

2020

# FORUM DI SICUREZZA ACQUATICA FSA

---



---

**Editore**

UPI, Ufficio prevenzione infortuni  
Società Svizzera di Salvataggio SSS

## Indice

# FORUM DI SICUREZZA ACQUATICA FSA 2020

<b>PREFAZIONE</b>	<b>PAGINA 4</b>
<b>INCIDENTALITÀ</b>	<b>PAGINA 6</b>
<b>FATTORI DI RISCHIO</b>	<b>PAGINA 10</b>
<b>BUONE PRATICHE</b>	<b>PAGINA 12</b>
<b>EVITARE L'ANNEGAMENTO</b>	<b>PAGINA 18</b>
<b>COORDINAMENTO NAZIONALE</b>	<b>PAGINA 24</b>
<b>UNITÀ DI DOTTRINA</b>	<b>PAGINA 28</b>
<b>PARTNER FSA</b>	<b>PAGINA 32</b>

# PREFAZIONE

Diciamocelo onestamente: non ne possiamo più di questo coronavirus o covid-19. Abbiamo riflettuto a lungo se menzionarlo o no, nella prefazione al Rapporto 2020 del Forum di sicurezza acquatica, ma se vogliamo ragionare sui dati degli annegamenti registrati nel 2020 non possiamo fare a meno di nominarlo. Del resto, i provvedimenti adottati dalle autorità per contenere i contagi hanno avuto un notevole impatto sull'esposizione al rischio.

In Svizzera, rispetto agli anni precedenti, è aumentato il numero delle persone che praticano attività in acqua e nelle sue vicinanze, in particolare di quelle che sono uscite in barca o sono andate a nuotare nei fiumi. Anche il numero delle appassionate e degli appassionati di stand up paddle è in crescita. Di riflesso, molti attrici e molti attori impegnati sul fronte della prevenzione degli annegamenti hanno adeguato o intensificato le misure preventive e hanno avviato nuove iniziative e cooperazioni. Il presente rapporto ne propone alcune a titolo di esempio.

Nell'anno in rassegna, nonostante la maggiore esposizione al rischio, il numero degli annegamenti non ha subito variazioni di rilievo. Sul perché si possono formulare varie ipotesi: merito delle attività di prevenzione? E di quali esattamente? Senza queste misure il numero delle persone annegate sarebbe ugualmente rimasto stabile? Non abbiamo una risposta certa, ma in ogni caso possiamo dirci fieri dei risultati ottenuti.

L'importante è puntare, passo dopo passo, verso una sempre maggiore conoscenza in fatto di misure preventive efficienti ed efficaci. Mettiamo in discussione il sistema esistente, aggiorniamo il nostro know-how e ampliamo il nostro repertorio di comportamenti, anche se talvolta tutto ciò può creare tensioni tra le organizzazioni o al loro interno. Approfittiamo di queste tensioni, allora, per uscire dalla zona di comfort. Ne vale la pena, perché è l'unico modo per evitare i casi di annegamento evitabili.

Al Forum di sicurezza acquatica 2020 e nel relativo rapporto abbiamo spiegato come possiamo mettere in discussione con spirito critico le misure di prevenzione esistenti e sviluppare nuovi progetti basati su prove di efficacia.



Stefan Siegrist  
Direttore dell'UPI



Reto Abächerli  
Direttore esecutivo della SSS

## Definizione di annegamento



Nel 2002 l'OMS ha definito l'annegamento come un deficit respiratorio causato dalla sommersione o immersione in un liquido che può portare a morte del soggetto, a esiti permanenti sulla sua salute ma anche al pieno recupero di tutte le funzioni vitali.

**Nell'anno in rassegna, nonostante la maggiore esposizione al rischio, il numero degli annegamenti non ha subito variazioni di rilievo.**

## Il nostro obiettivo

L'UPI e la SSS si sono prefissati di ridurre il tasso di annegamenti in Svizzera da 0,6 a 0,5 per 100 000 abitanti (su una media di 5 anni) entro il 2027. Questo obiettivo, che a prima vista può sembrare modesto, è in realtà molto ambizioso. Nella società odierna l'esposizione al rischio tende infatti ad aumentare: sempre più persone praticano attività dentro, sopra o vicino all'acqua e, con i

flussi migratori, aumenta il numero di persone con competenze di nuoto e sicurezza in acqua relativamente basse, che non conoscono i pericoli specifici delle acque svizzere. Per questi motivi, il semplice fatto di mantenere l'attuale tasso di annegamento – esiguo nel confronto internazionale – è già di per sé una sfida.

# INCIDENTALITÀ

## Numero di annegamenti in Svizzera

Sull'arco di dieci anni in Svizzera annegano in media 46 persone, delle quali il 14 per cento sono ospiti stranieri provenienti dall'estero. Il bel tempo e le temperature miti fanno aumentare l'esposizione al rischio dentro, sopra e vicino all'acqua. Nelle estati piovigginose invece la gente preferisce rinunciare agli sport acquatici. Il numero degli infortuni può dunque variare notevolmente da un anno all'altro.

**46 morti all'anno, di cui 6 ospiti stranieri**



Popolazione svizzera **86%**



Ospiti stranieri **14%**

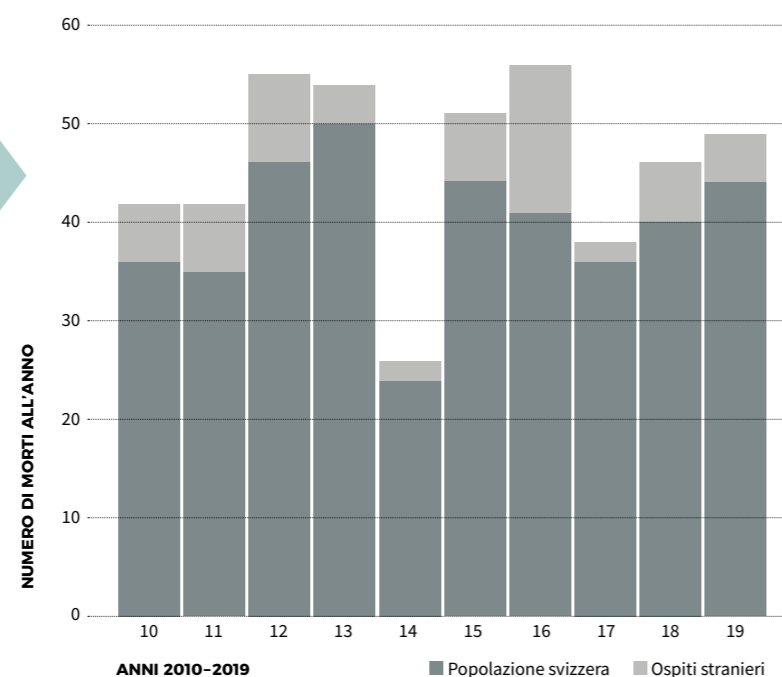


Figura 1 – Numero di annegamenti in Svizzera; fonte: Statistica UPI degli infortuni mortali nello sport, 2020

## Attività al momento dell'annegamento

La maggior parte degli annegamenti si verifica durante la pratica di uno sport acquatico, in particolare facendo il bagno, nuotando o durante un'uscita in barca. Tuttavia si registrano casi di annegamento anche in situazioni in cui il contatto con l'acqua non era previsto. Si pensi ad esempio a un bambino che sta giocando o correndo vicino all'acqua o agli occupanti di una macchina che finisce in acqua a seguito di un incidente.

