de agua, una fuente, una piscina inflable, una acequia o cualquier pequeño contenedor de agua que haya en el entorno doméstico.

### ¿Qué son?

Se definen como la sumersión de la persona en un medio líquido, que produce asfixia por la penetración del mismo en las vías respiratorias.

### ¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas pueden variar según la gravedad. Al niño, tras ser rescatado de un ahogamiento o casi-ahogamiento, puede costarle respirar, tener tos o vómitos, puede tener la piel azulada especialmente alrededor de la boca, estar agitado o muy adormilado.

### ¿Qué se puede hacer?

La duración del periodo de asfixia producido por la inmersión determinará la gravedad. Por tanto, se debe iniciar el tratamiento en el mismo lugar donde se ha producido el ahogamiento, siguiendo los siguientes pasos:

1. Sacar al niño con rapidez del lugar donde se ha producido el ahogamiento.
2. Si está consciente y respira, se recomienda colocarlo acostado de lado. Con esta posición se evita que las vías respiratorias se puedan obstruir de nuevo y favorece la salida de agua con la tos, o el vómito del líquido que pudiera haber tragado.
3. Si el niño no respira se deben iniciar de forma inmediata los primeros auxilios, una [reanimación cardiopulmonar \(RCP\) básica](#) (ver vídeo).
4. Mientras se realizan las maniobras de reanimación se debe solicitar ayuda avisando al teléfono de emergencias 112.
5. Si sólo hay una persona para atender al niño no se recomienda interrumpir las maniobras de reanimación para solicitar ayuda más de un minuto, y éstas deben continuarse sin interrupción hasta la llegada de la ayuda del 112..
6. Prevenir la pérdida de calor del niño: retirar la ropa mojada, secarlo y taparlo con cualquier material.
7. Se desaconseja realizar maniobras de compresión abdominales para expulsar contenido líquido, salvo sospecha clara de obstrucción de la vía aérea por un cuerpo extraño aspirado.

### ¿Qué consecuencias tiene?

La consecuencia más importante de la inmersión prolongada en el agua es la asfixia por la falta de oxigenación del organismo. La asfixia puede producir lesiones importantes y, en última instancia, la muerte del niño. Cada año mueren en España entre 70 y 150 niños por ahogamiento en playas, piscinas, ríos y embalses, y el 86 % de los casos se produce en piscinas domésticas.

## ¿Cómo se pueden prevenir?

La buena noticia es que [se pueden prevenir](#). Hay muchas maneras para garantizar la seguridad de los hijos. Cuando esté en el agua siempre debe permanecer bajo la supervisión de un adulto y ha de asegurarse de que, cuando crezca, adopte las precauciones necesarias para cuando no haya adultos presentes.

## ¿Qué medidas podemos tomar?

- Es aconsejable enseñar a los niños técnicas de seguridad en el agua, ayudándoles a aprender habilidades básicas, tales como aprender a flotar. Se considera que los niños generalmente están preparados para nadar a partir de los cuatro años, aunque algunos se desarrollan antes. Cuanto antes aprendan, mejor.
- Es importante supervisar al niño mientras está en el agua. No debe suponerse que porque el niño haya hecho un curso de natación o lleva un dispositivo de flotación no corre ningún riesgo de ahogamiento.
- No es seguro dejar a un niño al cuidado de otros niños o adolescentes en la bañera o en una piscina, dado que éstos se pueden distraer con facilidad y la mayoría no tienen la capacidad física ni están entrenados para el rescate en el agua ni para realizar los primeros auxilios.
- Quien disponga de piscina en casa debe asegurarse de que está vallada adecuadamente. La valla debe tener al menos 155 cm de altura y cubrir todo el perímetro de la piscina, evitando huecos en su parte inferior por donde pueda colarse un niño y con una distancia entre barrotes inferior a 10 cm. Las puertas deben tener una cerradura o pestillo de seguridad, fuera del alcance de los niños.
- Los niños no deberían corretear y empujarse alrededor de la piscina y nunca deberían sumergirse en las áreas que no están específicamente marcadas a tal efecto.
- Es conveniente aprender técnicas de reanimación cardiopulmonar (las demás personas que se queden al cuidado de los niños también deberían aprenderlas).

Artículo publicado el 20-2-2012, revisado por última vez el 27-6-2024

**La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.**

---

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

**Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:**

<https://enfamilia.aeped.es/temas-salud/como-actuar-en-ahogamientos>