

La seguridad del agua para padres

Julio significa verano para las familias de Oregon, y verano significa diversión en piscinas, lagos, ríos y en el mar. Tómese el tiempo para aprender estos consejos de la seguridad del agua y mantenga a sus hijos seguros tanto en el hogar como en el exterior en las increíbles áreas naturales de Oregon.

La principal causa de muerte de niños menores de 14 años son los ahogamientos. Los niños necesitan que los padres y cuidadores tomen medidas para evitar la muerte por ahogamiento.

Más niños de 1 a 4 años mueren por ahogamiento que otra causa aparte de defectos de nacimiento. [\(CDC\)](#)

Supervisión activa de adultos

[Los ahogamientos](#) ocurren rápido y silenciosamente, así que esté presente y preste atención cuando los niños juegan en o cerca del agua. Los niños necesitan su supervisión activa. Esto significa que no hay distracciones como su teléfono o un libro o una conversación. También significa que debe estar alerta y no consumir alcohol ni drogas.

Use **supervisión táctil** si sus hijos tienen cuatro años o menos, lo que significa que debe estar lo suficientemente cerca como para alcanzar a su hijo en todo momento.

Si más de un adulto está supervisando, turnarse para supervisar en cada momento. Mientras observa, configure una alarma en su teléfono y dáselo al otro adulto, luego cambie

Oportunidades Preescolar está Expandiéndose en otoño 2020

A través de [Preschool Promise](#), el estado de Oregon está agregando más espacio preescolar financiado por el estado en la región de Linn-Benton-Lincoln.

Se proporcionará información adicional sobre la inscripción, manténgase al tanto.

Asegúrese de seguir [Pollywog](#) y nuestro [Early Learning Hub](#) en Facebook para obtener información.



cuando se acabe el tiempo. A algunos padres les resulta útil tener un silbato o insignia en un cordón para recordarles a todos los que están de guardia.

Barreras

Un niño no puede ahogarse si no puede llegar al agua. Asegúrese de que haya capas de barreras (vea la página siguiente) para evitar el acceso sin supervisión en las bañeras, piscinas, spas, estanques, ríos y más.

Las barreras incluyen cercas, cerramientos en puertas y ventanas que se abren en un área con piscina, alarmas y puertas de seguridad. Y cuando termine el tiempo de juego en el agua, retírese todos los juguetes y flotadores del área para que los niños no se sientan tentados por ellos. Desocupa las piscinas vaciando el agua para niños después de cada uso.

Los chalecos salvavidas también son barreras. Usarlos en niños en piscinas y otras grandes áreas de agua puede salvar la vida de su hijo.

Clases

¡Las clases de natación son para todos! Las lecciones de natación reducen el riesgo de ahogamiento entre los niños pequeños menores de 4 años [\(CDC\)](#).

Los adultos y los niños deben tomar instrucción para aprender habilidades básicas de natación. [Las clases de CPR y primeros auxilios](#) también son indispensables para los adultos que supervisan a los niños. Los segundos cuentan cuando se trata de comenzar la CPR y podría salvar la vida de su hijo.

Protección para niños

Los ahogamientos pueden ser evitados por los padres y cuidadores que toman medidas sencillas para garantizar que la diversión en el agua sea segura. La [AAP recomienda](#) a los padres crear “capas de protección” para que “inevitables, breves fallas en la supervisión” no terminen en tragedia.

Capa uno: dentro de su hogar

La bañera es el peligro de ahogamiento más conocido en una casa, pero hay otros, incluidos baños, cubetas de agua e incluso acuarios.

Cree la primera capa de prevención de ahogamiento al evitar el acceso no supervisado a los baños. Use un seguro para el baño y vacíe todos los recipientes de agua después de usarlos. ¡Y nunca, nunca, deje a un niño en el baño sin supervisión!

Capa dos: fuera de su casa

La segunda capa de protección es evitar el acceso sin supervisado al agua. Esto incluye piscinas, spas y cualquier cosa que contenga agua.

Tome medidas para asegurarse de cuidado como cerraduras de puertas y ventanas, tapas de pomos y/o puertas de seguridad. Incluso un niño pequeño puede usar una puerta para mascotas, así que ciérrala o coloque una puerta frente a ella.

Según los [CDC](#), las cercas de la piscina son la forma más efectiva de evitar el ahogamiento. Si tiene una piscina o spa, las



La mayoría de los ahogamientos en niños menores de 4 años ocurren en las piscinas del hogar. – [AAP](#)

regulaciones requieren cercas que cumplan con las especificaciones de seguridad.

Considere agregar una alarma a la piscina, la puerta de la cerca e incluso a la puerta de atrás. Asegúrese de retirar los juguetes y otros artículos flotantes del área de la piscina después de cada uso para que los niños no se sientan tentados. Y siempre tenga a mano el equipo de seguridad.

Capa tres: ríos, lagos, océanos y más

Las familias de Oregon son muy afortunadas de tener acceso a estas áreas naturales de agua. Los padres pueden extender sus capas de protección a estos recursos con unas simples precauciones.

Siempre use un chaleco salvavidas en niños en estas áreas. Son salvavidas literales cuando sucede lo inesperado, como una gran ola que derriba a su hijo. El costo siempre vale la pena! O puede [pedir prestado uno](#) del Departamento de Bomberos de Albany.

Al flotar en los ríos, verifique en línea las [temperaturas del agua](#) y [las obstrucciones conocidas](#). Cuando juegues en el mar, revisa los niveles de agua y los tiempos de marea antes de ir. Esté atento a las olas de zapatillas, troncos flotantes y corrientes de resaca.

Clases para padres e hijos

Las piscinas locales se están abriendo nuevamente para el verano. Consulte sobre las opciones de clases de natación. Muchos tienen becas para familias que los necesitan.

Las clases de CPR y primeros auxilios están por internet en este momento, como estas de la [Cruz Roja](#). También se ofrecen a través de [Family Connections](#), [Samaritan Health](#), los departamentos locales de bomberos y los departamentos locales de recreación.

 [Pollywog Facebook](#)

 [Pollywog Website](#)

 [Pollywog YouTube](#)

Pollywog Family
6500 Pacific Blvd. SW, LM-132
Albany, OR 97321
541-917-4884