

SEGURIDAD EN VERANO

CONSEJOS PARA LA SEGURIDAD DEL AGUA



Con niños y adolescentes pasando más tiempo en el agua durante el verano, es vital que los padres tengan conversaciones sobre los diferentes riesgos que existen.

¿SABÍAS?

- El ahogamiento es la principal causa de muerte relacionada con lesiones entre los niños de 1 a 4 años.
- 70% de los muertes por ahogamiento de niños estadounidenses de 15 años o menos ocurren entre Mayo y Agosto (APA).
- Los niños representan una mayor proporción de ahogamientos fatales que las niñas (72 % vs. 28 %) (safekids.org).
- (Entre esos 1-14) El ahogamiento es la segunda causa principal de muerte relacionada con lesiones no intencionales detrás de los accidentes automovilísticos (redcross.org).
- Para los niños menores de 5 años, 87 % de los muertes por ahogamiento ocurren en piscinas o jacuzzis domésticos. Los niños 5 a 17 años tienen más probabilidades de ahogarse en agua natural, como un estanque o lago (redcross.org).

PREVENCIÓN

- Aprenda habilidades de supervivencia para nadar y seguridad en el agua. Hay muchos recursos que incluyen aplicaciones, videos y clases de natación certificadas locales en que puedes registrar a tus hijos.
- Supervise siempre a los niños cuando estén dentro o cerca del agua y considere obtener un certificado de CPR si tiene una piscina. Si necesita alejarse, designe a un adulto responsable para que supervise a los niños.
- El ahogamiento puede ocurrir en unas pocas pulgadas de agua, por lo que todas las actividades acuáticas, e incluso la hora del baño, deben ser supervisadas.
- No es seguro nadar bajo la lluvia, especialmente si hay truenos y relámpagos.
- En caso de duda, salga. Si algo no se siente bien, no dudes en salir del agua.
- Al navegar, todas las edades deben usar chalecos salvavidas aprobados.
- Manténgase dentro de las áreas designadas para nadar. Hablan con los niños sobre cuerdas/señales y por qué

se usan para separar áreas. En aguas abiertas, preste atención a las banderas a lo largo de los perímetros de los bordes. Nunca naden fuera de esas áreas definidas.

- Conozca los signos de alguien que se está ahogando: ojos vidriosos o cerrados; hiperventilando o jadeando; intentar nadar en una dirección determinada pero no progresar; cabeza inclinada hacia atrás con la boca abierta; parece estar subiendo una escalera invisible (ajc.com).



SOCIOS Y RECURSOS

- **Cruz Roja Americana:** proporciona recursos para padres sobre cuidado de los niños, seguridad en el agua y primeros auxilios. redcross.org
- **Grupo de Seguridad Acuática:** difunde educación y concientización sobre seguridad en el agua para padres y familias. aquaticsafetygroup.com
- **Alianza Nacional para la Prevención de Ahogamientos:** su misión es reducir la incidencia de ahogamientos y lesiones acuáticas en el US y en el extranjero. ndpa.org