



# El ABC de la Prevención de Ahogamientos Y Seguridad de Verano



Family Resource & Referral Center  
*We Care About Children and Families*

# Ahogamiento: Un Asesino Rápido y Silencioso



En el tiempo que se tarda...

- ...cruzar el cuarto para una toalla (10 seconds), un niño en la bañera puede quedar sumergido.
- ...contestar el teléfono (2 minutos), ese niño puede perder el conocimiento.
- ...firmar por un paquete en la puerta de entrada (4 - 6 minutos), un niño sumergido en la bañera o piscina puede sufrir daños cerebrales permanentes.

# Condado de San Joaquin

## Datos de Ahogamiento

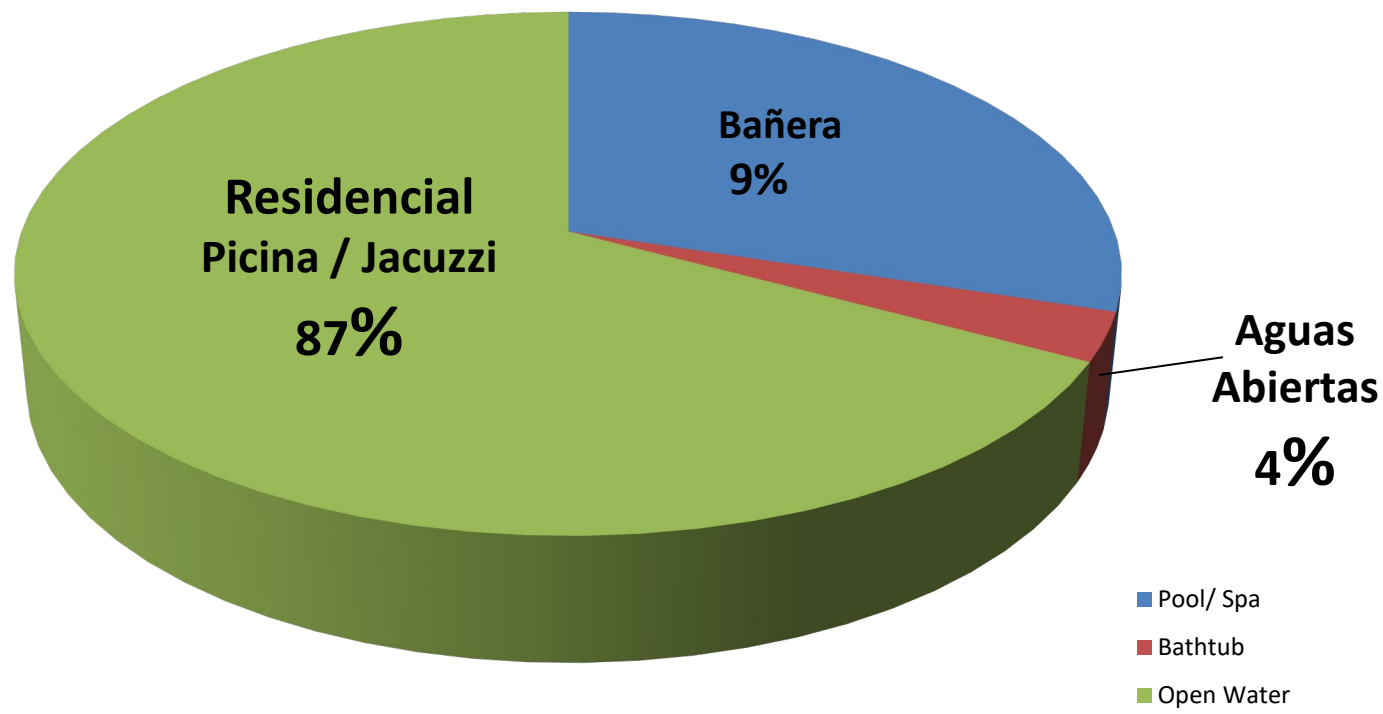
- Causa principal de muerte por lesiones en niños de 1 a 4 años.
- 54 muertes por ahogamiento en niños de 18 años de edad y menores entre 2000-2019
- La mitad de estas muertes fueron en niños de 0-6
- **100% prevenible**

EPICenter: [www.epicenter.cdph.ca.gov](http://www.epicenter.cdph.ca.gov)



# Condado de San Joaquin

## Datos de Ahogamiento de edades 0-6



CDRT 2005-2020

# Porqué Los Niños Se Ahogan?

Tres factores contribuyen al riesgo de ahogamiento de un niño:

1. Acceso fácil al agua
2. Cómo se desarrollan los niños en este grupo de edad
3. Insuficiente supervisión de un adulto

Children's Hospital of Orange County

# Riesgo #1 – Acceso Fácil al Agua

- Los niños menores de 6 años se ahogan con mayor frecuencia en una piscina residencial o spa.
- No/no barrera efectiva entre un niño y un cuerpo de agua.
- Los cuerpos de agua incluyen:
  - Piscina / Spa
  - Bañera
  - Baño
  - Cubeta
  - Rio /Lago

Children's Hospital of Orange County



# Riesgo #2 – Edad

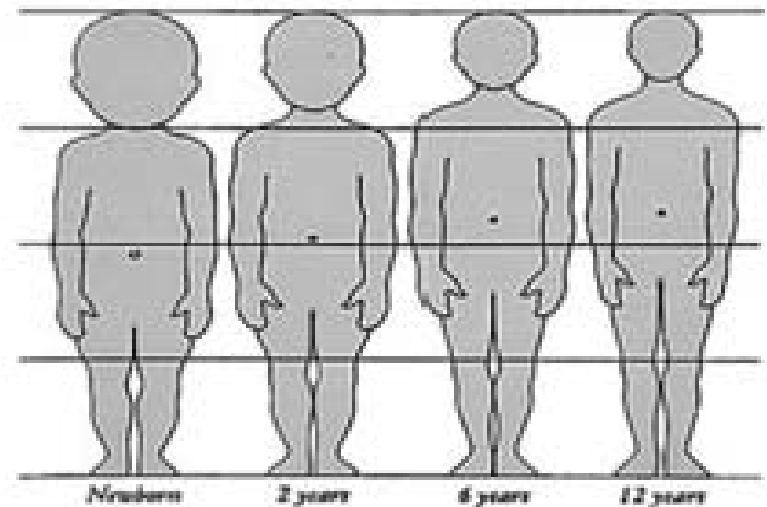
- **Desarrollo –**

- Sin miedo
- Mayor curiosidad
- Dominar nuevas habilidades rápidamente

- **Fisiológicamente –**

- La cabeza pesa más que el resto del cuerpo
- Los huesos, tendones y músculos no están completamente desarrollados
- Pueden ahogarse en tan solo 2 pulgadas de agua

**Child's Body Proportions**





# Riesgo #3- Insuficiente Supervisión de un Adulto

---

Los niños tienen más tiempo y oportunidad de ahogarse cuando:

- Los padres no se comunican sobre la observación del niño
- Los niños mayores supervisan a otros niños
- Los padres están borrachos o drogados durante reuniones sociales
- Los padres están dormidos o distraídos



# **EL AHOGAMIENTO INFANTIL CIERTO O FALSO?**

# El ahogamiento infantil

## Cierto o falso? Parte 1



*“El ahogamiento tarda mucho tiempo.”*

# El ahogamiento infantil


## Cierto o falso? Parte 1

*“El ahogamiento tarda much tiempo.”*

- **Falso:** Los niños pierden la conciencia en 30 segundos o menos. Si un niño está desaparecido, siempre verifique la piscina y otros lugares de agua primero. **¡Cada segundo cuenta!**

# El ahogamiento infantil


## Cierto o falso? Parte 1



*“Mientras que hay otros adultos alrededor, los niños están a salvo.”*

# El ahogamiento infantil

## Cierto o falso? Parte 1



*“Mientras que hay otros adultos alrededor, los niños están a salvo.”*

- **Falso:** Los niños pueden ahogarse a pesar de que están alrededor de adultos.

# El ahogamiento infantil

## Cierto o falso? Parte 1



*“Mi hijo no puede llegar ala piscine por si mismo.”*

# El ahogamiento infantil

## Cierto o falso? Parte 1

*“Mi hijo no puede llegar ala piscina por sí mismo.”*

- **Falso:** Los niños no anuncian cuando han dominado algo nuevo. El hecho de que su hijo no podia abrir una puerta corredisa de vidrio ayer, no significa que él o ella no puede aserlo.

# El ABC de Prevención de Ahogamiento

- **A** es para la Supervisión de un Adulto
- **B** es para las Barreras
- **C** es para RCP(CPR)  
& Classes







# A es para la Supervisión de un Adulto



- Supervisión durante las actividades no relacionadas con el agua.
- No se esperaba que el **69%** de los niños que se ahogaron en piscinas estuvieran dentro o cerca del agua. **Sepa dónde están sus hijos en todo momento.**

# A es para la Supervisión de un Adulto

- Supervisión durante las actividades de agua
- Los niños deben ser observados por un adulto responsable **100% de las veces** que están en o cerca del agua.
- Mantenga a los niños menores de 5 años al alcance de su brazo en el agua
- Alas de agua, flotadores y chalecos salvavidas nunca deben reemplazar a la supervisión de un adulto.
- Asigne un "observador del agua", una persona que sepa nadar cuando está cerca del agua

# Ajuste de chaleco salvavidas

- Sólo utilice chalecos salvavidas aprobados por la Guardia Costera de los Estados Unidos.
- Flotadores y las alas de agua son juguetes, no los dispositivos de salvamento.
- Asegúrese de que su hijo esté en el rango de peso correcto.
- Cuando se sujeta, si puede tirar de la parte superior de los hombros y el chaleco salvavidas va por encima de las orejas, es demasiado grande.
- Los chalecos salvavidas no son un sustituto para la supervisión de adultos.