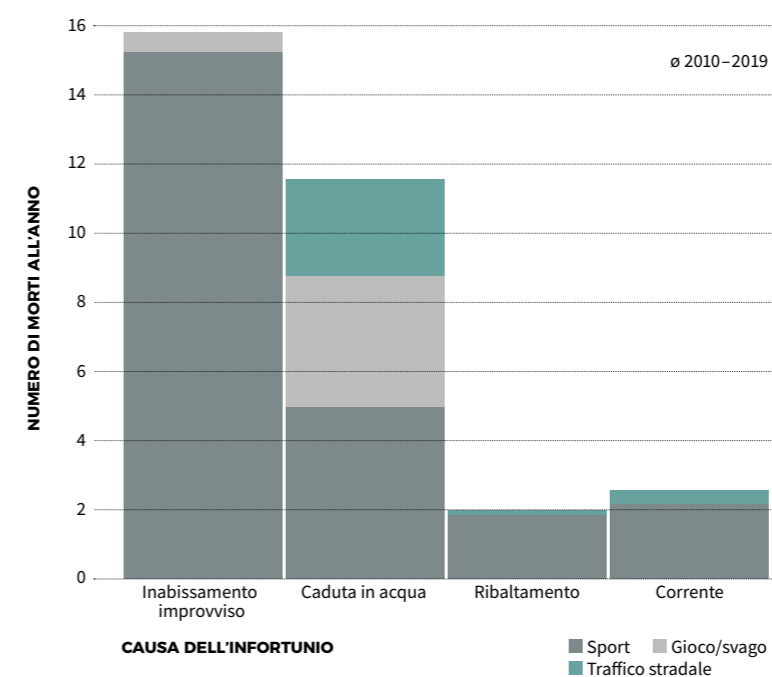


Figura 2 – Attività al momento dell'annegamento; fonte: Statistica UPI degli infortuni mortali nello sport, 2020

### Sport, gioco e traffico



Sport **73%**



Gioco/svago **10%**



Traffico stradale **7%**  
Soprattutto auto e bicicletta



Sconosciuto **10%**

\* Di cui il 62% facendo il bagno o nuotando, il 13% in barca/surf, il 7% durante immersioni e il 18% durante altre attività sportive a scuola, al militare o sul lavoro.

## Vittime di annegamento

Le vittime di annegamento sono in prevalenza uomini. Ciò è imputabile a un comportamento a rischio piuttosto che a un tempo di esposizione più lungo. Casi di annegamento si registrano in tutte le fasce d'età. Nella fascia tra i 15 e i 19 anni, ossia l'età alla quale la vigilanza degli adulti diminuisce, si osserva tuttavia un netto aumento delle vittime rispetto alle fasce più giovani. A partire dai trent'anni l'incidentalità si stabilizza e, a parte delle lievi oscillazioni, resta elevata fino ad età avanzata.

**I più esposti sono gli uomini fra i 15 e i 29 anni**



Uomini

**84%**



Donne

**16%**

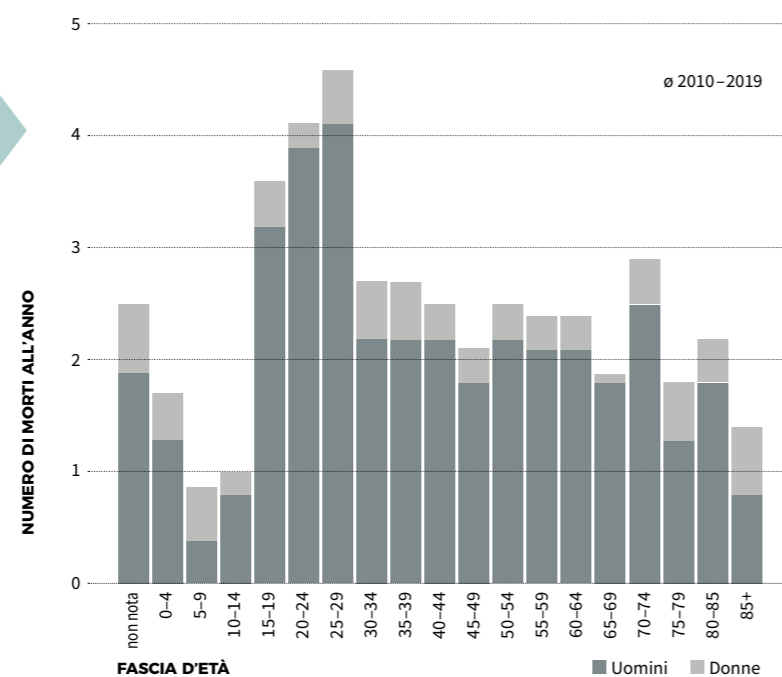


Figura 3 - Vittime di annegamento; fonte: Statistica UPI degli infortuni mortali nello sport, 2020

## Luogo dell'annegamento

In Svizzera sono soprattutto le acque libere ad essere teatro di annegamenti. Nei fiumi e nei torrenti si registra la stessa incidentalità che nei laghi e nelle acque ferme. Benché le statistiche non permettano di trarre conclusioni sul rischio di annegamento, si può partire dal presupposto che praticare il nuoto o la balneazione in strutture pubbliche sia molto più sicuro che non in acque libere. Le cifre riguardanti gli infortuni per singolo cantone rispecchiano a grandi linee la presenza di corsi d'acqua e acque libere ferme, sebbene anche la vicinanza di un agglomerato costituisca un incentivo alla balneazione e influenzi l'incidentalità.

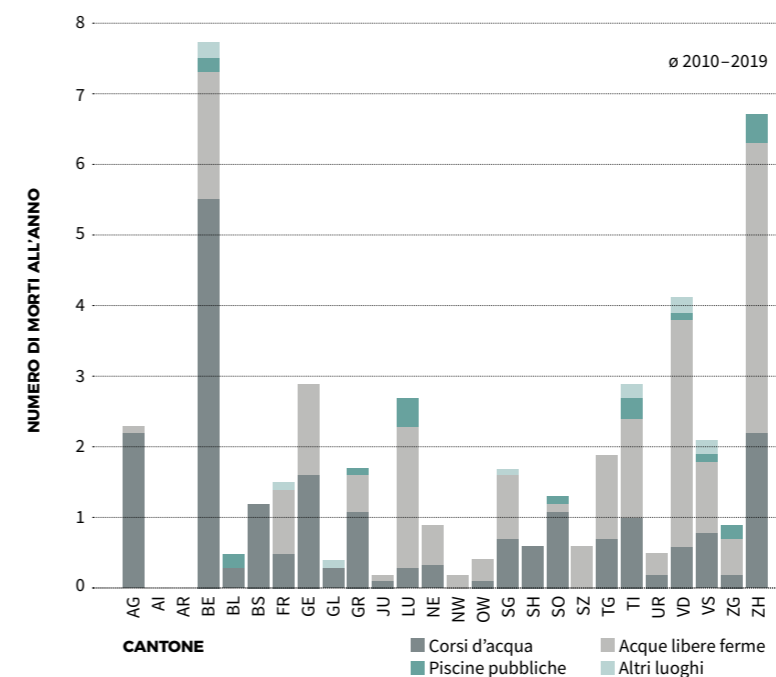


Figura 4 - Luogo dell'annegamento; fonte: Statistica UPI degli infortuni mortali nello sport, 2020

**In acque libere, soprattutto nella Svizzera tedesca**



Corsi d'acqua **47%**



Acque libere ferme **46%**



Piscine pubbliche **5%**



Altri luoghi **2%**

# FATTORI DI RISCHIO



**Dopo una caduta in acqua:**

**RIPRENDERE IL CONTROLLO DELLA RESPIRAZIONE**

**Questo aumenta le possibilità di sopravvivenza.**

## Acque fredde

Già a inizio aprile di quest'anno, sui fiumi e sui laghi svizzeri si vedevano persone fare paddling o andare in gommone in maglietta e pantaloncini, per lo più senza giubbotto di salvataggio. La temperatura dell'aria si aggirava intorno ai 25° C ma quella dell'acqua in alcuni casi era di poco superiore ai 10° C.

