

Water Safety Tips: Apartment Complex



Drowning is the leading cause of unintentional death in children aged 1-4 and second leading cause for children aged 5-14.

Keep your children safe year round with the following steps.

▶ Constant Supervision

Never take your eyes off children when they are swimming or near water. **Drowning can happen fast, in as little as 30 seconds.** There is no big splash or cry for help. For non-swimmers, stay within arm's reach of the child while swimming. If a child is missing from your apartment, check the pool first.

▶ "Water - Watcher"

When swimming in a group, with or without a lifeguard, designate a responsible adult to be the "water-watcher" to maintain supervision of the children. Take turns and abstain from all distractions. *Do not rely on flotation devices.*

▶ Barriers

Prevent children from gaining unsupervised access outside the apartment with secure doors, high locks, and door alarms. The more barriers in place, the greater the chance of keeping children safe.

▶ Other Water Sources- Bathtubs

Never leave small children alone near any container of water: bathtubs, buckets, toilets and aquariums can all pose a risk. **Children can drown in as little as 2 inches of water.** Empty inflatable pools immediately after use. *NEVER leave a child unattended in the bathtub or in the care of another child while bathing.*

▶ Swimming Lessons

Formal swimming lessons can reduce the risk of drowning by 88%. Choose a program that teaches self-rescue skills such as rolling to a float to breathe and exiting the water. There are many programs available to help with the cost of these lessons, look into local non-profit organizations devoted to water safety.

▶ Learn CPR

Early CPR has shown significantly better outcomes in drowning victims. Contact your local fire departments/EMS departments to see if they provide lessons. The American Red Cross and American Heart Association can also certify you in Infant/Child and Adult CPR.



Education provided by SETRAC
For more information visit



www.safekids.org



Consejos de seguridad sobre el agua: Complejos de apartamentos



Los ahogamientos son la primera causa de muerte accidental en niños entre 1 y 4 años y la segunda para niños entre 5 y 14 años. Mantenga seguros a sus hijos todo el año siguiendo las siguientes medidas.

▶ Supervisión constante

Nunca aparte la vista de sus hijos cuando estén nadando o cerca de un cuerpo de agua. Los ahogamientos se pueden producir rápidamente, en tan solo 30 segundos. Cuando un niño o niña se ahoga, no hay un gran chapoteo ni gritos de auxilio. Si su hijo o hija no sabe nadar, no permita que se aleje fuera de su alcance en ningún momento dentro del agua. Si desaparece un niño o niña de su departamento, mire en la piscina primero.

▶ "Vigilante del agua"

Cuando naden en grupo, con o sin socorrista, designen a una persona adulta responsable de ser el "vigilante del agua" para tener supervisados a los niños en todo momento. Tomen turnos y eviten todas las distracciones. No confíe en los dispositivos de flotación.

▶ Barreras

Evite que los niños tengan acceso fuera del departamento cuando no hay nadie supervisándolos mediante puertas seguras, pestillos fuera de su alcance y alarmas en la puerta. Cuantas más barreras haya, mayores son las posibilidades de mantener la seguridad de los niños.

▶ Otras fuentes de agua: bañeras

No deje nunca a los niños pequeños junto a un recipiente grande de agua: las bañeras, los cubos grandes, los inodoros y los acuarios pueden entrañar un riesgo. **Los niños pueden ahogarse incluso con solo 2 pulgadas de agua.** Vacíe las piscinas inflables inmediatamente después de su uso. NUNCA deje a un niño o niña solo en la bañera o al cuidado de otros niños mientras se baña.

▶ Clases de natación

Las clases de natación formales pueden reducir el riesgo de ahogamiento en un 88%. Elija un programa que enseñe habilidades de autorrescate como ponerse boca arriba y flotar para respirar y salir del agua. Existen muchos programas disponibles para ayudar con el costo de estas clases. Busque los programas de organizaciones sin ánimo de lucro locales que se dediquen a la seguridad en el agua.

▶ Aprenda a hacer resucitación cardiopulmonar

La resucitación cardiopulmonar (CPR en inglés) temprana tiene resultados significativamente mejores en víctimas de ahogamiento que quienes no la reciben. Comuníquese con su departamento local de bomberos/ servicios de emergencias (EMS en inglés) para ver si ofrecen estas clases. La American Red Cross y la American Heart Association también pueden certificarle a usted en CPR para bebés/niños y adultos.



Educación proporcionada por SETRAC;
Para más información, visite:

 www.safekids.org

