

## 6 ESCAPOLIMENTS

### Introducció

El control en el Salvament Aquàtic comença en realitat des del moment en què el socorrista aquàtic veu el problema que succeeix en l'aigua. Tot rescat ha de ser controlat des d'un principi, tenint en compte que no es tracta de sotmetre a la persona que s'està ofegant, sinó que es persegueix ajudar-la utilitzant el procediment idoni de salvament que es pugui realitzar. Per aquest motiu, no és obligat que el rescat de l'accidentat es faci tenint contacte previ amb ell, a vegades, en funció del cas concret, i sempre que aquell es trobi conscient, pot interessar al socorrista aquàtic no intervenir directament i parlar amb l'accidentat, intentant que es mantingui a la superfície de l'aigua o bé que nedi. En tot cas, sempre el primer pas és avisar-lo abans d'arribar al contacte físic i en tot moment, l'objectiu principal serà calmar-lo i tranquil·litzar-lo quan més millor.

És obvi que, si l'accidentat es troba inconscient, el seu rescat serà al més ràpid possible tenint en compte que pot estar lesionat. Com a regla general en casos d'accidentats conscients, la presa de contacte SEMPRE es realitza per l'esquena, de forma que sigui el socorrista el qui controli i no a l'inrevés. Insistim en què tot això s'ha d'efectuar amb rapidesa, seguretat i sense dubtar en cap moment. La seguretat de la persona que anem a rescatar va relacionada amb la pròpia seguretat del socorrista aquàtic.

### 6.1 Comportament de l'accidentat

Per al socorrista aquàtic és molt important conèixer la forma en què es comportarà la persona que creu ofegar-se en l'aigua. Una persona que no sap nedar o que per qualsevol circumstància pensa que s'ofega, adquireix generalment un comportament instintiu, el de la lluita per la supervivència, un dels instints més arrelats dels éssers vius. El desig que predomina, i potser l'únic, és el de salvar-se. En aquesta situació la força es veu augmentada al màxim, tenint en compte que l'aprovisionament de sang (i amb ella l'adrenalina) als múscles augmenta amb circumstàncies de por o enuig. No obstant, els moviments acostumen a ser desesperats, no controlats i normalment simètrics. Aquesta persona no pensa, intenta recolzar-se agafant-se a tot allò que veu segur, que és precisament allò que veu fora de l'aigua i quasi sempre s'agafa al cap, al coll, als canells, als braços o les mans de la persona que s'acosta a salvar-lo i, poques vegades, s'agafen al pit o cintura.

Tot això justifica la necessitat que té el socorrista aquàtic de conèixer, dominar i saber aplicar amb facilitat i rapidesa les tècniques d'escapoliments perquè si s'equivoca i es deixa agafar per l'accidentat, ha d'aplicar-les correctament i amb rapidesa.

Tècniques de control i escapoliments que ha de seguir el tècnic en salvament

#### CONTROL D'ACCIDENTAT CONSCIENT

#### ESCAPOLIMENTS PER PRESA PEL CAP I EL COLL

#### ESCAPOLIMENTS PER PRESA PEL PIT :

- Escapoliments per presa pel pit amb braços agafats

- Escapoliments per presa pel pit amb braços lliures

## ESCAPOLIMENTS PER PRESA PER LES MANS O MANILLES

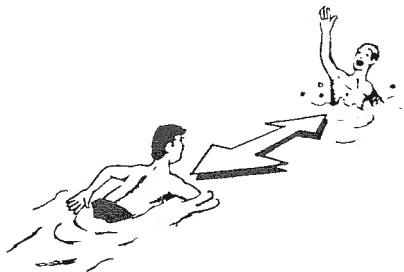
## ESCAPOLIMENTS PER PRESA PER L'ESQUENA

### CONTROL DE L'ACCIDENTAT CONSCIENT :

És lògic advertir que un socorrista aquàtic expert MAI s'hauria de trobar en la situació de necessitar l'aplicació de les tècniques de salvament, donat que ell ha de saber a cada moment controlar el rescat i per tant l'accidentat i mai el contrari. No pot permetre que el desbordin les circumstàncies. Això li representaria un desgast innecessari d'energia i un augment de la tensió del moment. El socorrista aquàtic eficient, en realitat mai hauria de realitzar escapoliments, ja que mai ha de donar la possibilitat a les persones que va a rescatar que l'agafin. Però com a mesura preventiva és convenient conèixer i dominar les tècniques d'escapoliments i, per sobre de tot, el protocol obligat en qualsevol tipus de rescat :

Protocol :

- 1) Arribar el més ràpidament possible a l'accidentat amb problemes.



