



# Water Safety Tips

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. For non-swimmers, stay within arm's reach. If a child goes missing, check the pool first.

▶ **Barriers**

Prevent children from gaining unsupervised access to water with secure doors, high locks, alarms, pool fences, pool covers, etc... The more barriers in place, the greater the chance of keeping children safe.

▶ **Learn CPR**

Early CPR has shown significantly better outcomes in drowning victims. Most local fire departments/EMS provide lessons.

▶ **Life Jackets**

When on open water, please make sure your child is wearing a proper, Coast Guard approved, life jacket.

▶ **"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.

▶ **Other Water Sources**

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.

▶ **Swimming Lessons**

Formal swimming lessons can reduce the risk of drowning by 88%. Choose a program that teaches self-rescue skills.



# Consejos de seguridad sobre el agua

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 adando o cerca de un cuerpo de agua. Los ahogamientos se pueden producir rápidamente, en tan solo 30 segundos. Si su hijo o hija no sabe nadar, debe poder alcanzarlo sin moverse de su lugar en todo momento. Si su hijo o hija desaparece, verifique en la piscina en primer lugar.
- ▶ **Barreras**  
Evite que los niños tengan acceso al agua cuando no hay nadie supervisándolos mediante puertas seguras, pestillos fuera de su alcance, alarmas, vallas alrededor de la piscina, coberturas para la piscina, etc. Cuantas más barreras haya, mayores son las posibilidades de mantener la seguridad de los niños.
- ▶ **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. La mayoría de los departamentos locales de bomberos/servicios de emergencia (EMS en inglés) ofrecen clases.
- ▶ **Chalecos salvavidas**  
Cuando estén en aguas abiertas, asegúrese que su hijo o hija lleva puesto un chaleco salvavidas adecuado y aprobado por la Guardia Costera.
- ▶ **"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.
- ▶ **Otras fuentes de agua**  
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.
- ▶ **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.

Educación proporcionada por SETRAC Para más información, visite:



[www.safekids.org](http://www.safekids.org)

