

Cold Water Survival Infographic – Spanish



A black and white illustration of a person sitting on a flat surface, possibly a boat deck or a beach. They are wearing a jacket and pants, and are huddled up, shivering with cold.

A black and white illustration of two people huddled together in a group hug. They are wearing jackets and are trying to keep warm by staying close to each other.

HIPOTERMIA

Para prevenirla es necesario abrigar las zonas de mayor pérdida de temperatura: cabeza, cuello, axilas e ingles, evitar la humedad y permanecer hidratado. En el agua, el náufrago no debe nadar, sino adoptar la postura fetal y flotar abrazado a sus compañeros.

Los primeros síntomas de la hipotermia son escalofríos incontrolados, pérdida de destreza manual, destemplanza y apatía.

Tratamiento de la hipotermia

- Trasladar al afectado horizontalmente y evitar los golpes.
- Quitar toda la ropa mojada y secar sin frotar, especialmente las extremidades.
- No dar a beber alcohol.
- Abrigar a la víctima a resguardo del viento.
- Si el náufrago está inconsciente, hacer una llamada de socorro.

Fuente: <https://alcaidesamarina.com>