



Lifeguard Your Child™

¿Sabía que...?

El ahogamiento es la principal causa de muerte por lesiones no intencionales en niños de 1 a 4 años, y ocupa el segundo lugar entre los niños en edad escolar.

Datos importantes

- El ahogamiento es rápido y silencioso. Puede ocurrir en menos de 60 segundos.
- Incluso con un adulto presente, el 88% de los niños aún puede ahogarse.
- Por cada ahogamiento fatal, otros 8 niños reciben atención médica de emergencia por ahogamientos no fatales.
- Los bebés tienen mayor riesgo de ahogarse dentro del hogar, por ejemplo en bañeras, cubetas o inodoros.



Aprender a nadar es fundamental a cualquier edad.



Aprenda consejos de seguridad acuática.

Adolescente



Etapas típicas de desarrollo

- Se enfoca en la amistad, independencia e imagen personal.



Mayores riesgos

- La presión de grupo puede llevar a tomar decisiones inseguras.
- El riesgo de ahogamiento en aguas abiertas se triplica a los 15 años.
- Incluso los buenos nadadores pueden ignorar los peligros.
- Las distracciones aumentan el riesgo de accidentes.
- El clima y las condiciones del agua pueden cambiar rápidamente.



Consejos útiles

- Establezca un plan de seguridad antes de cualquier actividad acuática.
- Asegúrese de que siempre haya un adulto supervisando. Nadie es "a prueba de ahogamiento".
- Nade solo en áreas designadas para ello.
- Use siempre un chaleco salvavidas aprobado por la USCG en aguas abiertas.
- Aprenda RCP.
- Inicie las clases de natación a temprana edad.



Nunca pierda de vista el agua

- Asigne a un adulto para vigilar a los niños al alcance durante el tiempo de natación.
- Use el celular solo para emergencias.
- NUNCA deje solo a un bebé o niño pequeño en la bañera, ni por un momento.

Cómo ajustar un chaleco salvavidas

- Revise la etiqueta interior para confirmar que esté aprobado por la USCG.
- Lea la etiqueta para elegir el tamaño adecuado para su hijo.
- Cierre todas las hebillas y ajústelas hasta que quede bien ceñido.
- Tire de los hombros hacia arriba: si el chaleco se sube por encima de las orejas, es demasiado grande.



Aprenda a ajustar correctamente un chaleco salvavidas.



Los ahogamientos se pueden prevenir.

Consejos de seguridad en el agua para todas las edades

Lifeguard Your Child™

Bebé



Etapas típicas de desarrollo

- Aprende al sentir, ver, oír, tocar y probar.
- Utiliza el lenguaje corporal para crear un vínculo con usted, desarrollando confianza y apego.
- Depende de los adultos para su cuidado, consuelo y seguridad.



Mayores riesgos

- La hora del baño. Solo se necesita una pulgada de agua para que ocurra un ahogamiento.



Consejos útiles

- Tenga todo lo necesario para el baño preparado con anticipación, así no tendrá que dejar al bebé sin supervisión.
- NUNCA deje a un bebé solo en la bañera. Permanezca siempre al alcance de su mano.
- Siempre drene la bañera antes de sacar al bebé.
- Aproveche la hora del baño para fortalecer el vínculo con su bebé.
- Considere comenzar con clases de natación desde temprano.

Niño pequeño



Etapas típicas de desarrollo

- Comienza a caminar, correr y saltar.
- Aprende explorando su entorno.
- Tiene un vocabulario limitado.
- Su equilibrio y coordinación aún se están desarrollando.



Mayores riesgos

- Todas las áreas con agua: bañera, alberca, jacuzzi, aguas abiertas.
- Puede sentir curiosidad por el agua sin entender sus peligros.



Consejos útiles

- Permanezca al alcance de su hijo durante el baño.
- Instale cercas alrededor de la alberca, con puertas que se cierren automáticamente.
- Asegure ventanas, puertas y puertas para mascotas con acceso al área de la alberca.
- Use seguros en los inodoros y nunca deje cubetas con agua sin vigilancia.
- Use un chaleco salvavidas aprobado por la Guardia Costera de EE. UU. (USCG) para todas las actividades acuáticas.
- Manténgase cerca de los nadadores y haga pausas con frecuencia.
- Inscriba a su hijo a clases de natación.
- Si su hijo desaparece, revise la alberca primero.

Preescolar



Etapas típicas de desarrollo

- Su pensamiento se limita a lo que puede ver, tocar y experimentar.
- Mejora su lenguaje, aunque su comprensión aún puede ser limitada.
- Tiene mayor control de sus movimientos y estabilidad.



Mayores riesgos

- Disfruta del agua, pero aún necesita supervisión constante.
- Su curiosidad puede llevar a explorar sin permiso.



Consejos útiles

- Asigne a un adulto como vigilante del agua, siempre al alcance del niño.
- Cuente a los niños cada vez que cambie de actividad para asegurarse de que nadie se quede atrás.
- Enséñele las reglas básicas de seguridad en el agua.
- Comparta con otros cuidadores el nivel de habilidad para nadar de su hijo.
- Coloque alarmas de seguridad en puertas y ventanas.
- Retire los juguetes de la alberca cuando no estén en uso.

Edad escolar



Etapas típicas de desarrollo

- Piensa de forma concreta y desarrolla independencia en sus rutinas diarias.
- Tiene mucha imaginación y se expresa con palabras e ideas.
- Aprende haciendo y hace muchas preguntas.
- Su memoria mejora, pero aún está en desarrollo.



Mayores riesgos

- Le gusta probar sus límites físicos y puede olvidar las reglas de seguridad en el agua.
- Aún no comprende todos los peligros del agua.
- Puede ser influenciado por amistades o redes sociales.



Consejos útiles

- Sea constante con las reglas de seguridad acuática.
- Un adulto siempre debe supervisar las actividades en el agua.
- Lleve la cuenta de todas las personas que están nadando.
- Revise las condiciones del agua, corrientes y escombros antes de nadar en cuerpos de agua abiertos.
- Use siempre un chaleco salvavidas en aguas abiertas, sin importar el nivel de natación del niño.