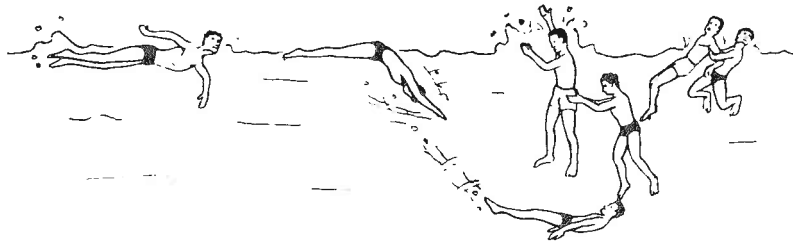
- 2) Intentar calmar-lo, parlant-li i controlant-lo sense necessitat de contacte físic.
- 3) Si les circumstàncies aconsellen el rescat immediat i decidim el contacte físic, cal fer-lo sempre per la seva esquena, realitzant un control contundent i portant a terme, al menys al principi, una tècnica de remolc que demostrï a la persona accidentada que no tindrà problemes en el rescat i, sobretot, fent-la sentir-se segura a la superfície.
- 4) Si la persona accidentada, malgrat totes les precaucions agafa el socorrista aquàtic, aquest aplicarà de forma immediata els escapoliments que siguin necessaris. La velocitat en la seva aplicació és el millor ajut perquè tinguin l'èxit desitjat. Els escapoliments dins l'aigua tenen un avantatge addicional que és la facilitat de lliscament que aporta el líquid.
- 5) Si els escapoliments no fossin efectius, el socorrista sempre s'enfonsarà, perquè la persona que s'ofega buscarà la superfície deixant-se anar, ja que per a ell allà a fora es troba la seguretat. Possiblement ens farà servir d'escala per tornar a la superfície i si continuem enfonsant-nos, ben segur, que ens en lliurarem.
- 6) Mai, sense cap pretext, farem servir la violència que en definitiva podria danyar encara més l'accidentat. Un socorrista ha de tenir els recursos suficients com

per no utilitzar la violència. D'altra banda, els cops dintre l'aigua veuen reduïda la seva eficàcia degut al desplaçament dels dos cossos, el del socorrista i el de l'accidentat, per no tenir un punt de recolzament fix, i això fa que la seva efectivitat sigui mínima amb el risc d'excitar encara més a la persona que s'ofega.

Tècniques de control :

Accions prèvies :

- Davant d'accidentats conscients, molt nerviosos o histèrics, el socorrista aquàtic escollirà sempre l'estratègia de no deixar-se agafar. Per aconseguir-ho dos metres abans d'arribar a l'accidentat s'ha de submergir i li sortirà per l'esquena; i si la decisió ha estat la d'iniciar el remolc, aplicarà una tècnica de control que li permeti el desplaçament aquàtic de tots dos sense problemes.



- Una altra forma de fer-se amb el control de l'accidentat sense que aquest pugui agafar-nos, és nedar al seu voltant, i arribar-hi pel darrere en el moment que aquest estigui distret.
- Una tercera forma és submergir-se dos metres abans d'arribar a l'accidentat i des de sota, agafar-lo pels turmells o cames, obligant a què el cos giri i s'orienti en la direcció que ens interressi per realitzar el control.

Accions de control :

- El socorrista agafa els dos braços de l'accidentat pel darrere de l'esquena utilitzant un o els dos braços.
- El socorrista passa els braços per damunt de les espatlles de l'accidentat i uneix les mans pel darrere de l'esquena de l'accidentat, quedant aquest envoltat pels braços del socorrista
- El socorrista passa els seus braços per sota de les aixelles de l'accidentat i porta les seves mans al cap d'aquest, quedant els braços de l'accidentat lliures però sense la possibilitat d'agafar al socorrista.

## ESCAPOLIMENTS:

Es denominen escapoliments les tècniques basades en el judo i la defensa personal, i adaptades al medi aquàtic, permeten al socorrista que es troba agafat per la persona que s'està ofegant escapar-se amb relativa facilitat de la situació adversa i de les preses desesperades i descontrolades.

En totes les tècniques d'escapoliments són molt importants dues consideracions :

- 1) executar la tècnica amb rapidesa
- 2) mantenir l'accidentat perfectament controlat damunt de la superfície de l'aigua després d'haver-li aplicat l'escapoliment

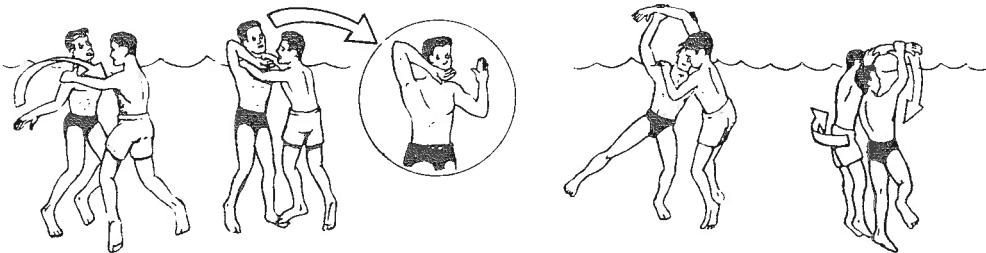
La progressió més adequada per arribar al domini de les tècniques d'escapoliments és la següent :

- 1) exposició teòrica
- 2) pràctica per parelles en sec amb velocitat d'execució alentida i poca força en les preses de l'accidentat
- 3) pràctica per parelles en sec amb velocitat i força el més real possible
- 4) pràctica per parelles en sec sense permetre la visió de l'executant (incrementant les seves sensacions tàctils i kinestèsiques)
- 5) pràctica per parelles en l'aigua amb velocitat d'execució alentida i poca força en les preses de l'accidentat
- 6) pràctica per parelles en l'aigua amb velocitat i força el més real possible
- 7) pràctica per parelles en l'aigua sense permetre la visió de l'executant (tapant-se les ulleres amb el casquet de bany).

