

Seguridad en piscinas



Nadar es una estupenda forma de refrescarse cuando hace mucho calor. Sin embargo, la diversión puede convertirse rápidamente en una tragedia si no se toman medidas de seguridad adecuadas. Padres y cuidadores tienen que poner de su parte para mantener a los niños seguros en la piscina y evitar que se ahoguen.

Instale una valla

- La mitad de los ahogamientos de niños en piscinas se podrían prevenir montando una valla.
- Instale una valla en los cuatro costados, alrededor de la piscina, que la separe completamente de la casa.
- La valla debería tener una altura de por lo menos 4 pies (aprox. 1,2 m).
- La distancia entre la valla y el suelo debe ser inferior a 4 pulgadas (aprox. 10 cm) al igual que entre los listones de la valla.
- La puerta de la valla debe cerrarse y colocar el pestillo por sí misma. El pestillo debe encontrarse fuera del alcance de los niños.
- Aunque cubiertas de piscina y alarmas pueden ser de ayuda, no son un sustituto adecuado para una valla.

Vigile a los niños atentamente

- Siempre debe haber un adulto vigilando a los niños en la piscina. Nunca permita que un niño vigile a otro niño.
- El adulto debe estar a la distancia de un brazo de bebés y niños que no sepan nadar muy bien, para poder alcanzarlos rápidamente.
- Al vigilar niños en la piscina es necesario prestar total atención. No se debe estar leyendo, hablando por teléfono o hablando con otras personas.

Los niños deben aprender a nadar

- La mayoría de niños están listos para recibir clases de natación a partir de los 4 años de edad. Puede ser útil que niños menores también reciban clases, pero no todos los niños estarán preparados para ello a la misma edad. Es decisión de los padres cuándo el niño está listo para recibirlas.
- Recuerde que aunque un niño sepa nadar, no significa que no se pueda ahogar. Incluso los mejores nadadores corren el riesgo de ahogarse.

Reglas para la piscina

- Los niños nunca deben nadar solos o sólo con otros niños. Siempre debe estar presente un adulto.
- El área alrededor de la piscina es muy resbalosa. Nunca se debe correr, siempre caminar.
- Hacer payasadas dentro o alrededor de la piscina podría tener como consecuencia lesiones graves, por lo que se debe prohibir.
- Los nadadores siempre tienen que acceder a la piscina por la parte menos profunda. Nunca es adecuado tirarse a una piscina que tenga una profundidad inferior a los 9 pies (aprox. 2,7 m).
- Retire los juguetes de la piscina inmediatamente después de usarlos para que los niños no tengan la tentación de alcanzarlos.
- No utilice alitas, tubos y otras ayudas para nadar en lugar de un chaleco salvavidas.
- Padres y cuidadores deben aprender a hacer RCP.



CIPA CHILD INJURY
PREVENTION ALLIANCE

Para más información, por favor contacte con Child Injury Prevention Alliance llamando al (614) 398-CIPA (2472).
www.childinjurypreventionalliance.org or info@childinjurypreventionalliance.org

📍 twitter.com/CIPAINjury

Contenido proporcionado por el Centro para Investigación y Políticas sobre Lesiones en el Nationwide Children's Hospital