

## Mire

### Mantenga la mirada en sus hijos en todo momento.

1. Cuando los niños estén adentro o cerca del agua, manténgalos al alcance de su mano.
2. Observe a los niños cuando se encuentren en bañeras, inodoros o baldes, o cerca de ellos.
3. Vigile a los niños cuando estén adentro o cerca de bañeras de hidromasajes o piscinas, incluso en piscinas para niños o inflables.
4. Vigile a los niños cuando estén adentro o cerca de masas de agua abierta, como arroyos, estanques, ríos, canales, lagos, océanos.
5. Nunca quite la mirada de sus hijos, ni siquiera por un minuto.
6. Vigile a sus hijos incluso si han tomado lecciones de natación.
7. Vigile a sus hijos incluso cuando haya un guardavidas en servicio.
8. Tórnese con otros adultos para ser el “cuidador en el agua”, si se encuentra en una piscina o en la playa con un grupo de adultos y niños. Los “cuidadores en el agua” deben saber nadar y saber qué hacer en caso de emergencia.

## Aprenda

### Aprenda a nadar y conozca las técnicas de seguridad.

1. Sepa nadar. Tome clases si fuera necesario.
2. Inscriba a sus hijos para que tomen clases de natación. O pida a un adulto que sepa nadar que les enseñe.
3. Aprenda a realizar resucitación cardiopulmonar (CPR, por sus siglas en inglés) para que pueda ayudar a salvar a alguien en caso de emergencia.
4. Obligue a sus hijos a utilizar chalecos salvavidas aprobados por la Guardia Costera de los Estados Unidos cuando estén adentro o cerca de piscinas o aguas abiertas. Asegúrese de que los chalecos salvavidas sean del tamaño correcto.
5. No utilice flotadores, brazaletes para flotar u otros tipos de flotadores, ya que no son seguros.

6. Tenga equipos de seguridad como un tubo de rescate, una boya salvavidas, un flotador o un poste de rescate en su piscina.
7. Lleve un teléfono celular con usted a las piscinas u otros lugares para nadar. O asegúrese de que allí haya un teléfono. Sólo utilícelo para llamar al 911 en caso de emergencia. No lo utilice para enviar mensajes de texto o hablar mientras cuida a sus hijos.



## Enséñeles a sus hijos que:

- Deben ir a la piscina únicamente con un adulto que los esté observando.
- Deben meterse en la bañera únicamente cuando haya un adulto allí.
- No deben jugar con agua de baldes o inodoros.
- Deben mantenerse lejos de desagües, rejillas y filtros de piscinas y bañeras de hidromasajes.
- Siempre deben pedirle a un adulto que los vigile antes de jugar en agua de cualquier tipo.

## Dónde tomar clases de natación

Comuníquese con estos grupos para averiguar si ofrecen clases de natación en su área. Ingrese en Internet o comuníquese con la organización de su zona.

- **American Red Cross** [www.redcross.org](http://www.redcross.org)
- **USA Swimming Foundation** <http://swimfoundation.org>
- **YMCA** [www.ymca.net](http://www.ymca.net)

1. CDC: *Proteja a sus seres queridos: Ahogamientos*, 7/27/09. ([www.cdc.gov/SafeChild/Drowning](http://www.cdc.gov/SafeChild/Drowning))
2. CDC: Web-based Injury Statistics Query and Reporting System (WISQARS). ([www.cdc.gov/ncipc/wisqars](http://www.cdc.gov/ncipc/wisqars)) Sólo disponible en inglés
3. American Academy of Pediatrics: *AAP Gives Updated Advice on Drowning Prevention*, 5/24/10. ([www.aap.org/advocacy/releases/may2410studies.htm](http://www.aap.org/advocacy/releases/may2410studies.htm)) Sólo disponible en inglés

A public education campaign  
from the U.S. Consumer  
Product Safety Commission

©2011 Safe Kids Worldwide

## Parent & Caregiver Booklet

# Water Safety Tips to Help Keep Your Family Safe

Most kids like to play in water, but water can be dangerous. In fact, drowning is the most common cause of accidental death for kids ages 1 to 4.<sup>1</sup> And, for every drowning, there are 2 more kids who need emergency care, and another 2 who are hospitalized for nonfatal drowning injuries (injuries resulting from being under water too long).<sup>2</sup> It only takes a small amount of water for young children to drown.