Escapoliments per presa pel cap o el coll :

Tècnica :

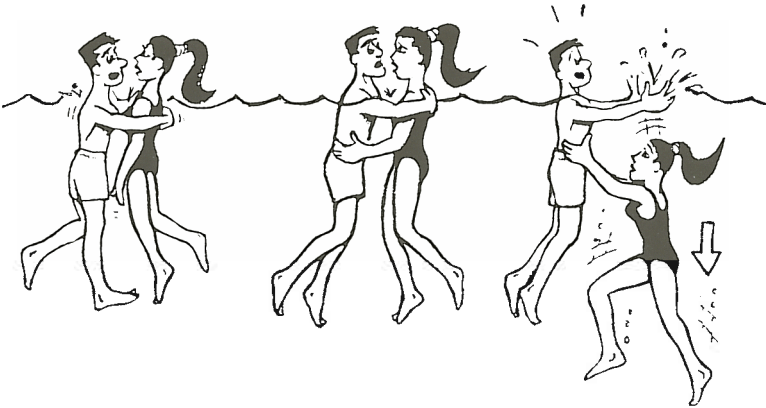
Quan l'accidentat agafa el socorrista ambdues mans i molta força pel coll o pel cap, l'escapoliment es realitza recolzant una mà sobre el colze de l'accidentat i passant l'altre mà per sobre de l'altre braç de l'accidentat per arribar en rotació externa fins a sota del canell. Des d'aquesta posició, s'empenyerà el canell de l'accidentat cap avall, fent palanca sobre el braç contrari de l'accidentat. A la mateixa vegada que s'empeny el canell de l'accidentat cap avall, se l'ha d'agafar per flexionar el colze i poder portar-lo a la seva esquena per controlar-lo i iniciar el remolc.



Escapoliments per presa pel pit amb braços agafats :

Tècnica :

Quan l'accidentat agafa al socorrista a l'alçada del pit, subjectant també els seus braços, l'escapoliment es fa amb un potent moviment de ambdós braços cap amunt per enfonsar-se, fins i tot ancorant les mans en els costats de l'accidentat per facilitar l'escapoliment. Una vegada sota l'aigua, el socorrista surt per l'esquena de l'accidentat per realitzar un control adequat que li permeti un remolc sense problemes.



Escapoliments per presa pel pit amb braços lliures :

Tècnica :

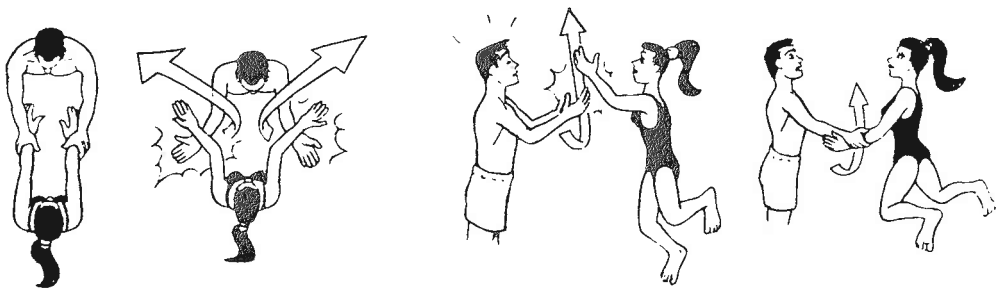
Quan l'accidentat agafa al socorrista aquàtic per l'alçada del pit, però sense haver agafat els braços, l'escapoliment es realitza introduint amb certa precaució un o els dos braços entre els dos cossos, per recolzar una o ies dues mans a l'alçada de l'estèrnum de l'accidentat. A continuació s'estenen els colzes aplicant sobre el pit de l'accidentat una gran força per empènyer-lo cap enrere i amunt. Després d'aquesta acció, el socorrista s'enfonsa per sortir per l'esquena de l'accidentat i poder realitzar un control adequat.



## Escapoliments per presa per les mans i canells:

### Tècnica :

Quan l'accidentat agafa al socorrista per mans o canells, l'escapoliment consisteix a realitzar amb molta força i rapidesa un gir amb els avantbraços, de tal manera que es permeti obrir la pinça que l'accidentat forma amb les seves mans al realitzar la presa. Inmediatament després de deixar-se anar, el socorrista aquàtic ha de controlar l'accidentat per tal d'iniciar el remolc.



## Escapoliments per presa per l'esquena :

### Tècnica :

Quan l'accidentat realitza la presa per l'esquena, el socorrista agafa un dels seus canells i, a la vegada que el gira cap endins, s'enfonsa per passar per sota del braç corresponent, es situa a l'esquena de l'accidentat sense deixar anar el seu canell i el controla d'aquesta manera per iniciar seguidament el remolc.