# B Es Por Barreras



- La única barrera efectiva comprobada es una cerca de 5 pies de altura no escapable con cierre automático, Puertas de cierre automático que encierran completamente la piscina.
- Las barreras secundarias incluyen alarmas y cubiertas de piscinas y spas.
- Instalar, inspeccionar y **siempre utilice barreras.**

# B Es Por Barreras

- Retire los juguetes de dentro o alrededor del área de la piscina. Los juguetes pueden atraer a los niños pequeños a la piscina.
- Mantenga las sillas, mesas y otros objetos que se puedan escalar lejos de la cerca.



# B Es Por Barreras





# B Es Por Barreras



# C es para RCP (CPR) y Clases

- A prenda RCP (CPR) Reanimación Cardiopulmonar y Respiración de Rescate.
- Las clases de RCP (CPR) se ofrecen en la Cruz Roja local. También puede preguntar aun centro de recursos familiares sobre otros lugares donde puede tomar clases de RCP (CPR).





# C es para RCP (CPR) y Clases

- Asegúrese de que todos los niños y adultos en su familia van a clases de natación y entrenamiento de seguridad acuática. Pero recuerde que estas clases **Nunca** toman el lugar de la necesidad de supervisión de un adulto y barreras!
- Para encontrar clases de natación, pregunte en su comunidad local, parques y distritos recreativos o centros de recursos familiares.



# **EL AHOGAMIENTO INFANTIL CIERTO O FALSO?**

# El ahogamiento infantil

## Cierto o Falso? Parte 2



*“Mi hijo está seguro porque está dentro de la casa conmigo.”*

# El ahogamiento infantil

## Cierto o falso? Parte 2



*“Mi hijo está seguro porque está dentro de la casa conmigo.”*

**Falso:** No suponga que su hijo está a salvo porque la última vez que lo vio estaba durmiendo o jugando.

Los niños pequeños se mueven rápido.

A menos que el niño esté a su vista directamente, existe la posibilidad de que él esté en el agua.

# El ahogamiento infantil

## Cierto o falso? Parte 2



*“no me puede suceder a mí. Soy un buen padre.”*

# El ahogamiento infantil

## Cierto o falso? Parte 2

*“no me puede suceder a mí. Soy un buen padre.”*

- **Falso:** Todos los padres cuyos hijos se han ahogado se sintieron de esta manera.  
Nadie cree que un ahogamiento podría sucederle a su niño o los niños bajo su cuidado.  
Sin capas de protección, ningún niño está a salvo de la tragedia de ahogamiento.

# El ahogamiento infantil

## Cierto o falso? Parte 2



*“Mi niño está a salvo porque ha tenido clases de natación.”*

# El ahogamiento infantil

## Cierto o falso? Parte 2

*“Mi niño está a salvo porque ha tenido clases de natación.”*

- **Falso**: Cuando un niño entra en una piscina solo, es posible que no se comporte de la misma manera que lo hace en una clase de natación porque nadie está ahí para obligarle a nadar o comportarse de cierta manera.



# Prevenir el golpe de calor: ECA

- **E:** Evite las lesiones y muertes relacionadas con la insolación al no dejar nunca solo a su niño en el auto, ni siquiera por un minuto.
- **C:** Cree recordatorios colocando algo en la parte de atrás del auto y junto a su niño, como un maletín, un bolso o teléfono celular que le hará falta al llegar a su destino final.
- **A:** Actúe. Si usted ve a un niño solo en un auto, llame al 911.

# Seguridad en bicicleta



- Siempre haga que su hijo use un casco  
(¡Dé un buen ejemplo, mamá y papá!)
- Asegúrese de que el casco de su hijo se ajuste  
(Ojos, Orejas, Boca)
- Hasta los 10 años, recorra las banquetas, las rutas para bicicletas y los parques.

# Gracias!

Gracias por ayudar a mantener seguros a los niños del Condado de San Joaquín.

Gracias por tomar las mejores  
**opciones de seguridad de verano**  
para su hijo.



Family Resource & Referral Center  
*We Care About Children and Families*