Se, in tali condizioni, una persona dovesse accidentalmente cadere in acqua, a prescindere se stava passeggiando, facendo paddling o andando in gommone, subirebbe uno shock termico. Inizierebbe a boccheggiare e a iperventilare: il cuore accelera, i vasi sanguigni si restringono e la difficoltà a respirare può rapidamente causare un attacco di panico. A questo punto, può succedere che nel tentativo di incamerare più aria inizi a inspirare acqua fredda e dunque ad annegare. Inoltre, lo shock termico può causare problemi cardiocircolatori e persino un arresto cardiaco senza che penetri acqua nei polmoni.

Uno scenario drammatico ma tutt'altro che irrealistico, purtroppo: nel 2019 la bassa temperatura delle acque potrebbe aver giocato un ruolo in un sesto dei 49 decessi per annegamento. Le vittime stavano tutte passeggiando, andando in bici o in gommone e non avevano alcuna intenzione di tuffarsi in acqua. In mancanza di testimoni, salvo in un caso, nessuno ha potuto soccorrerle in tempo utile.

È bene sapere, dunque, che l'acqua, soprattutto dei fiumi, può essere gelida anche in una giornata calda. Ciò va tenuto bene a mente non solo da chi pratica un'attività acquatica ma anche da chi passeggia, va in bici o fa un'escursione vicino all'acqua. Chi svolge un'attività acquatica, oltre a non farlo da solo, dovrebbe indossare una muta in neoprene e un giubbotto di salvataggio e portare con sé il cellulare con l'app per le emergenze in un astuccio impermeabile.

Cosa fare se accidentalmente si cade vestiti in acque fredde magari in pieno inverno? Ecco cosa rispondono i collaboratori del ricercatore inglese Michael Tipton:

la reazione dell'organismo allo shock termico dura un paio di minuti. La cosa peggiore da fare in questa fase è portare le braccia fuori dall'acqua o iniziare a nuotare. Alzando le braccia, infatti, il resto del corpo va a fondo e la testa finisce sott'acqua. Inoltre, l'aria imprigionata negli abiti può fuoriuscire più facilmente. In questi casi di solito, la persona in pericolo cerca di tenersi a galla con movimenti concitati, ma non resiste a lungo poiché non riesce a coordinare le bracciate con la respirazione ormai fuori controllo. Inoltre, c'è il rischio che l'acqua sollevata compiendo movimenti incontrollati finisca nelle vie respiratorie e che i muscoli irrigiditi, premendo sui polmoni, facciano uscire l'aria peggiorando la capacità del corpo di tenersi a galla.

Le probabilità di sopravvivenza aumentano se si riesce anzitutto a riprendere il controllo della respirazione. I ricercatori consigliano quindi di «fare il morto» o, se ciò non fosse possibile, di compiere piccoli movimenti per tenere naso e bocca fuori dall'acqua o di cercare di aggrapparsi a qualcosa che aiuti il galleggiamento. Solo in seguito si può tentare di raggiungere a nuoto la riva.

In caso di caduta in acque fredde, la Royal National Lifeboat Institution suggerisce quanto segue:

- non battere le braccia sull'acqua come suggerisce l'istinto
- mettersi in posizione dorsale e distendere braccia e gambe
- se necessario, aiutarsi a restare a galla con piccoli movimenti delle braccia e delle gambe
- galleggiare fino a riprendere il controllo della respirazione
- solo a questo punto, chiedere aiuto o nuotare fino a un luogo sicuro.

Si raccomanda di frequentare il modulo «Ipotermia» della SSS, che insegna alle/ai partecipanti come comportarsi in caso di emergenza in acque fredde.

# BUONE PRATICHE

## AGIRE PER PIÙ SICUREZZA IN ACQUA

### Svolgimento del progetto

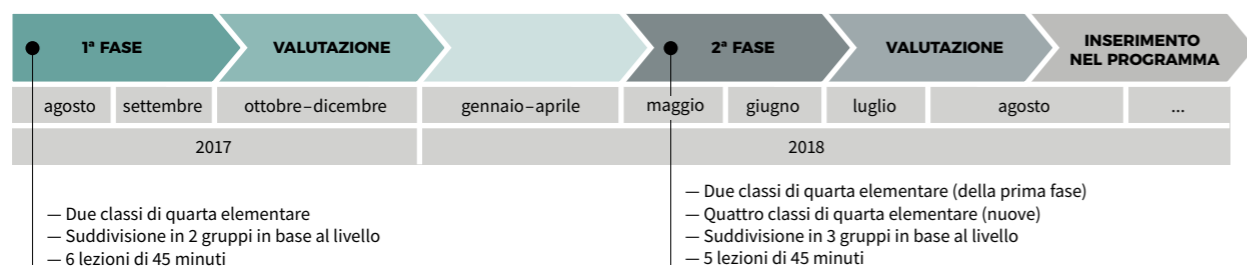


Figura 5 – Corsi di nuoto e di sicurezza in acqua nel lago; fonte: Interface

### Corsi di nuoto e di sicurezza in acqua nel lago

Organizzato nella scuola di Hochdorf



#### Contesto

A cavallo tra il 2016 e il 2017 la direzione della scuola di Hochdorf (LU) cercava il modo di applicare i regolamenti cantonali sulle lezioni di nuoto e di sicurezza in acqua conformemente al Piano di studio 21. Scartata la possibilità di usufruire della piscina coperta del Comune limitrofo per motivi di capienza, assieme alla SSS ha pensato a una soluzione alternativa: lanciare un progetto pilota per tenere le lezioni di nuoto e di sicurezza in acqua al lago.

#### Procedure e misure

Nell'ambito del progetto pilota, nell'anno scolastico 2017/2018 due classi di quarta elementare, composte rispettivamente da 19 e 22 allieve e allievi, hanno seguito le lezioni di nuoto e di sicurezza in acqua nello stabilimento balneare di Baldegg, che comprende tra l'altro una zona riservata ai non nuotatori nel lago, una piscina di 25 metri e una piscina di 20 metri per non nuotatori (entrambe non riscaldate). Le lezioni, tenute da un esperto della SSS, si sono svolte in parte in acque libere, in parte nelle piscine ma anche sulla terraferma. Le/Gli insegnanti della scuola ne hanno approfittato per acquisire le competenze necessarie per portare avanti il progetto.

I risultati della valutazione intermedia eseguita dopo la prima fase di progetto e della valutazione finale al termine della seconda fase hanno permesso di integrare le lezioni di nuoto e sicurezza in acqua al lago nel programma per l'anno scolastico 2018/2019.

La scorsa estate, nel Comune di Hochdorf, la SSS ha fatto valutare da un organo esterno le lezioni di nuoto e sicurezza in acqua al lago.

#### Risultati

Le persone intervistate nell'ambito della valutazione (docenti, dirigenti scolastici, responsabili comunali,

esperte/i della SSS) si sono dette convinte che la maggioranza delle allieve e degli allievi abbia migliorato le proprie competenze di nuoto e autosalvataggio e che ora sia in grado di affrontare le acque del lago con maggiore sicurezza.

Circa l'80 per cento delle allieve e degli allievi ha superato il CSA in piscina e alcune/i anche in acque libere. Le intervistate e gli intervistati, tuttavia, hanno fatto notare che il superamento del CSA è solo una piccola parte. Nelle lezioni di nuoto e sicurezza in acqua, infatti, si impara anche a gestire il freddo e a comportarsi correttamente nel lago e nelle sue vicinanze. I bambini scoprono, per esempio, che sensazione si prova a camminare sul fondo del lago, quanto è profonda l'acqua, dove sono riposte e come si usano le attrezzature di salvataggio. In questo senso, secondo le intervistate e gli intervistati, le lezioni di nuoto e sicurezza in acqua al lago sono ben più arricchenti delle normali lezioni di nuoto in piscina.

