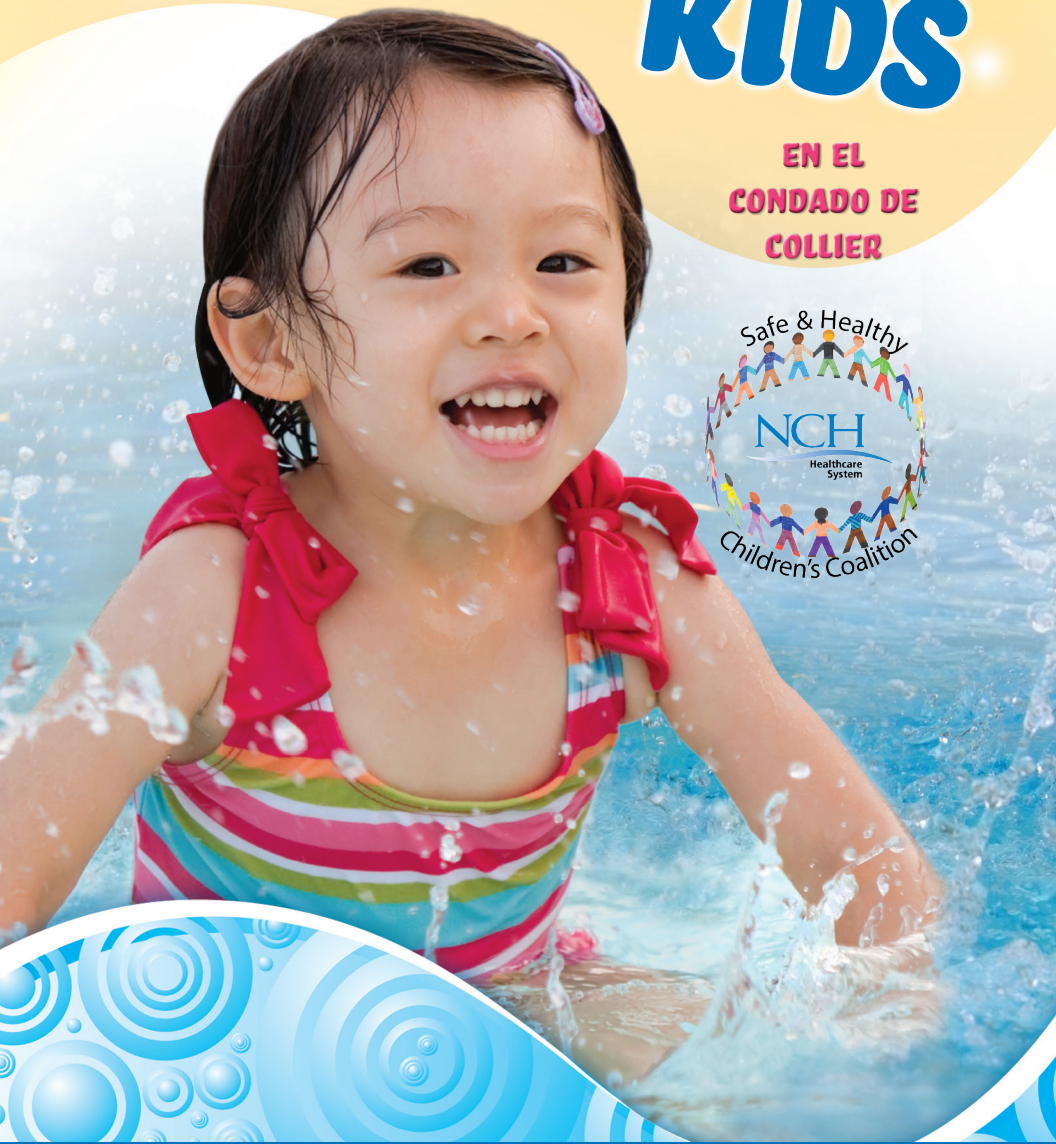


WATER SMART KIDS

EN EL
CONDADO DE
COLLIER



MENSAJE A LOS PADRES

Bienvenidos

La Coalición para la Seguridad y la Salud de los Niños del Condado de Collier del NCH, en colaboración con el Comité de Prevención de Ahogamiento del Condado de Broward, ha desarrollado esta guía para apoyar sus esfuerzos en mantener a sus hijos seguros alrededor del agua. Su participación es el factor más importante a la hora de ayudar a prevenir, prepararse y hacer frente a situaciones de emergencia. Los recursos que contiene esta guía le proporcionará herramientas útiles para ayudar a que sus hijos estén más seguros alrededor del agua.

Por favor tome unos minutos para revisar esta guía, que incluye información sobre los centros para clases de seguridad en el agua, entrenamiento para administrar RCP y acerca de equipos de seguridad.

