

El presente folleto puede salvar la vida de su hijo.

Cada año hay niños que pierden la vida por ahogo por una distracción de los padres. Vigilarles es igual de importante que haberse sacado el diploma de natación.

Me distraje un momento.....

"Era verano y habíamos ido al parque. Los niños jugaban en la hierba y nosotras estábamos sentadas conversando. En eso oímos que los niños gritaban. El mayor de mis hijos, de 8 años, se nos acercó corriendo y dijo que teníamos que ir enseguida. Me levanté de un salto y corrí hasta allí, temiendo que mi hija de 5 años se hubiese caído en el lago del parque. Cuando llegué, vi que había un grupo de personas mirando algo sobre la hierba. Era mi hija. Alguien intentaba reanimarla con respiración artificial. A partir de ese momento todo ocurrió muy rápidamente. Llegó la ambulancia, los enfermeros continuaron con la respiración artificial. En el hospital me dijeron que su estado era crítico. Al cabo de una hora, llegó el médico para informarme de que no se iba a morir. Loré de alivio."

Madre, 28 años.

De 0 a 4 años

Los bebés corren más peligro de ahogarse en el agua cuando están sentados durante el baño. De 1 a 3 años de edad es peligroso que los niños estén cerca de estanques y acequias.

¿Sabías que

- la mayoría de las muertes en los niños pequeños son causadas por ahogos en el agua?
- los pequeñitos se ahogan rápidamente sin hacer ruido?
- hasta los 3 años no es posible enseñarles a los niños lo que está bien, lo que está mal, o lo que es peligroso?
- siempre tienes que vigilar a tu hijo, aunque haya hecho un entrenamiento para familiarizarse con el agua?

¿Está a salvo de todo peligro tu hijo cuando está en el agua o cerca del agua?

¡Haz el test!

- O A cualquier lugar que vaya con mi hijo miro si hay agua en los alrededores adonde pueda acercarse.
- O Puedo ver dónde está mi hijo *en todo momento*.
- O Estoy tan cerca de mi hijo (0 a 2 años) que puedo tocarle en todo momento.
- O Estoy cerca de mi hijo (3 a 4 años) en todo momento.
- O Cuando vigilo a mi hijo no hago otra cosa, también me quedo a su lado cuando suena el teléfono o tocan el timbre.

O Cuando les pido a otros padres que cuiden a mi hijo, queda claramente definido quién le va a vigilar.

O No dejo a mi hijo bajo la vigilancia de sus hermanos o hermanas mayores.

¿Has marcado todos los círculos? Entonces entiendes perfectamente el peligro que corre tu hijo cuando está en el agua o cerca del agua. ¿No has marcado todos los círculos? Por favor, vuelve a leer atentamente este folleto. También puedes consultar el sitio web: www.veiligheid.nl.

De 5 a 8 años

De 5 a 8 años de edad, los niños corren más peligro de ahogarse en el agua cuando están en una piscina o lago o se encuentran en sus proximidades.

¿Sabías que....

- debes seguir vigilando a tu hijo incluso cuando ya tiene un diploma de natación?
- de 5 a 8 años los niños ya saben un poco lo que se puede y no se puede hacer?

¿Está a salvo de todo peligro tu hijo cuando está en el agua o cerca del agua?

¡Haz el test!

- O A cualquier lugar que voy con mi hijo miro si hay agua en los alrededores adonde pueda acercarse.
- O hasta los 7 años de edad tengo a mi hijo siempre a la vista, aunque tenga ya el diploma de natación
- O Cuando les pido a otros padres que cuiden a mi hijo, queda claramente definido quién le va a vigilar.
- O No dejo a mi hijo bajo la vigilancia de sus hermanos o hermanas mayores.
- O Le explico claramente a mi hijo qué es lo que se puede y no se puede hacer.

¿Has marcado todos los círculos? Entonces entiendes perfectamente el peligro que corre tu hijo cuando está en el agua o cerca del agua. ¿No has marcado todos los círculos? Por favor, vuelve a leer atentamente este folleto. También puedes consultar el sitio web: www.veiligheid.nl.

De 9 a 12 años

De 9 a 12 años de edad, los niños corren más peligro de ahogarse en el agua cuando están en una piscina, un lago o en el mar, o se encuentran en sus proximidades.

¿Sabías que....

- a estas edades los niños aún no conocen bien los peligros?
- a los niños les gusta que sus padres les expliquen claramente lo que se puede y no se puede hacer?

¿Está a salvo de todo peligro tu hijo cuando está en el agua o cerca del agua?

¡Haz el test!

O A cualquier lugar que voy con mi hijo miro si hay agua en los alrededores adonde pueda acercarse.

O sé dónde está mi hijo en todo momento.

O hablo *con* mi hijo y le explico con claridad lo que se puede y no se puede hacer.

O vigilo muy bien a mi hijo si aún no tiene el diploma de natación.

¿Has marcado todos los círculos? Entonces entiendes perfectamente el peligro que corre tu hijo cuando está en el agua o cerca del agua. ¿No has marcado todos los círculos? Por favor, vuelve a leer atentamente este folleto. También puedes consultar el sitio web: www.veiligheid.nl.

¿Qué hacer si a pesar de todo tu hijo se cae accidentalmente al agua?

- Si sabes nadar, retira inmediatamente a tu hijo del agua. Si no sabes nadar, pide ayuda de inmediato.
- Si tu hijo está consciente, cúbrelo con una manta. Si no tienes una manta, cúbrelo con un abrigo u otra cosa para que entre en calor.

- Si tu hijo ha aspirado agua, llévale al médico o al hospital. Hay una posibilidad de que después de un rato tenga dificultad para respirar.

- Si tu hijo está inconsciente, llama al 112, o pídele a alguien que llame al 112. Tu hijo debe ser reanimado. Esto significa que deben darle respiración boca a boca mientras se le presiona con fuerza el pecho. Si la reanimación no tiene suficiente efecto, revisale la boca, quizá tenga algo que esté obstruyendo el paso del aire. Quitale lo que haya. Si no puedes o no sabes reanimarle, y no hay nadie alrededor que pueda hacerlo, colócale de costado para que pueda expulsar el líquido con más facilidad.

También es importante saber que

- El estanque del jardín puede ser peligroso. Puedes llenarlo de arena y convertirlo en un lugar de juegos
- A los 5 años llévalo a aprender a nadar en la escuela de natación.

Si deseas saber más acerca de cómo evitar que los niños se ahoguen en el agua, consulta el sitio web www.veiligheid.nl. Allí encontrarás información sobre flotadores para los brazos, clases de natación, las corrientes del agua, y mucho más.