#### Conoscenze acquisite

L'esempio della scuola di Hochdorf dimostra che si può fare lezione di nuoto al lago integrando o sostituendo le lezioni in piscina.

#### Fattori di successo:

- disponibilità a cooperare e motivazione della direzione scolastica, delle/dei docenti e del Comune
- competenze necessarie per fare lezione al lago in tutta sicurezza: se non le si ha, le si può acquisire con l'aiuto di organizzazioni specializzate/esperte ed esperti esterni.
- una preparazione meticolosa aiuta a individuare gli ostacoli e a superare eventuali reticenze.
- una buona infrastruttura favorisce la riuscita delle lezioni e offre flessibilità sul posto.

## «Resta a galla!» Con SportXX



### Contesto

Le nostre acque sono molto apprezzate per un'uscita in gommone o con altri natanti. Il rischio di annegare è però sempre in agguato come confermano le cifre. SportXX ha quindi deciso di impegnarsi attivamente ai fini della prevenzione.

### Procedure e misure

L'UPI ha contattato la catena di negozi di articoli sportivi SportXX per presentarle la documentazione riguardante il progetto «Resta a galla!» e proporle una collaborazione. SportXX ha accettato di buon grado e si è rivolta a un importatore per la fornitura di giubbotti di salvataggio.

SportXX ha incluso nell'assortimento il giubbotto di salvataggio raccomandato dall'UPI. Inoltre, ha fornito alle proprie filiali materiale pubblicitario e informativo (adesivi per pavimenti, volantini, espositori). Per attirare l'attenzione delle/dei clienti sul tema della sicurezza negli sport acquatici, sono stati esposti anche dei manichini con dei giubbotti di salvataggio. La cooperazione con l'UPI e con l'importatore si è rivelata un reciproco arricchimento.

### Risultati

Le/I clienti hanno dimostrato enorme interesse per i giubbotti di salvataggio e per gli altri dispositivi di sicurezza, grazie anche all'attività di sensibilizzazione sul rispetto delle regole di navigazione promossa dal personale di vendita. La catena SportXX, con questa iniziativa, ha certamente contribuito a rendere più sicuri gli sport acquatici.

### Conoscenze acquisite

Poiché un anno non basta per informare tutte le clienti e tutti i clienti sulle prescrizioni e le raccomandazioni riguardanti la sicurezza negli sport acquatici, SportXX continuerà a impegnarsi in tal senso anche nei prossimi anni.



Figura 6 – «Resta a galla!» con SportXX; fonte: SportXX

## Mediazione urbana Nella città di Neuchâtel



### Contesto

Incastonata tra l'Altopiano e la zona pedemontana del Giura, la città di Neuchâtel domina le sponde del lago omonimo che, con i suoi 220 km<sup>2</sup> circa, è il maggiore dei laghi interamente svizzeri. Da est a ovest, le spiagge comprese tra Monruz e Serrières attirano molte appassionate e molti appassionati di nuoto, studentesse e studenti universitari ma anche numerosi turiste e turisti. Per anni le autorità locali hanno cercato un modo per rafforzare la prevenzione degli infortuni tra coloro che praticano sport acquatici.

### Procedure e misure

Nel 2020, dopo il picco di casi di Covid-19, la popolazione è stata esortata a trascorrere l'estate in Svizzera. «I nostri uffici turistici hanno decantato le bellezze del Cantone e del suo lago», racconta la municipale Violaine Blétry-de Montmollin, capodicastero Sicurezza. «Sapevamo che con l'arrivo dell'estate una moltitudine di persone si sarebbe riversata sulle nostre spiagge e ovviamente la cosa ci faceva piacere. Al contempo, però, abbiamo lanciato una campagna di sensibilizzazione incaricando i nostri mediatori urbani di dare risalto alle regole per il bagnante formulate dalla Società Svizzera di Salvataggio».

Per tutta l'estate, in particolare durante le vacanze scolastiche, i mediatori hanno battuto le spiagge di pomeriggio e di sera distribuendo cartoncini con le regole per il bagnante e facendo opera di prevenzione presso famiglie e comitive di amici. Grazie a una partnership con la SSS e la sua sezione locale, la Société de sauvetage et de vigilance nautique de Neuchâtel (SSVNN), sono stati posati 12 cartelli con le 6 regole nelle aree lacustri della città più frequentate dai bagnanti. Alla posa del primo cartello sulle Jeunes-Rives a fine luglio ha presenziato, oltre ai partner e a numerosi rappresentanti dei media, anche Daniel Koch, testimonial della SSS per la campagna «Covid-Estate 2020».

La campagna è stata accolta favorevolmente. Tra l'altro, i cartoncini con le regole per il bagnante vengono distribuiti dall'estate 2018. Nel 2021, se la situazione sanitaria lo permetterà, verrà organizzata una giornata con dimostrazioni

di salvataggio e di primo soccorso in collaborazione con il servizio di salvataggio del lago, i paramedici e la locale sezione SSS.

### Risultati e conoscenze acquisite

Al momento della stesura del presente rapporto non erano ancora disponibili le valutazioni finali sulla copertura mediatica ottenuta né sul gradimento dei messaggi diffusi. «La popolazione locale e i visitatori della città e delle sponde del nostro lago hanno apprezzato l'attività svolta dai mediatori», dichiara Stéphane Robert, impiegato del Servizio comunale della sicurezza e co-promotore del progetto «Mediazione urbana nella città di Neuchâtel».

Nell'estate del 2022, il progetto di valorizzazione del nuovo parco di Jeunes-Rives consegnerà alle cittadine e ai cittadini una spiaggia molto più ampia e organizzata di quella attuale. La città di Neuchâtel intensificherà la sua opera di prevenzione e sensibilizzazione affinché tutti possano godere pienamente di questi nuovi spazi ricreativi col minor numero possibile di infortuni in acqua.



Figura 7 – Mediazione urbana nella città di Neuchâtel; fonte: città di Neuchâtel



## Nuovo set di carte Water Safety

### Divertirsi in acqua senza brutte sorprese



I vostri nuotatori di salvataggio

#### Contesto

Dalla scorsa estate il set di carte Water Safety ha una nuova veste grafica. Rivolto principalmente a insegnanti (di nuoto), monitori e monitori G+S e altri addetti alla sorveglianza che operano dentro, fuori e sull'acqua, questo strumento aiuta a pianificare e svolgere attività acquatiche di gruppo in tutta sicurezza. Il set di carte è stato rielaborato per tenere conto delle ultime conoscenze in fatto di prevenzione degli annegamenti e di salvataggio in acqua e per fornire al gruppo target un sussidio didattico adeguato.

#### Procedure e misure

Il set di carte Water Safety è stato rielaborato da un team di autrici e autori facenti capo all'UPI, alla SSS e a G+S. Le esperte e gli esperti lo hanno arricchito con le loro conoscenze sulla prevenzione degli annegamenti e con l'esperienza maturata sul campo. Per quanto concerne la parte dedicata alle piscine, sono stati coinvolti i centri di competenza swiss aquatics e swimsports.ch nell'intento di mettere a punto uno strumento pratico utilizzabile nell'ambito di corsi e moduli per gruppi target specifici.

Si trattava di mantenere i contenuti validi, aggiornare quelli superati e recepirne di nuovi contemplando nelle 20 carte solo gli elementi fondamentali. Ulteriori informazioni possono essere visualizzate grazie ai codici QR stampati sulle carte.

Tutti i contenuti si basano sul modello d'azione della SSS, ispirato a sua volta alla Drowning Chain of Survival. Questo filo conduttore sta a dimostrare che la priorità assoluta delle carte è prevenire gli annegamenti.

Prima di essere pubblicati, i contenuti sono stati testati e affinati nel corso di lezioni pratiche sia in piscina che in acque libere.

