

Mettiamo in pratica la teoria. Le risalite d'emergenza - gestire i rischi

Una risalita di emergenza è la soluzione estrema di risposta a eventi avversi o a pericoli percepiti durante un'immersione. I subacquei conoscono le procedure standard per le risalite di emergenza che, eseguite correttamente, limitano i rischi. Nonostante questo, poche persone mantengono in esercizio queste tecniche; qualche subacqueo, se dovesse utilizzarle all'improvviso in un'emergenza, potrebbe rischiare lesioni gravi o addirittura la morte.

Le statistiche

Recentemente, analizzando 964 decessi da immersione, abbiamo scoperto che nel 30% dei casi - 288, per l'esattezza - c'era stata una risalita di emergenza. In 189 casi era stata osservata, o registrata, una risalita rapida (più di 18m/min). Nel 10% delle emergenze, i subacquei avevano tentato la risalita senza avere una riserva di gas respirabile a disposizione. La respirazione in coppia era avvenuta nell'8% delle risalite d'emergenza con esito mortale. Nei restanti casi, le modalità di risalita non sono note.

La causa più frequente di una risalita di emergenza è l'esaurimento del gas respirabile, una causa del tutto evitabile. L'argomento è trattato diffusamente nell'articolo [Sicurezza in immersione: non è per caso](#) (AlertDiver.eu, 2014; 52)

La causa più comune di decesso per risalite di emergenza con esito mortale è l'embolia gassosa arteriosa (EGA), col 54% dei casi, seguita dall'annegamento (18%), eventi cardiaci acuti (7%) e malattia da decompressione (5%). L'EGA è una condizione simile all'ictus, con insorgenza improvvisa di debolezza e perdita di conoscenza, che di solito si verifica entro pochi minuti dalla riemersione; spesso il subacqueo perde conoscenza prima di uscire dall'acqua, o poco dopo.

Gestire il rischio

Tutti i subacquei sanno che sott'acqua non devono trattenere il respiro. Purtroppo, in una situazione di emergenza capita di dimenticare sia questa nozione, sia il motivo per cui è così importante. Durante la risalita, mentre la pressione ambiente diminuisce, l'aria nei polmoni si espande. Ciò non costituisce un problema se la persona respira normalmente, poiché il gas in espansione fuoriesce con ciascuna espirazione. Il pericolo arriva se la risalita è troppo rapida e il gas non fa in tempo ad uscire, o se il subacqueo trattiene il respiro. Il gas in espansione deve trovare spazio, e può letteralmente fare un buco nel polmone e uscirne. Le lesioni da sovradistensione polmonare comprendono enfisema del mediastino (aria tra i polmoni), enfisema sottocutaneo (aria sotto la pelle) e pneumotorace (polmone collassato). Ma il problema più grande si verifica quando il gas entra nella circolazione arteriosa. A quel punto, non vi è nulla che gli impedisca di arrivare direttamente al cervello, formare un embolo e bloccare il flusso sanguigno.

Se in preda al panico, in una risalita di emergenza un subacqueo può dimenticare l'addestramento ricevuto e non espirare, temendo di non avere abbastanza aria per raggiungere la superficie. Risalendo da profondità da immersione ricreativa, l'aria nei polmoni è di solito più che sufficiente per le funzioni vitali. L'eventualità che un subacqueo anneghi prima di aver raggiunto la superficie è estremamente rara.

Teniamo a mente l'addestramento

Come si affrontano la risalita di emergenza e il rischio di lesioni? Il modo migliore, sempre valido, è prima di tutto evitare che l'emergenza si verifichi. Continuiamo a tenere aggiornata la nostra formazione e a fare pratica con le tecniche apprese. Programmiamo con cura ciascuna immersione, e risaliamo sempre con una riserva d'aria nella bombola. Atteniamoci al programma. E, ovviamente, ricordiamoci di controllare spesso il manometro.

Ma mettiamo che, pur avendo eseguito correttamente tutte le procedure, ci ritroviamo comunque in una situazione che richiede una risalita d'emergenza. Qual è il modo migliore di procedere?

Per cominciare, niente panico. Ci hanno insegnato nel corso base come effettuare le risalite d'emergenza. Ricordiamoci le diverse opzioni, cominciando dalla migliore:

1. Effettuare una normale risalita controllata, con l'erogatore in bocca.
2. Chiediamo al buddy la sua fonte di aria alternativa (o quella principale se, per via della sua configurazione, sarà il compagno ad usare quella secondaria). In questa situazione, l'obiettivo è far sì che ciascuno dei subacquei abbia una fonte d'aria non discontinua, che consenta a entrambi di effettuare una risalita controllata, e tranquilla, verso la superficie.
3. Se non riusciamo a raggiungere il compagno o un altro subacqueo, o se anche il buddy ha finito l'aria, facciamo la risalita di emergenza controllata per conto nostro. Ma, ripetiamolo, senza farci prendere dal panico. Ricordiamoci che probabilmente abbiamo abbastanza aria nei polmoni per arrivare in superficie senza problemi. Applichiamo le procedure apprese durante la formazione: teniamo sempre l'erogatore in bocca: l'aria nella bombola, espandendosi, può concederci un altro respiro. Espiriamo lentamente e di continuo fino alla superficie, e risaliamo lentamente.

Come tutte le altre tecniche subacquee, la risalita di emergenza dovrebbe essere esercitata regolarmente. Andiamo in piscina con un buddy a "risolvere" le tecniche di respirazione con la fonte d'aria alternativa, ed esercitiamoci con le risalite di emergenza nuotando in orizzontale.

Le risalite di emergenza sono una risposta a situazioni di pericolo sott'acqua e, nonostante l'urgenza del momento, grazie a una formazione adeguata, alla pratica e alla preparazione, saranno la soluzione sicura che devono essere.