

MalpensaNews

Regione Lombardia, consigli ai bagnanti per ridurre i rischi in acqua

Damiano Franzetti · Thursday, August 20th, 2026

In questa estate 2026 sono purtroppo stati **numerosi i casi di persone annegate** nei fiumi e nei laghi in Lombardia e nei territori circostanti. Per questo la **Regione** si è affidata a **Garlo Gionne**, allenatore capo Nuoto per Salvamento della Federazione, per divulgare una **serie di consigli utili** a chi cerca refrigerio tra le spiagge e le acque dolci.

Gionne, protagonista dell'approfondimento **"Pillole di salute"** curato da Lombardia Notizie, ha spiegato anzitutto la **necessità di valutare le proprie condizioni psicofisiche** prima di intervenire a soccorso di richiede aiuto. Se non si è in grado di agire in prima persona, bisogna anzitutto **chiedere aiuto ad altre persone** in grado di intervenire in tempi rapidi.

E poi è utile **lanciare** a chi è in difficoltà **un oggetto cui aggrapparsi**: un materassino, un salvagente, una boa non solo **aiutano a galleggiare** ma consentono di **diminuire la sensazione di paura**. Inoltre il bagnante in difficoltà che si aggrappa a un oggetto **eviterà di avvinghiarsi al soccorritore**, rendendo più complicato e pesante l'intervento di quest'ultimo.

Ovviamente, il **primo consiglio** per chi non sa nuotare o comunque ha difficoltà in questo senso, è quello di **rimanere in acque basse**; Gionne invece sfata l'antico tabù del far trascorrere tre ore dopo il pasto prima di fare il bagno, considerando però un pranzo leggero.

Una delle preoccupazioni principali riguarda inoltre i **bambini**: «Per loro serve il **massimo controllo** da parte dei genitori. Non vanno **mai persi di vista** perché spesso i bimbi **non riescono a gridare** o a chiedere aiuto perché molto spaventati».

Attenzione anche alle indicazioni: «Quando vediamo una **bandiera rossa** – prosegue Gionne – significa che ci sono condizioni di criticità, anche se non è un segnale di divieto ma di pericolo. In quei casi **non bisogna però sfidare circostanze** che magari non siamo capaci di affrontare. In questo contesto il punto di riferimento primario è sempre **l'addetto al salvataggio** che noi chiamiamo impropriamente il *bagnino*».

This entry was posted on Thursday, August 20th, 2026 at 4:01 pm and is filed under [Lombardia](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.