El ahogamiento es la causa principal de muerte en niños de 1 a 4 años de edad en el condado de Collier. Por cada niño que se ahoga, hay otras cuatro personas que son hospitalizadas por ahogamientos no mortales, algunas de estas personas sufren lesiones cerebrales permanentes.

Para obtener más información, visite nuestro sitio en Facebook, WaterSmartCollier.com o llámenos al 239-552-7788.

Gracias,

La Coalición de Salud y Seguridad de los Niños en el Condado de Collier del NCH.

WaterSmartCollier.com



CLASES DE NATACIÓN

Encuentre una piscina (alberca) en su área que ofrezca clases certificadas de seguridad en el agua.

Ciudad	Facilidad	Localidad	Teléfono/Página Internet	Edad
Immokalee	Immokalee Sport Complex	505 Escambia St.	239-657-1951 collierparks.com	6 meses+
Marco Island	Greater Marco Family YMCA	101 Sand Hill St.	239-394-3144 marcoislandymca.org	6 meses+
Naples	Golden Gate Aquatic Facility	3300 Santa Barbara Blvd.	239-252-6128 collierparks.com	6 meses+
	Greater Naples YMCA	5450 YMCA Rd.	239-963-3762 info@greaternaplesymca.org greaternaplesymca.org	6 meses +
	Naples SWIM School	4995 Airport Pulling Rd N	239-591-0204 lessons@naplesswimschool.org teamunify.com	6 meses+
	River Park Aquatic Facility	451 11 St. North	239-213-3037 naplesgov.com	6 meses+
	Eagle Lakes Aquatics Facility	11565 Tamiami Trl E	239-252-3527 collierparks.com	6 meses+
	Sun-N-Fun Lagoon	15000 Livingston Rd.	239-252-4021 collierparks.com	6 meses+
	Swimtastic Swim School (Located Inside LA Fitness)	871 Vanderbilt Beach Road	239-260-4926 swimtastic.com	6 meses+
Bonita Springs	Bonita Springs YMCA	27200 Kent Rd.	239-221-7560 swflymca.org	6 meses+
	Goldfish Swim School	12600 Trade Center Dr	239-232-3613 goldfishswimschool.com	4 meses +

Muchos de estos centros acuáticos certificados mencionados anteriormente también ofrecen lecciones privadas. Además, algunos de los centros acuáticos ofrecerán un descuento para el primer conjunto de lecciones de natación. Los padres/cuidadores deben consultar con las instalaciones acuáticas acerca de estos descuentos y deben presentar este folleto al momento de la inscripción para recibir el descuento. Póngase en contacto con cada centro directamente para más información.

Clases de natación privadas, semiprivadas y en grupos reducidos:

Tenley's Aquatics, Inc. 305-814-7946 (Edades: 6 meses +)
Swimtastic Swim School 239-260-4926 (Edades: 6 meses +)
Essential Swim Lessons 239-465-8602 (Edades: 6 meses +)
SWIM Tutors USA 941-564-5140 (Edades: 6 meses +)

BECAS DE NATACIÓN

La **Florida Drowning Prevention Foundation** ofrece nadar becas para clases de natación GRATIS para niños y adultos. ¡Llame al (239) 919-2001 para obtener más información!

Escanea el código QR a la derecha para que se aplique el enlace.



COMPRUEBE LAS MEDIDAS BÁSICAS DE SEGURIDAD EN EL AGUA.

Recuerde: Un niño puede ahogarse en aguas que alcancen la altura del tobillo. No hay un lugar seguro en la piscina.

- Instale alarmas en todas las puertas y ventanas que se abren al exterior.
- Instale alarmas en todas las puertas y ventanas que dan al exterior.
- Instale cerraduras de al menos 54 pulgadas de alto (que es 4 pies y medio o 1.4 metros) en todas las puertas, incluyendo la corredera (puerta) de cristal. Mantenga las ventanas cerradas e instale pantallas (screens) afuera de las ventanas.
- Si hay una piscina cerca de su casa, asegúrese de una cerca alta este instalada alrededor de ella. La puerta de la cerca debe cerrarse con seguro por sí mismo.
- Asegúrese de que todas las personas que cuidan a sus hijos, como abuelos, vecinos o niñeras, también mantengan cerraduras y alarmas si sus casas tienen albarca.
- Asegúrese de que todos los que cuidan a sus hijos sepan acerca de aguas peligrosas a su alrededor, tales como lagos, estanques, y canales de agua.
- Mantenga sillas, banquetas y mesas lejos de la cerca para evitar que los niños traten de treparse encima de ellas para sobrepasar la cerca y alcanzar el agua.
- Vacíe las piscinas plásticas antes de entrar a la casa. Voltee cubos de plástico vacíos o macetas boca abajo para que no puedan recoger y acumular el agua de la lluvia.
- Vacíe la bañera tan pronto como la hora del baño haya terminado.
- Instale cubiertas de seguridad en todas las bañeras de hidromasaje/jacuzzi.
- Retire las escaleras de piscinas elevadas después de cada uso. Mantenga las sillas y mesas lejos de las piscinas elevadas para que los niños no puedan subirse en ellas y alcanzar el agua.
- No permita que sus niños jueguen cerca de los drenajes de la piscina ya que los niños pueden quedar atrapados en estos.