Safe Kids Worldwide created this booklet as part of **Start Safe: A Water Safety Program for Young Children and Their Families**. Use the tips in this booklet to help keep your children safe in and around water. Remember to **Lock, Look, and Learn** when it comes to your children and water! Talk to your children about water safety so they know the rules.



## Lock

### Stop your child from getting to water.

1. Empty buckets and drain bathtubs after you use them.
2. Keep toilet seats closed and use toilet seat locks.
3. Put a fence that is at least 4 feet high around all 4 sides of pools and spas.
4. Have a gate that closes by itself and locks.
5. Keep the gate locked when no adult is there.
6. Keep spas and hot tubs covered and locked when not in use.
7. If a door in your home opens onto your pool, put an alarm on the door and keep it locked.
8. If you have a pet door to the backyard, children can use it to get out. A 4-sided fence can be used to separate the pool from the house.
9. Empty blow-up or kiddie pools when they are not being used. Store them safely.
10. If you have a large blow-up pool that cannot be emptied easily, put a fence around it with a gate that locks.
11. Put away all pool toys when you leave the pool.
12. Have a pool expert check your pool or spa drains to make sure they have the new safety drain covers.
13. Do not use a pool or spa if the drain covers are missing or broken.
14. Find out if your community pools use safe drain covers that are required by law.

Please visit  
[www.safekids.org/startsafewater](http://www.safekids.org/startsafewater)  
for water safety games for you  
and your children.



Los niños de 1 a 4 años de edad pueden tener menos probabilidades de ahogarse si toman lecciones de natación con un profesional capacitado.<sup>3</sup> La Academia Americana de Pediatría (American Academy of Pediatrics) recomienda que todos los niños aprendan a nadar. Hable con el médico de su hijo si desea saber si el niño está preparado para tomar lecciones de natación.



A public education campaign  
from the U.S. Consumer  
Product Safety Commission

©2011 Safe Kids Worldwide

## Look

### Keep your eyes on your children at all times.

1. Stay within arm's reach of children when they are in or near water.
2. Watch children in and around bathtubs, toilets, and buckets.
3. Watch children in and around spa tubs and pools, including kiddie pools and blow-up pools.
4. Watch children in and around **all** open bodies of water—streams, ponds, rivers, canals, lakes, oceans.
5. Never take your eyes off your children—not even for a minute.
6. Watch your children even if they've had swimming lessons.
7. Watch your children even if there's a lifeguard on duty.
8. Have adults take turns being the "water watcher" if you are at a pool or beach with a group of adults and children. Water watchers must know how to swim and know what to do in an emergency.

## Learn

### Learn swimming and safety skills.

1. Know how to swim. Take lessons if you need to learn.
2. Sign up your children for swimming lessons. Or have a grownup who can swim teach them.
3. Learn CPR (cardiopulmonary resuscitation) so you can help save someone if there is an emergency.
4. Have your children wear U.S. Coast Guard-approved life jackets in and around pools and open water. Make sure life jackets are the right size.
5. Do not use floaties, arm bands, or other kinds of floats—they are not safe.

Children ages 1 to 4 may be less likely to drown if they have swimming lessons from a trained professional.<sup>3</sup> The American Academy of Pediatrics recommends that all children learn to swim. Talk to your child's doctor if you want to know if your child is ready for swimming lessons.

6. Have safety equipment like a rescue tube, ring buoy, float, or rescue pole at your pool.
7. Bring a cell phone with you to pools and other swimming areas. Or make sure there is a phone there. Only use it to call 911 in an emergency. Do not use it to text or talk when watching your children.



## Teach your children:

- Only go swimming with a grownup who is watching you.
- Only go in the bathtub when a grownup is there.
- Do not play with water in buckets or toilets.
- Stay away from pool and spa drains, grates, and filters.
- Always ask a grownup to watch you before playing in any kind of water.

