

Cómo Proteger a los Niños del Ahogamiento

El ahogamiento ocurre cuando menos se espera.

El ahogamiento es una de las principales causas de muerte evitable en niños de 1 a 4 años. Para reducir el riesgo de ahogamiento, utilice múltiples **capas de protección** y restrinja el acceso no supervisado a fuentes de agua como piscinas, jacuzzis, canales, estanques, acequias, bañeras, inodoros y mucho más.



Capas de Protección

Supervisión

La supervisión adecuada es la forma más eficaz de prevenir los ahogamientos.

- Conozca su entorno y los posibles riesgos de ahogamiento para su hijo/a en su hogar y cuando viaje.
- Asegúrese de que los niños pequeños siempre estén supervisados por un cuidador de confianza.
- Asigne un vigilante del agua y utilice la supervisión táctil.
- Nunca deje a un niño solo cerca del agua, ni siquiera durante un segundo.

Seguridad en la Natación

- ¡Los segundos cuentan! La capacitación en reanimación cardiopulmonar (RCP) salva vidas.
- La capacitación en técnicas de supervivencia en el agua y las clases de natación pueden ayudar a reducir el riesgo de ahogamiento en niños de 1 a 4 años.
- Cuando cumplen 4 años, la mayoría de los niños están preparados para recibir clases de natación. Las clases de natación no sustituyen la supervisión.
- Haga un plan familiar de prevención de ahogamiento y asegúrese de que todos los miembros de la familia sepan nadar.

Barreras y Alarmas

Utilice barreras para acceder al agua.

- Coloque y mantenga un cerco de piscina de 4 pies, y puertas de cierre y bloqueo automáticos.
- Asegure y cierre todas las puertas, ventanas y puertas de mascotas.
- Instale campanas o alarmas en las puertas.
- Compruebe periódicamente si es necesario reparar el cerco, las puertas y las barreras.

¿Lo Sabía?

- Aunque la mayoría de los ahogamientos infantiles se producen en una piscina, no se esperaba que casi el 70 % de esos niños estuvieran en la piscina en ese momento.
- La distracción de los cuidadores es uno de los principales factores del ahogamiento infantil.
- La mayoría de los ahogamientos se producen sin ruido.
- Los ahogamientos son evitables.

Para obtener más información, visite:
WaterSmartFL.com

**Florida
HEALTH**