Para más consejos de seguridad, visite las páginas web de las siguientes organizaciones: National Drowning Prevention Alliance (NDPA.org), la Cruz Roja Americana (redcross.org), o La Coalición para la Seguridad y la Salud de los Niños del Condado de Collier del NCH WaterSmartCollier.com

Para Inexpertos RCP

LLAME AL 911

PASO 1

Examine la escena.
Asegúrese de que la escena sea segura para usted y para la víctima.
NO SE CONVIERTA EN OTRA VÍCTIMA.



PASO 2

Verifique si responde.
 Dé palmadas en el hombro de la víctima y pregúntele en voz alta: “¿SE SIENTE BIEN?”
Bebés: Pellizquelos o hágales cosquillas. **EVITE** golpear o sacudir al bebé
LLAME al 911 y consiga un desfibrilador externo automático (DEA).



PASO 3

Verifique que respire de 5 a 10 segundos. Si la víctima **no respira** o respira de modo anormal
 Comience con la **RCP**



Compresiones

Quite la ropa de la víctima que cubra el pecho para realizar las tareas de RCP o para utilizar el DEA.



Adulto: adolescentes y mayores

- Coloque la base de una mano sobre el centro del pecho (la mitad inferior del esternón).
- Coloque la otra mano encima y entrelace los dedos.
- Comprima el pecho por lo menos **2 pulgadas hacia abajo 30 veces**, con una frecuencia de por lo menos **100** veces por minuto.



Niño: 1 año hasta la pubertad

- Coloque la base de una mano sobre el centro del pecho (la mitad inferior del esternón).
- Coloque la otra mano encima y entrelace los dedos.
- Comprima el pecho por lo menos **1/3** hacia abajo (**2 pulgadas aproximadamente**) **30 veces**, con una frecuencia de por lo menos **100** veces por minuto.



Bebé: 1 año y menores

- Coloque dos dedos sobre el esternón justo debajo de la línea imaginaria del pezón.
- Coloque la otra mano sobre la frente de la víctima.
- Comprima el pecho por lo menos **1/3** hacia abajo (**1 1/2 pulgadas aproximadamente**) **30 veces**, con una frecuencia de por lo menos **100** veces por minuto.





• Deje que el pecho retroceda por completo entre cada compresión.



• Deje que el pecho retroceda por completo entre cada compresión.



• Deje que el pecho retroceda por completo entre cada compresión.

LUEGO

Abrir la vía aérea

A

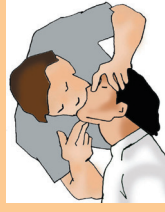


- **Incline la cabeza y levántele el mentón.** (Coloque una mano sobre la frente y dos dedos sobre la parte ósea del mentón).
- **Víctimas más pequeñas: Incline menos la cabeza.**

LUEGO

Buena ventilación

B



- Para adultos y niños, ocluya el orificio nasal y realice **2 respiraciones** para que el pecho se levante.
- Para los bebés, coloque su boca alrededor de la nariz y boca del bebé formando un sello hermético. Realice **2 respiraciones cortas.**
- Si la respiración no ingresó, **vuelva a inclinar** la cabeza e intente la **respiración nuevamente.** Si las respiraciones siguen sin ingresar, **vuelva a realizar las compresiones** (luego de las compresiones, verifique la boca en caso de que exista una obstrucción antes de volver a realizar las respiraciones).

LUEGO

Continúe con los ciclos de compresiones y respiraciones hasta que la víctima muestre señales de vida o llegue el DEA. (instrucciones del otro lado).

COMPRUEBE LAS MANERAS EN QUE PUEDE TENER MÁS NIÑOS MÁS SEGUROS EN EL AGUA.