#### Risultati

La scorsa estate si sono tenuti due moduli pilota interdisciplinari di Gioventù+Sport dedicati alla figura di sorvegliante acqua. Il programma prevedeva la messa in pratica dei contenuti del set di carte, esercitazioni e approfondimenti. Oltre a essere un'opera di consultazione,

il set di carte è un ottimo ausilio autodidattico e offre spunti di riflessione. Le/I partecipanti hanno imparato che una buona pianificazione è il criterio di successo di un'attività acquatica sicura e divertente. Inoltre, sono stati prefigurati i pericoli possibili e si è discusso di come affrontare o ridurre al minimo i rischi.

#### Conoscenze acquisite

Il diario di apprendimento pensato per il modulo permette alle/ai partecipanti di riflettere su quanto appreso e di trarre conclusioni dalle proprie esperienze. La pratica ha dimostrato che il set di carte non sostituisce una formazione di base o continua orientata alle competenze. A coloro che organizzano attività a contatto con l'acqua si raccomanda di frequentare un corso più specifico. Il nuovo set di carte Water Safety è l'ideale per la formazione di base delle/dei sorveglianti acqua, in quanto contiene tutte le nozioni fondamentali e permette di integrare ulteriori informazioni con un codice QR.

[www.bfu.ch/it/dossier/sport-acquatici](http://www.bfu.ch/it/dossier/sport-acquatici)



Figura 8 – Nuovo set di carte Water Safety; fonte: UPI, G+S e SSS



Figura 9 – Nuovo set di carte Water Safety; fonte: UPI, G+S e SSS

# EVITARE L'ANNEGA- MENTO

## Prevenzione degli annegamenti basata su evidenze scientifiche e su prove di efficacia: un approccio fondato sulla teoria sistemica della prevenzione

All'ultimo Forum di sicurezza acquatica (FSA), Martin Hafen, professore di sociologia nonché esperto di prevenzione, ha parlato di prevenzione degli annegamenti alla luce della propria teoria sistemica, fondata sulla teoria dei sistemi del sociologo tedesco Niklas Luhmann. La teoria di Hafen permette di

sviluppare un linguaggio comune e propone un approccio sistemico ai problemi al fine di comprenderne la complessità e di dedurne misure adeguate. Ha l'enorme vantaggio di poter essere applicata a numerosi settori: prevenzione delle dipendenze, delle malattie psichiche, degli infortuni ecc.

Nel suo intervento al FSA, il professor Hafen si è limitato ad accennare ai risultati di un lavoro più ampio e dettagliato commissionatogli dalla Società Svizzera di Salvataggio (SSS). Portato a termine nel giugno 2020, il lavoro si intitola «Evidenzbasierte und wirkungsorientierte Ertrinkungsprävention – Grundlagenpapier für eine theoriegeleitete Weiterentwicklung der Angebote der SLRG» (prevenzione degli annegamenti basata su evidenze scientifiche e su prove di efficacia – Documento di base per uno sviluppo, fondato su un approccio teorico, delle offerte della SSS). Questo prezioso documento offre un punto di vista inedito sulla prevenzione degli infortuni in acqua in Svizzera e nel resto del mondo. Le addette e gli addetti ai lavori forse si chiederanno che cosa potrà mai apportare di inedito il lavoro del professor Hafen? In che modo ci aiuta a comprendere il problema dell'annegamento? Quali interventi suggerisce? E soprattutto, quali prospettive offre per l'opera di prevenzione degli annegamenti? Per rispondere a queste domande, occorre avere qualche nozione di teoria sistemica che esponiamo nella prima parte del presente articolo. Nella seconda tenderemo invece di fornire delle risposte.

## La teoria sistemica della prevenzione in breve

Il termine teoria spaventa sempre un po'. Una teoria non è un libro di ricette e come affermava a suo tempo Albert Einstein: «È la teoria a decidere che cosa possiamo osservare». Ora, ciò che deve essere osservato nella teoria sistemica, o teoria dei sistemi<sup>1</sup>, sono i sistemi, appunto, che possono essere biologici, psichici o sociali. Un sistema si differenzia dal proprio ambiente e dagli altri sistemi nella misura in cui esegue continuamente le operazioni che gli sono proprie; ciascun sistema è autoreferenziale. Le operazioni del sistema psichico sono i pensieri e le percezioni, quelle del sistema biologico (per esempio del cervello) sono di tipo bioelettrico e biochimico.

**I sistemi sociali, invece, operano grazie alla comunicazione ma occorre distinguere tra la società e i sistemi funzionali (p. es. i sistemi economici, sanitari, scientifici ecc.), le organizzazioni (p. es. un'impresa come Google o la SSS), i gruppi e le reti (famiglie, gruppi di amici ecc.) e le interazioni (nel senso più ampio di comunicazione).**

*In Svizzera, tra i sistemi sociali attivi nella prevenzione degli infortuni in acqua vi sono, per esempio, il sistema educativo nazionale che con il Piano di studio 21 prevede l'apprendimento del nuoto e della sicurezza in acqua durante la scuola dell'obbligo, ma anche la città di Berna, che ha deciso di posizionare dei cartelli lungo le rive dell'Aare per permettere alle nuotatrici e ai nuotatori di entrare e uscire dall'acqua in tutta sicurezza.*

**Secondo la teoria sistemica, l'individuo è un gioco perpetuo di operazioni di molteplici sistemi biologici, psichici e sociali, come pure di eventuali condizioni fisiche e ambientali (meteo, acque, fondi acquatici ecc.).**

*L'annegamento è il risultato dell'interazione tra fattori sociali (p. es. l'effetto di gruppo), processi psichici (p. es. il bisogno di approvazione o di assunzione del rischio), processi biologici (p. es. gli effetti dell'alcol sul cervello) e condizioni fisiche e ambientali (p. es. la corrente del fiume).*

<sup>1</sup> Questo termine è stato introdotto dal biologo austriaco Ludwig von Bertalanffy verso la metà del 20° secolo.

**Ogni sistema è chiuso<sup>2</sup> ovvero non può operare oltre i propri limiti né in un altro sistema. Tuttavia, può essere anche aperto e decidere continuamente, a livello conscio o inconscio, se lasciarsi influenzare dal proprio ambiente. I sistemi rappresentano gli uni per gli altri degli ambienti pertinenti, ma non possono esercitare un controllo diretto gli uni sugli altri.**

*Una/Un responsabile della prevenzione degli infortuni per annegamento non può pensare con il sistema psichico di una spericolata/uno spericolato adolescente né può controllare la sua condotta.*

I sistemi dispongono anche di strutture proprie che si formano a partire dalla gestazione degli stessi e che costituiscono la base dei continui adattamenti all'ambiente. Un neonato dispone di poche strutture che però nei primi anni di vita crescono a un ritmo frenetico. Queste prime strutture sono le più solide e concorrono all'acquisizione delle abitudini o delle competenze di vita (sociali, sanitarie, di auto-efficacia, di autoregolazione ecc.). Qui è decisivo l'ambiente pertinente del bambino, peraltro piuttosto ridotto, formato da genitori, nonni, fratelli, sorelle, personale dell'asilo nido ecc. A mano a mano che il bambino cresce, il suo ambiente pertinente si espande finché negli anni dell'adolescenza l'influenza degli amici acquista importanza. Per questa ragione, secondo numerosi esperti di prevenzione tra cui Martin Hafen, la prima infanzia è il periodo più propizio per acquisire competenze di vita sane e solide. Più un individuo va avanti con gli anni, più è difficile modificare le sue strutture. Tutti i sistemi sociali elaborano delle strutture. Per esempio, tra le organizzazioni, la piccola struttura di Google ai suoi esordi non ha più nulla a che vedere con le strutture del consorzio internazionale di oggi.

