

# Seguridad Alrededor del Agua y Prevención del Ahogamiento



**El agua está en todas partes y tomar las precauciones necesarias de seguridad es importante a cualquier edad, pero especialmente para los niños hasta la edad de los 14 años.**

## **¿Sabía que...?**

- El ahogamiento es silencioso y rápido. Puede ocurrir dentro de 20 segundos.
- El ahogamiento puede ocurrir en menos de 1-2 pulgadas de agua. Las bañeras llenas, las piscinas de natación, las piscinas para niños, los jacuzzis, los cubos de agua, y los fregaderos todos pueden ser peligrosos y mortales.
- El ahogamiento es una de las causas principales de muerte entre los niños de 1 a 4 años de edad, y es la segunda causa principal de muerte en los niños de 1 a 14 años de edad.
- Los niños con autismo tienen 10 veces más probabilidad de experimentar ahogamiento no fatal y fatal que sus compañeros con desarrollo típico.
- El 88% de los niños que se ahogan están bajo algún tipo de supervisión.

**Reduzca el riesgo de que un niño o adolescente se ahogue siguiendo estas sencillas estrategias de seguridad alrededor del agua en su hogar y dondequiera que haya agua.**

## **Baño**

- Nunca deje a un bebé o niño pequeño desatendido en la bañera, ni siquiera por un minuto.
- Instale un dispositivo de bloqueo de la tapa del inodoro y mantenga las puertas del baño cerradas en todo momento. También puede instalar cubiertas en los pomos de las puertas.
- Vacíe todas las bañeras, cubos u otros recipientes llenos con cualquier cantidad de agua u otro líquido cuando no lo esté usando.

## Piscina

- Instale cercas a los 4 lados de al menos 4 pies de altura, con cierre automático y bloqueo automático en las puertas. Para la seguridad también se pueden instalar alarmas y cubiertas de piscina, pero no son sustitutos para el cercado y la supervisión de los adultos.
- Saque los juguetes de la piscina cuando no estén usando la piscina.
- Bote toda el agua de una piscina infantil después de su uso.
- Retire cualquier tipo de escalera de una piscina sobre el suelo cuando no se esté usando.
- Supervise y mantenga a su niño o bebé al alcance de la mano cuando esté cerca de una piscina o de un cuerpo de agua.
- Otros cuidadores deben sentirse cómodos supervisando a su niño en la piscina, comprender las reglas de su piscina y capacitarse en las habilidades básicas de rescate acuático y la RCP, resucitación cardiopulmonar, (CPR por sus siglas en inglés).

## Other Water Safety Tips

- Enséñele a su niño habilidades básicas de natación como flotar y moverse a través del agua. Todos los niños son diferentes, así que pregúntele a su pediatra si su niño está listo para recibir lecciones de natación.
- Aprenda la RCP y las habilidades básicas de rescate en el agua.
- Tome descansos de seguridad que incluyan la hidratación, el descanso y la aplicación de protector solar de nuevo.
- Sepa adonde están los miembros de su familia cuando hay agua alrededor.
- Nunca permita que una persona nade sola. Enséñele a sus niños a siempre pedir permiso para entrar al agua y a usar el sistema de un compañero cuando estén nadando.
- Supervise a sus niños de cualquier edad, incluso si hay un salvavidas trabajando.
- Los objetos inflables flotantes o de espuma como los chalecos, flotadores para los brazos, balsas o espaguetis de espuma no substituyen la supervisión constante de un adulto y no están diseñados para mantener a los nadadores a salvo.
- Siempre preste atención a los bebés, niños pequeños y a los niños en edad preescolar que estén dentro o cerca del agua. Use la "supervisión por medio del toque"- estar lo suficientemente cerca para alcanzar al niño en cualquier momento.

