Consejos de seguridad en el agua para niños y adolescentes

A medida que los niños crecen, se hacen más independientes. Con la independencia viene más responsabilidad. Los adolescentes querrán reunirse cerca del agua alejados de la supervisión de un adulto, pero deben saber cómo mantenerse seguros.

Consejos de seguridad en el agua

- Nunca nades solo. Incluso los mejores nadadores deben tener a alguien cerca para ayudarlos si es necesario.
- Usa siempre un salvavidas cuando estés en un bote, esquiando, en una moto de agua, kayak o participando en otras actividades en aguas abiertas.
- Mantente dentro del área designada para nadar.
- Aprende sobre las banderas y señales de las condiciones para nadar, así como las corrientes en aguas abiertas.
- Evita los juegos rudos y hacer carreras en o cerca del agua.
- Las personas que no naden muy bien no deben depender de los juguetes de agua como manguitos para los brazos, tubos de espuma, flotadores y aros inflables para mantenerse a flote.
- Entra siempre al agua con los pies primero para evitar obstáculos y fondos llanos.
- Evita los drenajes de la piscina, ya que usan succión fuerte para filtrar el agua.

El ahogo es silencioso y puede ocurrir en segundos.

Consejos adicionales para adolescentes

- Recuerde a los adolescentes que no sobrevaloren sus habilidades ni subestimen los peligros en el agua.
- El uso de alcohol y otras substancias en menores de edad es peligroso, especialmente cerca del agua, porque puede alterar el juicio, el equilibrio y la capacidad de nadar.

Nunca es demasiado tarde para aprender a nadar. La Cruz Roja ofrece clases de natación para todas las edades en todo el país.