## Where to Find Swimming Lessons

Contact these groups to see if they offer swimming lessons in your area. Go online or contact your local organization.

- **American Red Cross** [www.redcross.org](http://www.redcross.org)
- **USA Swimming Foundation** <http://swimfoundation.org>
- **YMCA** [www.ymca.net](http://www.ymca.net)

1. CDC: *Protect the Ones You Love: Drownings*, 7/27/09. ([www.cdc.gov/SafeChild/Drowning](http://www.cdc.gov/SafeChild/Drowning))
2. CDC: Web-based Injury Statistics Query and Reporting System (WISQARS). ([www.cdc.gov/ncipc/wisqars](http://www.cdc.gov/ncipc/wisqars))
3. American Academy of Pediatrics: *AAP Gives Updated Advice on Drowning Prevention*, 5/24/10. ([www.aap.org/advocacy/releases/may2410studies.htm](http://www.aap.org/advocacy/releases/may2410studies.htm))

A public education campaign from the U.S. Consumer Product Safety Commission

## Folleto para padres y cuidadores

# Consejos sobre la seguridad en el agua para mantener a su familia segura

A la mayoría de los niños le gusta jugar en el agua pero el agua puede ser peligrosa. De hecho, el ahogamiento es la causa más común de muerte accidental en niños de 1 a 4 años.<sup>1</sup> Y, por cada caso de ahogamiento, hay dos niños más que necesitan atención de emergencia y otros dos que son hospitalizados por lesiones relacionadas con ahogamiento sin desenlace fatal (lesiones que son el resultado de estar sumergido en el agua demasiado tiempo).<sup>2</sup> Sólo se necesita una pequeña cantidad de agua para que un niño pequeño se ahogue.

Safe Kids Worldwide creó este folleto como parte de **Comienzo seguro: un programa de seguridad en el agua para los niños pequeños y sus familias** (Start Safe: A Water Safety Program for Young Children and Their Families). Utilice los consejos de este folleto para mantener a los niños seguros cuando están en el agua o cerca de ella. ¡Recuerde que, cuando se trata de niños en el agua, se debe **cerrar el paso, mirar y aprender!** Hable con sus hijos sobre la seguridad en el agua para que conozcan las reglas.



## Cierre

### Evite que su hijo se meta en el agua.

1. Vacíe los baldes y las bañeras después de usarlos.
2. Mantenga las tapas de los inodoros cerradas y utilice trabas para asientos de inodoros.
3. Coloque una cerca que tenga al menos cuatro pies de alto en los cuatro costados de las piscinas y las bañeras de hidromasaje.
4. Coloque una puerta que se cierre sola y se trabe.
5. Cuando no haya adultos en el lugar, mantenga la puerta con cerrojo.
6. Mantenga las bañeras de hidromasaje y los jacuzzi cubiertos y con traba cuando no estén en uso.
7. Si alguna de las puertas de su casa se abre a la piscina, coloque una alarma en la puerta y manténgala con cerrojo.
8. Si tiene una puerta para mascotas que sale al patio trasero, los niños pueden usarla para salir. Se puede usar una cerca de cuatro lados para separar la piscina de la casa.
9. Vacíe las piscinas inflables o para niños pequeños cuando no se estén usando. Guárdelas en un lugar seguro.
10. Si tiene una piscina inflable grande que no se puede vaciar con facilidad, coloque una cerca a su alrededor con una puerta con cerrojo.
11. Al retirarse de la piscina, junte todos los juguetes.
12. Solicite a un experto en piscinas que verifique los desagües de su piscina o bañera de hidromasajes para asegurarse de que tengan las nuevas tapas de desagüe de seguridad.
13. No utilice una piscina o bañera de hidromasajes si faltan las tapas de desagüe o están rotas.
14. Averigüe si las piscinas comunitarias utilizan las tapas de desagüe seguras reglamentarias.

Visite [www.safekids.org/startsafewater](http://www.safekids.org/startsafewater) para encontrar juegos relacionados con la seguridad en el agua para usted y sus hijos.