**Infine, in questa teoria costruttivista (che suppone che ognuno costruisce la propria realtà), è fondamentale il ruolo dell'osservazione. È osservando che un individuo sceglie qualcosa di particolare stabilendo una differenza con ciò che non sceglie.**

*Osservando una donna/un uomo che nuota nell'Aare, una passante trova che quella sia una situazione pericolosa: in pratica, distingue tra una situazione che ritiene «pericolosa» e una situazione «non pericolosa». La donna/L'uomo, invece, si sente a proprio agio e non pensa di essere in pericolo.*

*I problemi della società nascono nello stesso modo e dunque sono delle costruzioni sociali. Per una nuotatrice di salvataggio, un nuotatore di salvataggio o una/un agente della polizia lacuale di Bienne, il fatto di tuffarsi da un ponte, di testa, in acque che non si conoscono costituisce un problema, mentre per il giovane si tratta di un comportamento assolutamente normale.*

<sup>2</sup> Nella teoria sistemica si parla di sistemi autopoietici.



Figura 10 – Martin Hafen; fonte: UPI

## Il ruolo della prevenzione nella teoria sistemica

Le professioniste e i professionisti della prevenzione vogliono impedire che i problemi si verifichino. Il loro fine ultimo è indurre gli individui e i gruppi target (o sistemi target), individuati grazie alle caratteristiche comuni dei soggetti a rischio (p. es. età, sesso, livello socio-economico, etnia), a cambiare comportamento. A tale scopo vengono elaborati e applicati degli interventi (sotto forma di educazione, formazione, consigli, sensibilizzazione, regole, leggi ecc.) per tentare di far parte dell'ambiente pertinente dei componenti del gruppo target ed eventualmente – massima ambizione! – di modificarne il comportamento.

**Di fronte a una moltitudine di sistemi, tutti strutturati in modo diverso a seconda della loro storia personale e disposti a farsi influenzare dal loro ambiente solo in base alla loro disponibilità, alla loro attenzione, alla loro disposizione al cambiamento ecc., gli interventi di prevenzione non sono altro che dei tentativi di cui non è possibile prevedere gli esiti, perché è impossibile sapere come reagiranno i sistemi.**

*La presenza di un cartello con le regole per il bagnante formulate dalla SSS non offre alcuna garanzia perché non si sa se i sistemi target ne prenderanno atto e se quel cartello li indurrà a modificare il loro comportamento in acqua.*

È essenziale che le esperte e gli esperti di prevenzione che cercano di realizzare delle modifiche strutturali in altri sistemi imparino più cose possibili sui sistemi target. È essenziale sapere anche quali sono i metodi più adatti ai tentativi di intervento e in quale momento debbano essere applicati in rapporto al problema dell'annegamento.

### Applicazione nella pratica: guida alla prevenzione degli annegamenti orientata all'efficienza

Basandosi sulla teoria sistemica della prevenzione e su un'ampia varietà delle sue applicazioni alla prevenzione degli annegamenti, la SSS ha elaborato, in collaborazione con l'UPI, una guida pratica per sviluppare nuove misure di prevenzione e analizzare con spirito critico quelle esistenti.

La guida può essere scaricata all'indirizzo seguente: [www.sss.ch/guida-pratica](http://www.sss.ch/guida-pratica)

## L'annegamento e i possibili interventi

Secondo la teoria sistemica della prevenzione, è possibile intervenire in diverse fasi del problema, lungo una sorta di continuum alle estremità del quale si trovano rispettivamente la prevenzione (intervento prima che si verifichi il problema) e il rimedio (intervento dopo che il problema si è verificato). Tra i due estremi vi è la diagnosi precoce.

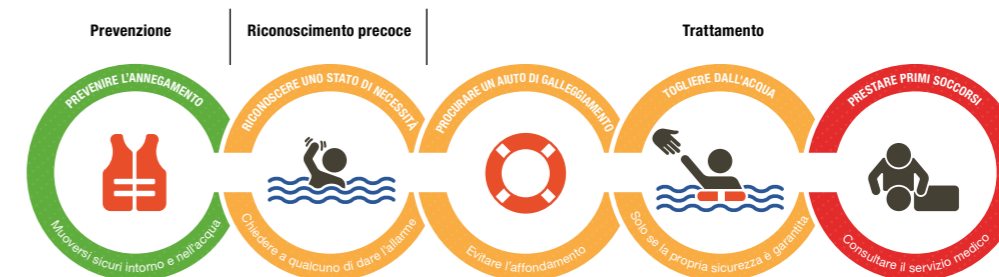


Figura 11 – Modello d'azione SSS; 2017; in base a *Drowning Chain of Survival*, Szpilman et. al.; 2014

**La prevenzione ha il compito di determinare i fattori di rischio e di protezione che si presume possano influenzare la comparsa del problema (p. es. annegamento di bambini piccoli). Se è possibile ridurre i fattori di rischio e/o potenziare i fattori di protezione, si riducono le probabilità che il problema si verifichi.**

*Installare recinzioni intorno alle piscine e ai laghetti privati per impedire che i bambini piccoli possano accedere rientra in una strategia di prevenzione.*

**La diagnosi precoce è un tipo particolare di diagnosi. Permette di individuare il prima possibile i segnali di un problema per aumentare le probabilità che un rimedio (precoce appunto) sia efficace. Ora, poiché l'annegamento è un evento estremamente dinamico e di breve durata, la diagnosi precoce deve essere organizzata in modo diverso rispetto alle malattie croniche. La diagnosi precoce dell'annegamento è possibile e di fondamentale importanza perché in poco tempo una difficoltà respiratoria può provocare danni permanenti o la morte.**

*Una sorveglianza stretta e permanente dei bambini piccoli da parte dei genitori o di un'altra persona di riferimento aumenta le probabilità di una diagnosi precoce efficace. In caso di emergenza (p. es. se il bambino cade in acqua), chi lo sta sorvegliando può intervenire immediatamente.*

### Definizione di annegamento



Nel 2002 l'OMS ha definito l'annegamento come un deficit respiratorio causato dalla sommersione o immersione in un liquido che può portare a morte del soggetto, a esiti permanenti sulla sua salute ma anche al pieno recupero di tutte le funzioni vitali.

Il rimedio viene applicato quando il problema è già sorto (se la respirazione del bambino si è fatta affannosa) e mira ad attenuarlo o quanto meno ad evitare che si aggravi. Le misure di prevenzione, diagnosi precoce e rimedio sono fondamentalmente diverse e ognuna fa capo ad attori diversi. Nel caso della prevenzione degli annegamenti, oltre agli esperti di prevenzione, sono anche i singoli individui, le organizzazioni, le esperte e gli esperti delle diverse professioni e la polizia a influenzare i fattori di rischio e di protezione. La diagnosi precoce degli annegamenti e le attività di salvataggio e di rianimazione (a opera di singoli individui o di specialisti) possono essere sistematizzate grazie a processi di formazione e organizzazione e diventare così più efficaci al fine di ridurre le probabilità dei casi di annegamento.

# COORDINA- MENTO NAZIONALE

**Il Water Safety Plan:  
raccomandato dall'OMS  
e attualmente in fase di  
elaborazione in Svizzera**

## **Il Water Safety Plan (WSP CH) ha lo scopo di:**

sensibilizzare alla sicurezza in, su e vicino all'acqua e al significato della prevenzione degli annegamenti.

motivare i partner all'elaborazione consensuale di soluzioni efficaci.

stabilire una strategia e un quadro di riferimento per coordinare tra loro i molteplici provvedimenti di prevenzione.

fungere da strumento di controllo, contribuire al miglioramento della qualità dei dati e promuovere il reporting.