- Cuando el niño se está bañando o jugando en o cerca del agua, MANTENER LOS OJOS EN ÉL O ELLA EN TODO MOMENTO. NADA DE MENSAJES DE TEXTO o DE ESTAR HABLANDO POR TELÉFONO. Sólo toma unos segundos para que un niño se ahogue.
- NUNCA NADE SOLO. Enseñe a su hijo que nunca debe jugar en el agua a menos que un adulto este mirando.
- Lleve a su hijo a clases de natación. Si no sabe nadar, aprenda a hacerlo. Este folleto tiene información sobre centros que enseñan clases de natación.
- SI SU HIJO HA DESAPARECIDO, EMPIEZE BUSCANDO EN PISCINAS CERCANAS U OTROS LUGARES QUE CONTENGAN AGUA PRIMERO. Recuerde que sólo toma unos segundos para que un niño se ahogue.



COMPRUEBE LAS MANERAS QUE USTED PUEDE PLANEAR PARA UNA RESPUESTA MÁS SEGURA

- Nade solamente en piscinas públicas y playas donde haya salvavidas.
- Tenga un salvavidas o guardián designado en eventos en o cerca del agua.
- Use un chaleco salvavidas que sea aprobado por la U.S. Coast Guard con todos los niños que no saben nadar. El parque Sugden y varias playas públicas en el Condado de Collier prestan chalecos salvavidas.
- No confíe en los flotadores de piscina o en juguetes inflables del agua. Estos son solo juguetes. Estos objetos no pueden proteger a los niños.
- Observe a sus hijos con cuidado. Los salvavidas no son niñeras.
- Tenga un teléfono cerca de la piscina, para usar sólo en caso de emergencia.
- Nunca salte en el agua para rescatar a alguien. Ambos podrían ahogarse. Llame para pedir ayuda y trate de alcanzar a la persona en peligro de ahogarse con algo que él/ella pueda agarrar, como un palo o algún objeto flotante.
- Asegúrate de que los abuelos y niñeras están entrenados en RCP. Este folleto tiene los números de teléfono y sitios web para aprender RCP.
- Si su auto/coche se sale de la carretera y termina en el agua, usted solo tiene unos segundos para salir y tendrá tiempo de pedir ayuda. Cuente con una herramienta en su carro que pueda cortar el cinturón de seguridad y romper las ventanas.



Escanear este código QR para ver un breve vídeo como escapar de un auto que termina en el agua



DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD

Visite **Florida Swimming Pool Association** a Flordiapoolpro.com o **Just Against Children Drowning** para una lista completa de compañías de Cercas de Piscinas (Pool Fencing/Pool Fence), de alarmas, constructores y de otros servicios en el sur oeste de la Florida.



CLASES DE RCP (REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR)

Para encontrar clases de primeros auxilios para bebés y niños, vaya a www.google.com y busqué clases de primeros auxilios o consulte con su departamento local de bomberos, hospital o con la Cruz Roja Americana.

Organización	Teléfono	Página Internet
American Heart Association	239-495-4900	americanheart.org
American Red Cross	239-596-6868	redcross.org
NCH Women's and Children's Resource Center	239-552-7396	nchmd.org
Physicians Regional Healthcare System	239-354-6085	physiciansregional.net
Collier CPR and Safety Training	239-537-0495	colliercpr.com
Marco Island Fire Rescue	239-389-5040	
CPR & More	239-289-1654	cpr-and-more.com
North Collier Fire Control & Rescue		
District	239-597-3222	northcollierfire.com
Safe Kids	239-343-6199	safekidsleecollier.org
Immokalee Fire Control District	239-657-2111	lmmfire.com
Every HeartBeat Training LLC	417-274-2367	



Escanear este código QR para ver un breve vídeo sobre cómo realizar la reanimación cardiopulmonar o RCP.

Receta para la Seguridad en el Agua

Por favor tome esta receta a su centro acuático local para inscribir a su hijo en clases de seguridad en el agua.

Nombre del niño: _____

Edad: _____ Fecha de hoy: _____

- Lecciones de seguridad en el agua***
- Clases de primeros auxilios y RCP para bebés y niños**
- Información acerca de alarmas para puertas y cercas**

Nombre de la oficina del médico: _____

Firma del médico: _____

La firma de un médico no es necesaria para inscribirse en los programas de seguridad en el agua.

***DESCUENTOS** - Algunos centros ofrecen descuento para las primeras clases de natación. Los padres/guardianes tienen que consultar con cada centro y preguntar acerca de estos descuentos. Deben presentar este folleto al registrarse para recibir el descuento. Esta receta no significa clases de seguridad en el agua gratis.



WaterSmartCollier.com



Notas: _____



Patrocinado Por:



Agradecimientos Especiales

Ursus Enterprises Inc.
3345 Fairfield Rd.
Gettysburg, PA 17325
www.charts411.com



Creado por:

Desarrollado por el Grupo de
Prevención
de Ahogamientos de el Condado de
Broward

