

## Ziua Mondială de prevenire a înecului – 25 iulie 2025

În aprilie 2021, Adunarea Generală a Națiunilor Unite a adoptat o rezoluție, care invită toate statele membre și partenerii acestora să marcheze Ziua Mondială de prevenire a înecului anual, la 25 iulie, în conformitate cu prioritățile naționale, pentru a crește gradul de conștientizare cu privire la importanța prevenirii înecului și la necesitatea unor acțiuni multisectoriale coordonate urgente pentru îmbunătățirea siguranței apei, cu scopul de a reduce decesele care pot fi prevenite.

În mai 2023, cea de-a 76-a Adunare Mondială a Sănătății a adoptat prima rezoluție privind prevenirea înecului, solicitând guvernelor și partenerilor acestora, în colaborare cu Organizația Mondială a Sănătății (OMS), să accelereze acțiunile de prevenire a înecului până în 2029.

Acest eveniment global de advocacy este o oportunitate de a evidenția impactul tragic și profund a înecului asupra familiilor și comunităților și oferă soluții salvatoare de prevenire.

**Povestea ta poate salva o viață. Prevenim înecul prin experiențe comune.** Acesta este sloganul recomandat pentru Ziua Mondială de prevenire a înecului 25 iulie 2025.

Înecul a curmat peste 3 milioane de vieți în ultimul deceniu - majoritatea copii și tineri - ceea ce necesită acțiuni urgente.

De Ziua Mondială de prevenire a înecului, împărtășim istorii impresionante despre factori de schimbare din întreaga lume care ajută la salvarea de vieți și la prevenirea dizabilităților pe viață cauzate de înece.

De la instruirea comunităților despre siguranța în apă până la dezvoltarea de planuri naționale de prevenire a înecului, eforturile lor combinate au contribuit la menținerea siguranței oamenilor în preajma apei.

Împărtășind experiența - fie că este vorba de o modalitate creativă de a ne proteja în apă sau de o lecție învățată dintr-un incident la limită - ne ajută să prevenim înecul și să salvăm vieți.

Fiecare istorie despre înece ne ajută să înțelegem mai bine cum să-l prevenim.

Inspirându-ne din aceste istorii din viața reală pentru a genera acțiuni și schimbări, guvernele, organizațiile și comunitățile pot instrui mai mulți oameni în abilități de salvare a vieții, pot implementa programe eficiente de siguranță în apă și pot crește gradul de conștientizare cu privire la prevenirea înecului.

Apa este o parte integrantă a vieții noastre. Ne dă viață, dar ne-o poate și lua.

Înecul este brusc, șocant și adesea se produce în tăcere. Circumstanțele care duc la înece se pot întâmpla în doar câteva secunde: un copil mic alunecă neobservat într-un iaz sau o piscină; un adult prea încrezător sare în ocean pentru a înota după ce a consumat

alcool; un pasager intră într-o barcă deși știe că s-ar putea răsturna sau neglijează să-și pună vesta de salvare.

Deși nimeni nu este imun, diferențele mari dintre ratele de înec în țările cu cel mai mare risc și în țările cu cel mai mic risc arată că înecul nu este inevitabil. În prezent, peste 90% din înecurile la nivel global au loc în țările cu venituri mici și medii. Iar în țările cu venituri mari, ratele de înec în rândul anumitor grupe de vârstă și în rândul grupurilor etnice minoritare sunt, de asemenea, foarte mari și necesită atenție.

Din anul 2000, rata mortalității prin înec la nivel global a scăzut cu 38%, de la 6,1 la 3,8 la 100.000 de locuitori. În ciuda acestor progrese, decesele prin înec rămân o criză de sănătate publică care poate fi prevenită, iar scăderile observate în ultimele două decenii sunt insuficiente pentru a îndeplini Obiective de Dezvoltare Durabilă la care contribuie prevenirea înecului.