## Water Safety Plan

<b>1</b>	<p><b>Fare il punto sugli annegamenti e sensibilizzare al problema</b> L'UPI tiene una statistica dettagliata degli infortuni mortali per annegamento, la completa con i dati della SSS e la pubblica annualmente in Status, la statistica degli infortuni non professionali e del livello di sicurezza in Svizzera.</p>
<b>2</b>	<p><b>Definire gli organizzatori/coordinatori e i partner: pretendere un committment</b> La SSS e l'UPI gestiscono congiuntamente la piattaforma nazionale Forum di sicurezza acquatica, nella quale sono integrati anche l'Acqualab e il lavoro sul WSP CH.</p>
<b>3</b>	<p><b>Definire una visione e una strategia comuni</b> Le persone in Svizzera arrivano a conoscere il corretto comportamento in, su e vicino all'acqua. Vengono messe in condizione di sapere agire di conseguenza e assumersi la responsabilità per se stessi e per gli altri. Le condizioni vengono ottimizzate laddove possibile, così da prevenire gli incidenti da annegamento.</p>
<b>4</b>	<p><b>Fissare obiettivi e sviluppare misure di prevenzione</b> Abbassare il tasso di annegamenti entro il 2027 portandolo con una media quinquennale a 0,5 annegati ogni 100 000 abitanti. Sulla base del modello d'azione presentato nel prossimo capitolo e in collaborazione con i partner si dovranno sviluppare e attuare le misure necessarie a tal fine.</p>
<b>5</b>	<p><b>Priorità, responsabilità, risorse e coordinamento</b> La SSS e l'UPI si impegnano a coordinare gli sforzi di prevenzione dei partner nell'ambito del Forum di sicurezza acquatica. Tuttavia, la definizione delle priorità, le risorse e le responsabilità devono chiaramente rimanere di competenza delle singole organizzazioni partner.</p>
<b>6</b>	<p><b>Ottenere l'approvazione dei partner e della Confederazione</b> Con la sottoscrizione di una Carta, i partner e la Confederazione confermano la loro visione comune.</p>
<b>7</b>	<p><b>Attuare le misure, valutarle ed eventualmente adeguarle</b> Le misure vengono sviluppate, realizzate, valutate e adattate secondo il principio della pratica basata sull'evidenza.</p>

## Attività nell'anno in rassegna 2020

<b>1</b>	<p><b>Fare il punto sugli annegamenti e sensibilizzare al problema</b> Dopo aver condotto una prima indagine nel 2018 per accertare l'uso degli ausili al galleggiamento su fiumi e laghi, nel 2020 l'UPI ne ha avviato una seconda che ha evidenziato un incremento del tasso d'uso dal 13% al 14%. Dal confronto tra i dati di esposizione al rischio rilevati dalla SSS nel 2016 e nel 2020 tramite autodichiarazione emerge che il numero delle persone che nuotano nei fiumi e nei laghi della Svizzera è in sensibile aumento.</p>
<b>2</b>	<p><b>Definire gli organizzatori/coordinatori e i partner: pretendere un committment</b> Nuovi partner hanno sottoscritto la Carta per la partecipazione al Forum di sicurezza acquatica (v. pagine 32/33 del presente rapporto).</p>
<b>3</b>	<p><b>Definire una visione e una strategia comuni</b> V. Water Safety Plan a sinistra</p>
<b>4</b>	<p><b>Fissare obiettivi e sviluppare misure di prevenzione</b> Nell'anno in rassegna sono stati sviluppati progetti di prevenzione interorganizzativi esemplari, come le campagne riguardanti la navigazione fluviale lanciate a Berna e a Zurigo o il documento di base «Evidenzbasierte und wirkungsorientierte Ertrinkungsprävention» (Prevenzione degli annegamenti basata su evidenze scientifiche e su prove di efficacia), redatto da Martin Hafen per conto della SSS.</p>
<b>5</b>	<p><b>Priorità, responsabilità, risorse e coordinamento</b> Nell'anno in rassegna, sotto la guida dell'igba, AMB, VHF, ARMB, APRT, SSS e altre attrici/altri attori si sono incontrati per parlare del futuro della formazione di base e continua del personale degli stabilimenti balneari. L'UPI ha allacciato e rinsaldato i contatti con la polizia delle acque in Ticino, Svizzera romanda e Svizzera tedesca.</p>
<b>6</b>	<p><b>Ottenere l'approvazione dei partner e della Confederazione</b> Il Forum di sicurezza acquatica non ha ancora ottenuto il patrocinio della Confederazione.</p>
<b>7</b>	<p><b>Attuare le misure, valutarle ed eventualmente adeguarle</b> La SSS ha creato una guida pratica per valutare e ideare misure di prevenzione degli annegamenti basate su prove di efficacia.</p>

# UNITÀ DI DOTTRINA

## PREVENZIONE DEGLI ANNEGAMENTI E SALVATAGGIO IN AMBITO ACQUATICO

Per permettere a diverse organizzazioni di collaborare con efficacia nel campo della prevenzione degli annegamenti e del salvataggio in ambito acquatico è importante definire un'unità di dottrina.

Le attività del Forum di sicurezza acquatica si basano sui tre pilastri presentati qui di seguito.

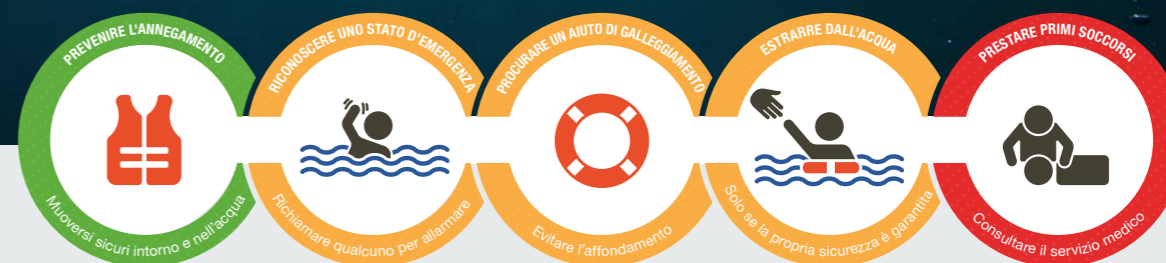


Figura 12 – Modello d'azione SSS; 2017; in base a *Drowning Chain of Survival*, Szpilman et. al.; 2014

### L'annegamento è un processo

L'annegamento non va inteso come uno stato, bensì come un processo che va interrotto e bloccato il più rapidamente possibile. Il modello d'azione «Prevenire l'annegamento», sviluppato dai maggiori specialisti del settore, illustra questo principio e spiega come evitare l'annegamento o come interrompere e bloccare il processo.

Più l'intervento è tempestivo, maggiori sono le probabilità di successo. Inversamente, più l'intervento è tardivo, maggiori sono i rischi in cui il soccorritore può incorrere.

## L'annegamento può essere evitato

Per interrompere o meglio prevenire il processo di annegamento si devono conoscere le cause che lo innescano. Su questa base si possono definire strategie d'intervento e misure concrete da valutare a intervalli regolari e, se del caso, adeguare. Il modello d'efficacia «Prevenire l'annegamento» riproduce l'iter da seguire.

Il modello permette a tutti gli attori impegnati nella prevenzione degli annegamenti e nel salvataggio in ambito acquatico di identificare il proprio ruolo e coordinare le attività.

