

## La “lucha en superficie” por respirar

La “lucha en superficie” por respirar

La muerte por ahogamiento tiene un cierto aire romántico oscuro, incontables heroínas literarias han encontrado su fin deslizándose bajo las olas mientras una neblina de capas de enaguas flotaban alrededor de sus cabezas. En realidad, morir por ahogamiento en el agua no es ni bonito ni indoloro, aunque puede ser sorprendentemente rápido.

La velocidad a la que uno se ahogue depende de varios factores, incluyendo sus habilidades natatorias y la temperatura del agua. En el Reino Unido, donde el agua está generalmente fría, el 55 % de los ahogamientos en aguas abiertas ocurren dentro de los tres metros de seguridad. Dos tercios de las víctimas son buenos nadadores, lo cual sugiere que las personas pueden encontrar dificultades en cuestión de segundos, comenta Mike Tipton, fisiólogo y experto en supervivencia en el mar de la Universidad de Portsmouth en el Reino Unido.

Normalmente, cuando una víctima se da cuenta de que no puede mantener su cabeza sobre al agua, tiende al sufrir un ataque de pánico, lo cual conduce a la clásica “lucha en superficie”. Recogen aire en la superficie y mantienen la respiración cuando se sumergen, comenta Tipton. Cuando luchan por respirar no pueden pedir ayuda. Sus cuerpos están en posición vertical, agitando sus brazos débilmente, como si intentaran subirse a una escalera inexistente en el mar. Estudios realizados con socorristas de Nueva York en la década de 1950 y 1960 descubrieron que esta etapa dura solo de 20 a 60 segundos.

Finalmente, cuando las víctimas se sumergen, aguantan la respiración tanto como les es posible, normalmente de 30 a 90 segundos. Tras eso inhalan algo de agua, balbucean, tosen e inhalan más agua. El agua en los pulmones bloquea el intercambio de gas en los delicados tejidos, al mismo tiempo la inhalación de agua sella y bloquea las vías aéreas — un reflejo llamado laringoespasma (o laringismo). “Existe una sensación de lloro, y una quemazón en el pecho a medida que el agua desciende por las vías aéreas. Luego viene esa especie de caída en una sensación de calma y tranquilidad”, comenta Tipton, describiendo los informes de algunos supervivientes.

Esa calma representa el comienzo de la pérdida de consciencia, a causa de la privación de oxígeno, la cual finalmente dará como resultado la parada cardíaca y la muerte cerebral.

Traducido parcialmente de Death special: How does it feel to die?