Înecul este una dintre principalele cauze de deces accidental la nivel mondial – și în Europa. În fiecare oră a fiecărei zile, peste 30 de oameni își pierd viața prin înec. Asta înseamnă peste 300.000 de oameni pe an. 23.000 de oameni mor în fiecare an în apele europene prin înec.

Înecul se numără printre primele 10 cauze de deces pentru copiii și tinerii cu vârste cuprinse între 1 și 24 de ani în fiecare regiune a lumii. Peste 90% din decesele prin înec au loc în râuri, lacuri, fântâni, recipiente de stocare a apei menajere și piscine în țările cu venituri mici și medii.

Dezastrele legate de inundații afectează din ce în ce mai mult milioane de oameni la nivel global din cauza impactului negativ tot mai mare al schimbărilor climatice, iar înecul este principala cauză de deces în timpul inundațiilor.

Peste 60% din totalul deceselor prin înec au loc în Regiunea Pacificului de Vest și în Regiunea Asiei de Sud-Est. Ratele deceselor prin înec la 100.000 de locuitori sunt cele mai ridicate în Regiunea Pacificului de Vest, urmată de Regiunea Africană. Aceasta înseamnă, în medie, mai mult de 3 persoane la fiecare oră.

Potrivit datelor statistice în Republica Moldova se constată că, mortalitatea populației privind înecul accidental în anul 2023 a constituit - 73 cazuri (2022 - 78 cazuri), respectiv mortalitatea la copii 0-17 ani privind înecul accidental a constituit în anul 2023 - 12 cazuri (2022 - 15) .

## **Factori de risc**

### **Vârstă**

Copiii mici prezintă un risc deosebit de ridicat de înec din cauza unei abilități subdezvoltate de a evalua riscul și a lipsei de abilități de înot și siguranță în apă. Riscul de înec crește atunci când copiii interacționează cu apa în afara supravegherii active a unui adult.

Copiii și tinerii cu vârsta cuprinsă între 0 și 29 de ani reprezintă peste jumătate (57%) din totalul deceselor prin înec. Cele mai mari rate de înec per populație sunt în rândul copiilor cu vârsta cuprinsă între 0 și 4 ani. La nivel regional, ratele de înec în rândul copiilor cu vârsta cuprinsă între 0 și 4 ani sunt cele mai mari în Regiunea Mediteranei de Est a OMS, cu 16,8 decese la 100.000 de locuitori. În Regiunea Pacificului de Vest al OMS, copiii cu vârsta cuprinsă între 5 și 14 ani mor mai frecvent din cauza înecului decât din orice altă cauză.

### **Sex**

Rata mortalității prin înec în rândul bărbaților este de peste două ori mai mare decât în rândul femeilor. De asemenea, bărbații sunt mai predispuși să fie spitalizați decât femeile pentru înec non-fatal. Studiile sugerează că ratele mai mari de înec în rândul bărbaților se datorează expunerii crescute la apă și comportamentelor mai riscante, cum ar fi înotul singur, consumul de alcool înainte de a înota singur și plimbările cu barca.

### **Sărăcie și inegalitate**

Înecul afectează în mod disproporționat persoanele sărace și marginalizate. Fie că este vorba de utilizarea iazurilor, râurilor sau lacurilor pentru îmbăiere și spălarea hainelor, fie de utilizarea fântânilor deschise pentru colectarea apei, modelul de expunere zilnică în țările cu venituri mici și medii aduce un risc mai mare de înec.

### **Expunere ocupațională**

Persoanele cu ocupații precum pescuitul comercial sau de subzistență se confruntă cu un risc substanțial mai mare de înec. Organizația Națiunilor Unite pentru Alimentație și Agricultură estimează că peste 32.000 de pescari mor în timp ce lucrează în fiecare an. Schimbările climatice au agravat condițiile periculoase în care lucrează majoritatea pescarilor, deoarece fenomenele meteorologice extreme și dezastrelor naturale devin mai răspândite și mai distructive.

