



SUHMS

SWISS UNDERWATER
AND HYPERBARIC
MEDICAL SOCIETY



I BAMBINI E LA SUBACQUEA

RACCOMANDAZIONI DELLA SOCIETÀ
SVIZZERA DI MEDICINA SUBACQUEA
E IPERBARICA «SUHMS»

Società svizzera di medicina subacquea
e iperbarica
Schweizerische Gesellschaft
für Unterwasser- und Hyperbarmedizin
Société suisse de médecine subaquatique
et hyperbare



I BAMBINI E L'IMMERSIONE SUBACQUEA

Negli ultimi anni sono aumentate notevolmente le immersioni subacquee con bambini. Grazie alle molteplici offerte vi sono sempre più bambini che esercitano questo tipo di sport senza che vengano considerate le loro peculiarità e senza che vengano attuate delle specifiche misure di sicurezza.

A causa di questa evoluzione la Società Svizzera di Medicina Subacquea e Iperbarica [SUHMS](#) e [l'upi](#) – Ufficio prevenzione infortuni – hanno ritenuto necessario pubblicare delle direttive imparziali, indipendenti dalle associazioni sportive o dagli interessi commerciali.

Gli studi scientifici al riguardo mancano così come le certezze: le nostre raccomandazioni sono rivolte essenzialmente alla sicurezza dei bambini partendo dalle loro particolarità psico-fisiche.

Per i bambini valgono tutte le regole in vigore per gli adulti con l'aggiunta di particolari adattamenti relativi al loro sviluppo.

► **I bambini non sono semplicemente dei „piccoli adulti“.**



PRINCIPI DI BASE

▶ **La sicurezza del bambino ha sempre la massima priorità.**

- L'immersione è un'attività ricreativa.
- In nessun caso questa attività deve mettere in pericolo la salute del bambino esponendolo a qualsiasi rischio.

▶ **La subacquea per i bambini dovrebbe includere degli aspetti pedagogici.**

- La scoperta della propria personalità, il rispetto nei confronti del partner d'immersione e della vita nel mondo subacqueo sono concetti fondamentali.
- Non si tratta di uno sport di competizione ma di un'attività ricreativa. In questa attività ricreativa non c'è nessun record da battere, né di profondità né di durata.
- Al bambino dev'essere insegnato che un'immersione va effettuata con responsabilità; la libertà guadagnata in un'immersione subacquea deve essere accompagnata da uguale responsabilità.
- Il bambino deve essere responsabilizzato ad effettuare immersioni in sicurezza.

▶ **Lo sviluppo di ogni bambino è particolare.**

- I limiti di durata e di profondità sono delle linee guida e devono sempre essere adattati al tipo di immersione e alla fase di sviluppo psico-fisico del bambino.

RACCOMANDAZIONI PER LE IMMERSIONI ADATTATE AI BAMBINI

Prima che un bambino possa effettuare un'immersione in sicurezza dovrebbero essere garantite le seguenti condizioni:

- Il bambino dev'essere in grado di nuotare autonomamente e aver superato il controllo della sicurezza in acqua CSA.

- **Luogo d'immersione**

Il luogo d'immersione dev'essere facilmente accessibile e disporre di un accesso all'acqua semplice e adatto all'età del bambino.

- **Temperatura**

Il bambino non deve mai soffrire il freddo!

In ragione della scarsa protezione naturale contro il freddo, è sconsigliato lasciar immergere dei bambini in acque con temperature inferiori a 12 °C.

Con temperature superiori ai 12 °C l'immersione è possibile con equipaggiamento adeguato.

In caso di temperature ambientali elevate, bisogna impedire l'esaurimento da calore e la disidratazione.

È importante non esporre al calore i bambini con equipaggiamento completo.

Pensare sempre alla protezione solare e alle bevande!

- **Equipaggiamento**

L'equipaggiamento dev'essere adattato all'età, all'altezza e alla forza del bambino.

- **Accompagnamento**

Durante i corsi di immersione, i bambini devono essere seguiti e formati da un monitore che dispone di esperienza in immersione con bambini, che abbia seguito la formazione corrispondente e che ne sia stato certificato. A dipendenza della condizione d'immersione, e per migliorarne la sicurezza raccomandiamo un accompagna-

mento di almeno 3 sommozzatori adulti con esperienza, sotto forma di due coppie di subacquei.

In nessun caso i bambini possono essere considerati come garanti della sicurezza di un sommozzatore adulto!

● **Età, profondità e durata d'immersione**

età (anni)	profondità d'immersione	durata dell'immersione
< 8	no	no
8 - 9	5 m	15 min
10 - 11	8 m	20 min
12 - 14	12 m	25 min

Queste linee guida si basano sulle raccomandazioni descritte in precedenza.

Le prime immersioni devono avvenire in una piscina o in uno specchio di acqua libera e chiaramente delimitata, che offra simili condizioni di profondità, di temperatura e visibilità. Al termine di ogni immersione bisogna effettuare una tappa di sicurezza ad una profondità tra 3 e 5 metri della durata di 3 e 5 minuti.

● **Immersioni successive**

Rispettando le raccomandazioni descritte, è possibile effettuare un'immersione successiva.

Si raccomanda di rispettare un intervallo di 6 ore tra la prima e la seconda immersione.

● **Controllo medico annuale**

Si raccomanda di sottoporre il bambino ad un controllo annuale per verificarne l'idoneità all'immersione presso un medico con la specializzazione in "Medical examiner of divers" SUHMS o un pediatra esperto in medicina subacquea.

▶ È di fondamentale importanza la collaborazione e lo scambio di informazioni tra il pediatra e il medico che certifica l'idoneità all'immersione del bambino.

- **Una valutazione psicologica durante ogni certificazione all'immersione è fondamentale.**

La motivazione a volere eseguire delle immersioni devono corrispondere alla volontà del bambino.

Le raccomandazioni sopracitate che specificano la profondità e la durata massime d'immersione, sono direttamente correlate all'età. Queste dovrebbero essere abbinare alla maturità, allo sviluppo, all'esperienza e alla personalità di ogni singolo bambino e non devono mai essere superate!

- **Controindicazioni**

Le controindicazioni previste per gli adulti valgono anche per i bambini. Come regola generale, le controindicazioni per gli adulti dovrebbero essere considerate come assolute nei bambini.

Ulteriori fonti d'informazione

<http://www.swiss-paediatrics.org/sites/default/files/paediatrica/vol17/n4/pdf/10-14.pdf>

<http://www.diving-kids.ch/PDF/Examen.pdf>

3.086 Vacanze da sub

3.144 Immersioni in Svizzera

4.033 Fogli didattici – Promozione della sicurezza a scuola

4.078 Schede Water Safety – Schede didattiche

SUHMS 2019 / Autori:

Dr. med. Barbara Schild, Specialista in Anestesiologia

Dr. med. Marc-Alain Panchard, Specialista in Pediatria

 **bfu bpa upi**



SUHMS Segreteria
Lerchenweg 9
CH-2543 Lengnau
Tel. +41 32 653 85 46
suhms@datacomm.ch
www.suhms.org