Figura 13 – Modello d'efficacia SSS; 2017; in base a *Drowning Prevention Chain*, ILSF

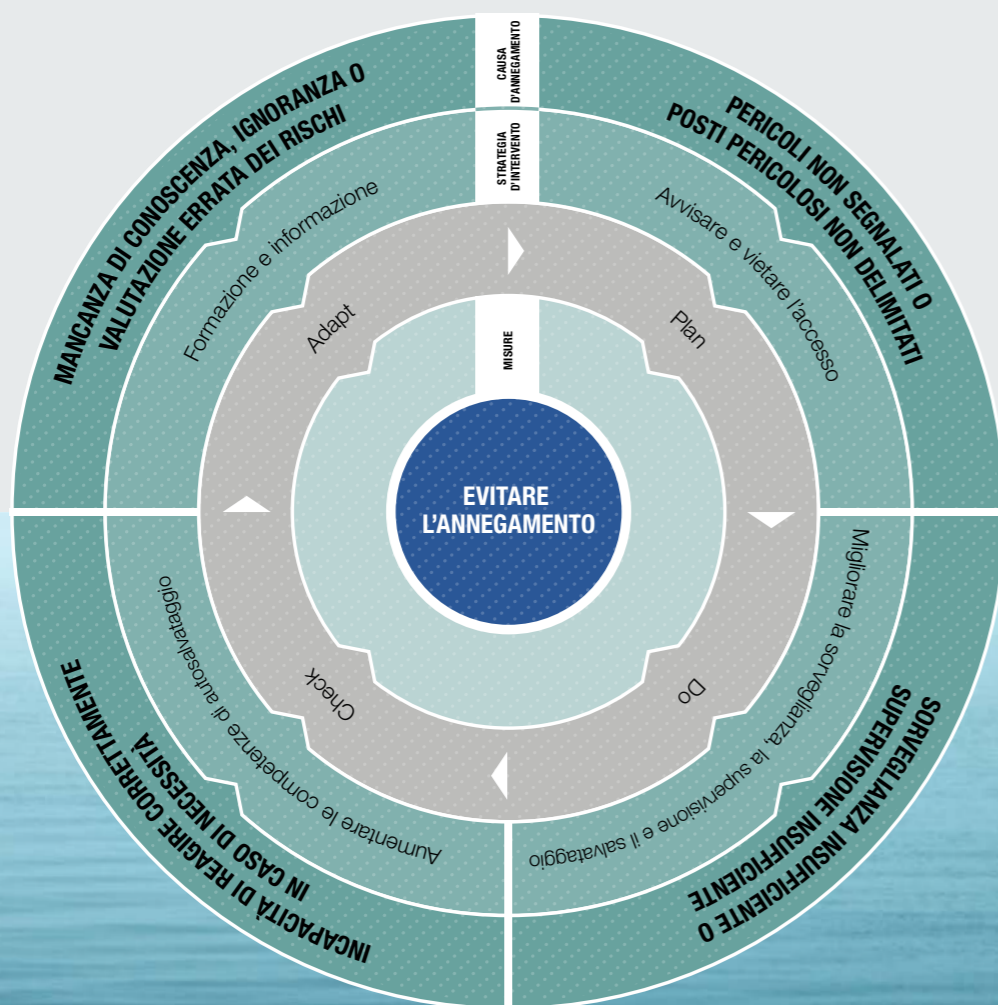


Figura 14 – Modello d'attività SSS; 2017; in base a *principles of evidence-based practice*, IFRC

## La prevenzione degli annegamenti e il salvataggio in ambito acquatico sono basati su prove di efficacia

Il principio dell'impiego efficace ed efficiente delle risorse si applica anche alla prevenzione degli annegamenti e al salvataggio in ambito acquatico. In Svizzera occorre implementare una prassi basata su prove di efficacia, ossia una prassi che tenga conto dei dati scientifici attuali, delle competenze e dell'esperienza nonché dei bisogni e delle risorse dei gruppi d'interesse.



# PARTNER FSA

## COLLABORAZIONE ATTIVA

In Svizzera numerose organizzazioni ed entità si adoperano nella prevenzione degli annegamenti e nel salvataggio in acqua. L'obiettivo del Forum di sicurezza acquatica è promuovere lo scambio tra i vari attori e sviluppare una comprensione comune del lavoro di prevenzione, così da sostenerli nelle loro attività e al contempo rafforzare il peso politico della prevenzione degli annegamenti e del salvataggio in acqua.

Sottoscrivendo la Carta, i partner esprimono la volontà di impegnarsi in modo attivo e durevole per la sicurezza in, su e vicino all'acqua, vincolandosi anche al principio della pratica basata sull'evidenza.

### In caso di interesse

La SSS e l'UPI, Ufficio prevenzione infortuni saranno lieti di informare più dettagliatamente.



### I seguenti Partner hanno firmato la Carta:

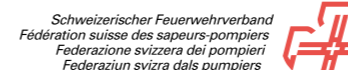


**Association des Piscines Romandes  
et Tessinoises**  
[www.piscinesromandes.ch](http://www.piscinesromandes.ch)



**I vostri nuotatori di salvataggio**

**Società Svizzera di Salvataggio SSS**  
[www.sss.ch](http://www.sss.ch)



**Federazione svizzera dei pompieri**  
[www.swissfire.ch](http://www.swissfire.ch)

**swiss aquatics**

**Swiss Aquatics**  
[www.swiss-aquatics.ch](http://www.swiss-aquatics.ch)



**Gioventù+Sport**  
[www.gioventuesport.ch](http://www.gioventuesport.ch)



**Kanton Bern  
Canton de Berne**

**Ufficio scuola dell'infanzia, scuola dell'obbligo e  
consulenza della Dipartimento dell'educazione  
del Cantone di Berna**  
[www.erz.be.ch](http://www.erz.be.ch)



**Kantonspolizei Zürich**  
[www.kapo.zh.ch](http://www.kapo.zh.ch)



**UPI, Ufficio prevenzione infortuni**  
[www.upi.ch](http://www.upi.ch)



**Repubblica e Cantone Ticino**  
[www.acquesicure.ch](http://www.acquesicure.ch)



**Wasserschutzpolizei Zürich**  
[www.stadtpolizei.ch](http://www.stadtpolizei.ch)

# FORUM DI SICUREZZA ACQUATICA FSA

---

## Promotore

---

**bfu**  
**bpa**  
**upi**



**I vostri nuotatori di salvataggio**

Organizzazione di salvataggio della **CRS** +

---

## Team

---

**Fabienne Bonzanigo** — capoprogetto «Acque sicure»  
Dipartimento delle istituzioni Repubblica e Cantone Ticino  
[www.ti.ch/acque-sicure](http://www.ti.ch/acque-sicure)

**Markus Christen** — responsabile settore specialistico scuola  
Reparto scuola dell'obbligo in lingua tedesca  
Ufficio scuola dell'infanzia, scuola dell'obbligo e consulenza  
della Dipartimento dell'educazione del Cantone di Berna  
[www.erz.be.ch](http://www.erz.be.ch)

**Rolf Decker** — responsabile del progetto «Prevenzione»  
Polizia cantonale di Zurigo  
[www.kapo.zh.ch](http://www.kapo.zh.ch)

**Patrick Maire** — membro del comitato  
Associazione delle Piscine Romande e Ticinesi  
[www.piscinesromandes.ch](http://www.piscinesromandes.ch)

**Natascha Pinchetti-Justin** — esperta G+S nuoto

**Reto Abächerli** — direttore esecutivo  
Società Svizzera di Salvataggio SSS  
[www.sss.ch](http://www.sss.ch)

**Christoph Müller** — responsabile del programma prioritario «Acqua»  
UPI, Ufficio prevenzione infortuni  
[www.upi.ch](http://www.upi.ch)

---

20

### Sigla editoriale

4ª edizione — dicembre 2020 — viene pubblicato annualmente  
Attuazione grafica — SSS, Stefanie Huber  
Produzione — Lehrmittelverlag des Kantons Luzern  
Tiratura — 200 esemplari in tedesco; 80 in francese; 30 in italiano  
ISBN — 978-3-271-60052-0  
DOI — 10.13100/UPI.2.390.03.2020

© UPI, Ufficio prevenzione infortuni;  
Società Svizzera di Salvataggio SSS



---

**UPI, Ufficio prevenzione infortuni**

Hodlerstrasse 5a — 3011 Berna  
[www.upi.ch](http://www.upi.ch)

**Società Svizzera di Salvataggio SSS**

Schellenrain 5 — 6210 Sursee  
[www.sss.ch](http://www.sss.ch)