### **Riscuri legate de climă**

Schimbările climatice provoacă fenomene meteorologice extreme, cum ar fi inundațiile și valurile de căldură. Înecul reprezintă 75% din decesele cauzate de inundații. Riscurile de înec cauzate de inundații sunt deosebit de mari în țările cu venituri mici și medii, unde sistemele de avertizare timpurie și infrastructura de atenuare a inundațiilor sunt subdezvoltate.

Valurile de căldură cresc riscul de înec. Pe măsură ce temperaturile cresc, tot mai mulți oameni caută apă pentru a se relaxa de căldură și, de obicei, petrec perioade mai lungi de timp în și pe apă.

## **Transportul pe apă**

Călătoria pe apă, în special în condiții meteorologice periculoase sau fără echipament de siguranță adecvat, poate crește riscul de înec. În multe țări cu venituri mici și medii, transportul pe apă este semnificativ mai puțin reglementat decât în țările cu venituri mari. Naveta zilnică are loc adesea pe ambarcațiuni supraaglomerate și nesigure, operate de personal care nu a fost instruit să recunoască condițiile periculoase sau să efectueze navigație pe mare liberă.

## **Migrația și căutarea refugiului**

Un număr tot mai mare de persoane sunt strămutate sau migrează din cauza conflictelor, instabilității politice și/sau economice și a schimbărilor climatice. Mulți oameni recurg la canale neregulate pentru migrație, care sunt extrem de periculoase, inclusiv pe întinderi mari de apă în condiții periculoase, folosind adesea ambarcațiuni supraaglomerate și nesigure, care nu dispun de echipamente de siguranță sau sunt operate de personal neinstruit.

**Fiecare înec poate fi prevenit.** Există soluții. OMS a prezentat soluții bazate pe dovezi pentru prevenirea înecului și a oferit recomandări detaliate de implementare. Deși implementarea acestora va varia în funcție de context, este important ca comunitatea globală de prevenire a înecului să fie consecventă și coerentă privind șase intervenții care pot fi implementate pentru a preveni înecul:

1. Predarea abilităților de bază de înot, siguranță în apă și salvare în siguranță, inclusiv copiilor de vârstă școlară.
2. Asigurarea de locuri sigure departe de apă pentru preșcolari, cu servicii adecvate de îngrijire a copiilor.
3. Instalarea de bariere care controlează accesul la apă.
4. Instruirea populației în salvarea și resuscitarea în siguranță.
5. Stabilirea și aplicarea reglementărilor în condiții de siguranță privind navigația cu barca, transportul maritim și feribot, inclusiv purtarea dispozitivelor personale de plutire.
6. Construirea rezilienței și gestionarea riscurilor de inundații și a altor pericole.

Politicile și legislația eficiente sunt, de asemenea, importante pentru prevenirea înecului. Stabilirea și aplicarea unor reglementări sigure privind navigația, transportul maritim și transportul cu feribotul sunt vitale pentru îmbunătățirea siguranței pe apă și prevenirea înecului. Consolidarea rezilienței la inundații și gestionarea riscurilor de inundații printr-o mai bună planificare a pregătirii pentru dezastre, planificarea utilizării terenurilor și sisteme de avertizare timpurie pot preveni înecul în timpul inundațiilor. Elaborarea unei strategii naționale pentru siguranța în apă poate oferi direcție strategică și un cadru pentru a ghida acțiunile multisectoriale și pentru a permite monitorizarea și evaluarea eforturilor.

### **Măsuri simple și eficiente pe care le puteți lua pentru a preveni înecul:**

- Aveți grijă de copii cât timp se află în apropierea apei.
- Asigurați-vă că piscinele sunt împrejmuite și că accesul este controlat.
- Nu consumați alcool sau droguri înainte de a intra în apă.
- Verificați prognoza meteo înainte de a vă deplasa cu barca.
- Puneți-vă o vestă de salvare atunci când pescuiți.

**Ex: V.Prisacari**