

# La seguridad en el agua para niños recién nacidos hasta 5 años

El ahogamiento es la causa principal de muerte involuntaria en niños de 1 a 4 años. Los niños menores de 5 años se ahogan con mayor frecuencia en piscinas y bañeras. Los ahogos tienden a ocurrir en momentos en que los cuidadores no planeaban que el niño estuviera en el agua.

Los padres pueden pensar que si su niño se cae al agua oírán gran chapoteo y ruido y que podrán ayudarlo. En la mayoría de los casos, los niños se resbalan y se hunden en el agua rápida y silenciosamente.

Vigilar a su niño y ponerle el chaleco salvavidas son las 2 cosas principales que puede hacer para evitar que se ahogue.

## En la casa

Los bebés y niños pequeños pueden ahogarse en tan solo 2 pulgadas de agua. Cientos de niños se han ahogado en tinas de baño, estanques del jardín, inodoros y en baldes de 5 galones.

- Vigile siempre a los niños pequeños cuando estén en el baño.
- Nunca deje a su bebé o niño solo o vigilado por otro niño en una tina, alberca de ningún tipo, spa o en albercas de chapoteo.
- Los asientos para bañarse pueden volcarse y su bebé deslizarse en el agua. Úselos solo bajo supervisión de un adulto.
- Vacíe los baldes y guárdelos fuera del alcance de su niño cuando no estén en uso.

## En el jardín

- Mantenga los basureros tapados.
- Guarde los baldes vacíos y manténgalos fuera del alcance de los niños.
- Evite tener estanques en el jardín. Si usted tiene uno, colóquelo una cerca alrededor para mantener alejado a su niño.
- Vacíe la alberca para niños cuando no esté en uso.



## En el agua o sus alrededores

Incúlquele hábitos de seguridad a temprana edad, cuando es más fácil.

- Póngale a su niño el chaleco salvavidas cada vez que esté jugando cerca o en el agua, en un muelle o cuando ande en bote, balsa o neumático.
- Manténgase siempre a corta distancia de su niño en sitios donde haya agua.
- En los eventos sociales, tórnese con otros adultos para ser los “vigilantes del agua” y cuidar a los niños si están cerca o en el agua.

## La seguridad en el agua para niños recién nacidos hasta 5 años

---

- Cuando vigile a los niños cerca del agua manténgase enfocado y evite hacer cosas que puedan distraerle, como conversar, leer o ver su teléfono.
  - Compre un chaleco salvavidas para su niño. No siempre habrá uno para rentar o pedir prestado. Algunos trajes de baño vienen con salvavidas incorporado. Revise la etiqueta del traje para ver si está aprobado por el US. Coast Guard (guardacostas).
  - Pregunte a la persona que cuida a su niño si planea llevarlo a jugar cerca o en el agua. Pregunte sobre la supervisión y dele un chaleco salvavidas para su niño.
  - Las clases en el agua para los infantes y niños pequeños promueven el juego y la seguridad en el agua, pero no reemplazan la supervisión. La mayoría de los niños están listos para tomar clases de natación cerca de los 4 años. Algunos niños de 1-4 años de edad ya pueden aprender a nadar. Sea cual sea la edad, tomar clases de natación no significa que “no puede ahogarse”
  - Enseñe a su niño a esperar a que usted le autorice meterse al agua.
  - Elija áreas con salvavidas de guardia para nadar y jugar. Aún habiendo salvavidas, usted necesita vigilar su niño de cerca.
  - Los flotadores de brazos, balsas y cámaras de aire no están diseñadas para mantener a los nadadores a salvo. Nunca los use en lugar del chaleco salvavidas.
- Lea las pautas sobre las cercas en [pollsafely.gov](https://pollsafely.gov) – en la casilla de búsquedas ponga “barrier guidelines”.
  - Coloque una cubierta eléctrica, alarmas en las puertas que conducen a la alberca y en la alberca. La cubierta no substituye a la cerca.
  - Aprenda a dar RCP (reanimación cardio-pulmonar) para infantes y niños.
  - Cubra el jacuzzi cuando no esté en uso.
  - Use tapas para los drenajes, sistemas contra aspirado (SVRSs) o bombas filtrantes con varios drenajes, para que la succión no atrape a los niños.
  - Si su niño tiene el cabello largo, recójalo con elásticas para que no quede atrapado por la succión en las rejillas de drenaje.
  - Mantenga el teléfono cerca de la alberca. Agregue los números de emergencias en sus contactos, póngalos también en una hoja y péguela cerca de la alberca.
  - Mantenga el equipo de rescate cerca de la alberca, como boyas, chalecos salvavidas y herramientas para alcanzarlo (gancho de piscina u ovejero).
  - Recoja los juguetes que estén adentro y alrededor de la alberca cuando no se estén usando. Los juguetes atraen a los niños a la alberca.

### Si tiene una alberca o jacuzzi

Los accidentes pueden ocurrir justo fuera de su casa, por eso el acceso de su niño al agua no debe ser fácil. Use murallas, cercas, sistema de alarmas, cubiertas para la alberca y equipo de rescate.

Todas las albercas suponen un riesgo de ahogamiento y las que son inflables y con costados blandos son tan peligrosas como las que están al nivel de la tierra. Los niños pequeños pueden meterse con facilidad pero no salirse.

- Encierre las albercas con una cerca por los 4 lados y de 4 pies de altura, mínimo, y que tenga una puerta de entrada que se cierre sola. Verifique que su niño no pueda trepar la cerca a menos que tenga ayuda.

### De vacaciones

A menudo tomamos vacaciones en lugares donde los niños tienen acceso a piscinas, jacuzzis y aguas abiertas.

- Lleve los chalecos salvavidas de su familia en vacaciones.
- El cambio de rutina hace que sea fácil que un niño se escape sin ser visto. Mantenga a los niños pequeños a la vista en todo momento si hay agua cerca.
- Si falta un niño, revise primero la piscina.

#### Para más información

- [seattlechildrens.org/dp](https://seattlechildrens.org/dp)
- El proveedor de atención médica de su hijo

---

Seattle Children's pondrá a disposición esta información en formatos alternativos bajo solicitud. Por favor llame a Comunicaciones de mercadeo 206-987-5323.

Este volante fue revisado por personal clínico de Seattle Children's. Sin embargo, las necesidades de su niño son únicas. Antes de actuar o depender de esta información, por favor consúltelo con el proveedor de atención médica de su niño.

© 1995, 1998, 2003, 2007, 2011, 2019 Seattle Children's Hospital, Seattle, Washington. Derechos reservados.

5/19  
CEI39S