



¿QUIÉN ESTÁ EN RIESGO DE AHOGARSE?

El ahogamiento es una de las principales causas de muerte de todos los niños. De acuerdo con los Centros para el Control de Enfermedades de EE. UU., por cada niño que muere ahogado, otros cinco reciben atención del departamento de emergencias por lesiones no mortales por inmersión. Los niños de 1 a 4 años tienen las tasas más altas de ahogamiento y están en mayor riesgo.

- **Los bebés** pueden ahogarse en tan solo una pulgada de agua y pueden morir si se los deja desatendidos en las bañeras, incluso por solo unos minutos.
- **El ahogamiento es la principal causa de muerte evitable en niños de 1 a 4 años de edad.** Los niños pequeños sienten curiosidad por el agua, pero la mayoría aún no sabe nadar ni comprende los peligros del agua. Las investigaciones indican que los niños pequeños a menudo se ahogan en silencio, en lugar de gritar pidiendo ayuda o chapotear para llamar la atención.
- **Los adolescentes** corren el riesgo de ahogarse porque es posible que no usen un chaleco salvavidas mientras navegan, es posible que no sean conscientes de los riesgos y las medidas de seguridad en los cuerpos de agua, es posible que no puedan juzgar las condiciones del agua, sobrestimen su propia capacidad para nadar (especialmente cuando se encuentran con amigos), pueden consumir alcohol o drogas mientras están sobre el agua o en el agua, o no han aprendido a nadar.
- **Los niños con autismo** tienen 160 veces más probabilidades de morir ahogados que otros niños de su edad.



DURANTE LOS ÚLTIMOS DIEZ AÑOS EN CONNECTICUT, HUBO 43 MUERTES NO INTENCIONALES DE NIÑOS POR AHOGAMIENTO

Categorías de riesgos

- Los niños menores de 3 años o menos representaron casi el 30%
- Los niños de entre 4 y 8 años representaron más del 20% de las muertes por ahogamiento
- Los adolescentes tienen el mayor riesgo de ahogarse (35%)

Desproporcionalidad

Los niños pertenecientes a minorías se ven afectados de manera desproporcionada por el ahogamiento. En Connecticut, el 65 % de los niños que se ahogaron eran negros o hispanos. Además, casi el 75 % de todos los que se ahogan en Connecticut son niños.

CINCO ETAPAS DE PREVENCIÓN DE AHOGAMIENTOS

- 1 Supervisión.** Observe a los niños cuando están dentro o cerca del agua, sin distraerse. Mantenga a los niños pequeños al alcance de un adulto. Nade solo en lagos, ríos y playas vigilados.
- 2 Vacíe las tinas, baldes y piscinas para niños después de su uso.** Guárdelos boca abajo para que no acumulen agua. Cierre las tapas de los inodoros y las puertas del baño y considere el uso de cerraduras de seguridad para el inodoro/cierre de la tapa del inodoro.
- 3 Barreras de agua. Instale cercas alrededor de las piscinas de su casa.** Una cerca de la piscina debe rodear todos los lados de la piscina y tener al menos cuatro pies de altura con puertas de cierre automático y considerar la posibilidad de agregar un sistema de alarma de piscina.
- 4 Habilidades de seguridad y emergencia en el agua.** Sepa qué hacer en caso de emergencia. Aprender resucitación cardiopulmonar y habilidades básicas de rescate acuático puede ayudar. Use dispositivos de seguridad apropiados para su edad, incluidos chalecos salvavidas.
- 5 Aprenda a nadar.** Ayude a los niños a participar en lecciones formales de natación.

RECURSOS

- Busque clases y lecciones de natación (Cruz Roja) disponible en su área.
- Aprenda a elegir el chaleco salvavidas adecuado (Guardia Costera de los Estados Unidos)
- Busque información general de seguridad en aguas abiertas
- Mantenga a los niños seguros en aguas abiertas (Safe Kids)
- Prevención de ahogamiento para niños pequeños curiosos: lo que los padres deben saber y la seguridad en el agua para adolescentes (HealthyChildren)
- 10 consejos de seguridad en aguas abiertas (Alianza Nacional para la Prevención de Ahogamientos)