

**Quand on parle de noyade, on imagine forcément quelqu'un dans l'eau. La noyade sèche, bien que rare, existe pourtant et n'intervient pas en cas d'immersion dans un liquide. On vous explique de quoi il s'agit en détails et les précautions à prendre pour vos loulous.**

La noyade sèche, c'est quoi ?

D'après l'OMS (Organisation Mondiale pour la Santé), la noyade se définit comme une insuffisance respiratoire due à une immersion ou submersion dans du liquide. Elle survient lorsque de l'eau pénètre dans les poumons et que la respiration devient impossible.

Le manque d'oxygène provoque alors un arrêt cardiaque, puis la mort. Une infime quantité d'eau (comme celle avalée quand on boit la tasse) peut suffire pour inonder nos poumons en quelques secondes.

Parfois, la noyade peut intervenir plusieurs heures après la baignade (jusqu'à 72 heures plus tard). On parle dans ces cas de « noyade sèche » ou « noyade secondaire ».

Et c'est malheureusement chez les enfants que ce type d'accident est le plus courant.

Attention cependant. Boire la tasse arrive fréquemment et ne conduit pas toujours à une noyade à sec, fort heureusement.

En toussant un peu, on arrive en général à expulser l'eau.

Les noyades sèches peuvent ainsi plutôt intervenir suite à une noyade évitée, à laquelle personne n'a fait attention.

En effet, une situation de noyade peut passer inaperçue : le premier réflexe en cas de noyade, c'est de fermer la bouche.

La victime ne va pas donc pas forcément crier, ni expulser l'eau avalée.

Par ailleurs, le baigneur va souvent allonger les bras pour se maintenir à la surface et pas toujours gesticuler.

Des signes donc discrets si on n'est pas attentifs.

Quels signes peuvent vous alerter en tant que parents ?

Il est donc largement recommandé de ne jamais laisser un bébé ou un enfant sans surveillance près ou dans l'eau.

Une noyade peut en effet intervenir en seulement 30 secondes.

Le risque est multiplié pour ceux qui ne savent pas nager, bien entendu, ainsi que chez les plus petits.

Si la tête d'un bébé tombe dans l'eau, il n'arrive parfois pas à se relever.

Restez donc toujours à proximité de vos petits bouts lors d'une baignade.

Ces consignes s'appliquent pour une noyade classique, mais pour une noyade sèche, certains symptômes doivent vous alerter.

### **Voici des signes qui doivent vous alerter !**

Ils montrent que votre enfant manque d'oxygène au niveau du cerveau.

- Il tousse beaucoup après être sorti de l'eau (une toux très très forte et qui ne s'arrête pas).
- Votre enfant est très fatigué alors que ce n'est pas son cas habituellement. Une fatigue intense doit vous alerter et peut être un signe de noyade sèche.
- Son teint n'est pas rosé, il a le teint « grisâtre ».
- Il est de « mauvais poil », très irritable comparé à d'habitude.
- Il a des bulles qui sortent de sa bouche.
- Il peine à trouver sa respiration et doit faire de gros efforts pour respirer.

Restez donc vigilants, jusqu'à quelques heures après le passage dans l'eau.

Tous ces symptômes sont en effet le résultat d'un manque d'oxygène au cerveau, qui peut conduire à un œdème pulmonaire.

Au moindre doute, n'hésitez pas à consulter un médecin en urgence : prise à temps, une victime de noyade sèche peut être sauvée.

Asbl le sport c'est la ressource

Julien Ponsard - Président

[www.ressource-toi.be](http://www.ressource-toi.be)

RESSOURCE-TOI!

