

# Sea inteligente con el agua

## Una guía para la seguridad de su familia en el agua



Cuando la temperatura aumenta, todas las personas quieren estar en el agua o cerca de ella. Ir a la piscina o a la playa es muy divertido para la familia. Cuando se están divirtiendo, la mayoría de las personas no piensan mucho acerca de la seguridad en el agua - pero deberían. De acuerdo a la Comisión de Seguridad de Productos de Consumo de los Estados Unidos, la asfixia por inmersión es la causa principal de muerte no intencional en niños menores de 5 años de edad. No tiene por qué ser así. La mayoría de los accidentes relacionados con el agua pueden ser evitados, sabiendo cómo permanecer a salvo y siguiendo unas pocas pautas simples:

### Hogar

- Nunca salga de la habitación cuando haya niños en la tina.
- Tenga en cuenta que un asiento infantil para tina o un aro para tina no evitan que el niño pueda ahogarse.
- Vacíe y dé vuelta todas las cubetas y piscinas inflables tan pronto como haya dejado de usarlas.
- Aprenda la técnica de reanimación cardiopulmonar.

### Natación

- Asegúrese de que todos los adultos y los niños de su grupo familiar aprendan a nadar.
- Enseñe a los niños a que siempre deben nadar con un compañero.
- Enseñe a los niños las reglas de seguridad para el agua.
- Observe activamente a los niños mientras están nadando, aun cuando sepan nadar. No los deje solos, ni siquiera por un momento.
- Tenga un teléfono a mano mientras está mirando nadar a los niños – úselo solo para pedir ayuda en caso de emergencia.
- Mantenga cerca de usted a los niños que no puedan nadar o que no lo hagan bien.

### Piscinas

- Instale una cerca de al menos 4 pies de altura que rodee todo el perímetro del área de la piscina. Asegúrese de que la cerca tenga una puerta con candado y que se cierre y se trabase sola.
- Enseñe a sus hijos que no deben jugar ni nadar cerca de los desagües de piscinas o jacuzzis.
- Instale alarmas en cada puerta y ventana que conduzca al área de la piscina.

### Aguas abiertas

- Asegúrese de que los niños solamente naden en áreas designadas para nadar.
- Enseñe a los niños que lo primero que deben poner en el agua son los pies.
- Asegúrese de que los niños usen un chaleco salvavidas aprobado por la Guardia Costera de los Estados Unidos en todo momento cuando estén en aguas abiertas o cerca de ellas.

### Contáctenos

Para mayor información, póngase en contacto con el Programa de Prevención de Lesiones del Hospital de Niños Helen DeVos, llamando al **616.391.SAFE** (7233) o en Internet: [helendevoschildrens.org/injuryprevention](http://helendevoschildrens.org/injuryprevention)  
Si tiene preguntas, envíe un correo electrónico a: [injuryprevention@helendevoschildrens.org](mailto:injuryprevention@helendevoschildrens.org).

### Datos de la Comisión de Seguridad de Productos de Consumo de los Estados Unidos

- Cada año, más de 830 niños de 14 años o menos mueren como resultado de asfixia por inmersión no intencional.
- En promedio, 3600 lesiones ocurren al año en niños debido a incidentes casi fatales de asfixia por inmersión.
- Las piscinas de los hogares son los lugares más comunes donde los niños de 5 años o menos se ahogan.
- La mayoría de las muertes a causa de asfixia por inmersión en niños menores de 1 año de edad ocurren en tinas, cubetas o inodoros.