Cold Water Survival Stats and Facts – Spanish



HECHOS

1. El peligro de la supervivencia en aguas frías se debe principalmente a la rápida pérdida de calor corporal y al riesgo de hipotermia. Al exponerse al agua fría, el calor corporal se transfiere rápidamente, lo que provoca un descenso de la temperatura corporal central. La hipotermia puede mermar las capacidades cognitivas y físicas, dificultando pensar con claridad.
2. El agua fría puede inducir una respuesta de choque por frío, provocando jadeos involuntarios y un aumento de la frecuencia cardiaca y la tensión arterial. Este shock inicial puede provocar pánico, lo que puede dificultar aún más los esfuerzos de supervivencia. El agua fría también reduce la destreza y la fuerza muscular.
3. Otro peligro de la supervivencia en aguas frías es el riesgo de ahogamiento. La respuesta de choque al frío puede provocar una respiración rápida y dificultades para controlar la respiración, lo que puede provocar la inhalación de agua.
4. La naturaleza remota e impredecible de los entornos de aguas frías, como océanos, lagos o ríos, puede agravar aún más el peligro. La distancia a la orilla, la visibilidad limitada, las fuertes corrientes y las condiciones meteorológicas desafiantes pueden dificultar o retrasar el rescate, aumentando el tiempo de permanencia en aguas frías e incrementando el riesgo para la supervivencia.
5. Las situaciones de supervivencia en aguas frías pueden inducir miedo, pánico y desorientación, dificultando la toma de decisiones y disminuyendo las posibilidades de éxito del autorrescate.

ESTADÍSTICAS

- La Guardia Costera de EE.UU. informa de que aproximadamente el 20% de las víctimas de ahogamiento en aguas frías muestran signos de hipotermia. La hipotermia puede producirse incluso con temperaturas del agua relativamente suaves.
- Aproximadamente el 20% de los que caen en aguas muy frías mueren en el primer minuto de inmersión debido al choque del agua fría. Sin un dispositivo personal de flotación (DPF) y un traje seco, la supervivencia de más de 5 minutos es poco probable. El choque por agua fría es tan extremo en aguas a 55ºF como en aguas a 35ºF. Esto significa que, en prácticamente todas las masas de agua de New Hampshire y Maine, incluido el océano, el choque por agua fría es una amenaza de abril a mayo, e incluso puede ser un riesgo a principios de verano en algunas zonas. La tasa de mortalidad en accidentes de navegación es del 45% cuando la

temperatura del agua es < 50F, pero es sólo del 11% cuando la temperatura del agua es de 70 a 79F?

- La incapacitación física se produce cuando uno queda físicamente indefenso en el agua porque ya no puede controlar los brazos, las piernas, las manos y los pies. El impacto se produce a los 10 minutos en aguas de menos de 70 grados, pero a veces puede sentirse a los pocos segundos de entrar en el agua.
- Según la Guardia Costera de EE.UU., el 75% de los conductores de embarcaciones que murieron en 2021 no habían recibido educación formal sobre navegación y no estaban preparados en caso de emergencia.
- Más del 30% de los accidentes mortales de navegación en Minnesota se producen en aguas frías sin que la víctima lleve puesto un chaleco salvavidas.