

WATER SMART KIDS

EN EL
CONDADO DE
COLLIER



MENSAJE A LOS PADRES

Bienvenidos

La Coalición de Niños Seguros y Saludables de NCH del condado de Collier ha desarrollado esta guía para apoyar sus esfuerzos por mantener a sus niños más seguros en el agua. Su participación es el factor más importante para ayudarlo a prevenir, prepararse y afrontar emergencias. Los recursos contenidos en esta guía le brindarán herramientas útiles para ayudar a que sus hijos estén más seguros cerca del agua y Water SMART. (Métodos de Seguridad y Técnicas de Rescate).

Tómese unos minutos para revisar esta guía, incluida la información sobre las ubicaciones para las lecciones de seguridad en el agua, la capacitación en RCP y el equipo de seguridad.

El ahogamiento es la principal causa de muerte de niños de 1 a 4 años en el condado de Collier. Por cada niño que se ahoga, otros cuatro son hospitalizados por ahogamientos no mortales, algunos de los cuales provocan lesiones cerebrales permanentes.

Para obtener más información, visítenos en Facebook, WaterSmartCollier.com, mandanos un correo electrónico SafeandHealthyChildrensCoalition@nchmd.org o llámenos al 239-624-4033.

Gracias,
NCH Coalición de Niños Seguros y Saludables del Condado de Collier
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 Sports 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.com	6 meses +
Naples	Golden Gate Aquatic Facility	3300 Santa Barbara Blvd.	230-252-6128 collierparks.com	6 meses +
	Greater Naples YMCA	5450 YMCA Rd.	239-963-3762 info@greaternaplesymca.com greaternaplesymca.org	6 meses +
	Naples SWIM School	4995 Airport Pulling Rd.	239-591-0204 lessons@napleswimschool.com teamunify.com	6 meses +
	River Park Aquatic Facility	451 11th St. North	230-213-3037 naplesgov.com	6 meses +
	Eagle Lakes Aquatic Facility	11565 Tamiami Trl E	239-252-4021 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 Rd.	239-260-4926 swflymca.org	6 meses +
	Big Corkscrew Island Regional Park	810 39th Ave NE	239-252-4908 collierparks.com	6 meses +
Bonita Springs	Bonita Springs YMCA	27200 Kent Rd.	239-221-3613 swflymca.com	6 meses +
	Goldfish Swim School	12600 Trade Center Dr	239-232-3613 goldfishswimschool.com	4 meses +

Muchos de estos centros acuáticos certificados enumerados anteriormente también ofrecen lecciones privadas, contáctelos directamente para obtener 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. Escanea el código QR a la derecha para aplicar el enlace.



¡Descuento!

Algunas de las instalaciones acuáticas ofrecerán un descuento para la primera serie de lecciones de natación. Los padres/cuidadores deben consultar con las instalaciones acuáticas sobre estos descuentos y deben presentar este folleto al momento de la inscripción para recibir el descuento.

COMPRUEBE LAS MEDIDAS BÁSICAS DE SEGURIDAD EN EL AGUA

**Recuerde: un niño puede ahogarse en agua que le llega hasta el tobillo.
No existe un extremo seguro de la piscina.**

- Instale alarmas en todas las puertas y ventanas que dan al exterior.
- Instale cerraduras de al menos 54 pulgadas de alto (es decir, 4 y 1/2 pies o 1,4 metros) en todas las puertas, incluido el vidrio corredizo.
- Mantenga las ventanas cerradas también o instale mosquiteros en las ventanas.
- Si hay una piscina cerca de su casa, asegúrese de que haya una cerca alta que la rodee por completo.
- La puerta debe cerrarse y trabarse sola.
- Asegúrese de que todas las personas que cuidan a su hijo, como abuelos, vecinos o niñeras, también tengan cercas, cerraduras y alarmas.
- Asegúrese de que todas las personas que cuidan a su hijo conozcan los peligros del agua cercana, como estanques, zanjas, lagos y canales.
- Mantenga las sillas, taburetes y mesas alejados de las cercas para que su hijo no pueda trepar por encima.
- Vacíe las piscinas de plástico y las inflables antes de llevar a su hijo al interior. Ponga los cubos de plástico vacíos o las macetas boca abajo para que no puedan recoger el agua de lluvia.
- Vacíe o drene las bañeras tan pronto como termine la hora del baño.
- Instale cubiertas de seguridad en todos los jacuzzis.
- Retire las escaleras de las piscinas elevadas después de cada uso. Mantenga las sillas y mesas alejadas de las piscinas elevadas para que su hijo no pueda meterse en ellas.
- No deje que su hijo juegue cerca de los desagües de la piscina porque los niños pueden quedarse atrapados en ellos.



Visite la Alianza Nacional para la Prevención de Ahogamientos en NDPA.org, la Cruz Roja Estadounidense en RedCross.org o la Coalición Infantil Segura y Salud de NCH en WaterSmartCollier.com para obtener más consejos de seguridad.

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 hágalos
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 víctima's forehead.
- 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



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

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	Pagina Internet
American Red Cross	239-596-6868	redcross.org
NCH Women's and Children's Resource Center	239-624-6224	nchmd.org
Physicians Regional Healthcare System	239-354-6085	physiciansregional.com
Collier CPR and Safety Training	239-537-0495	colliercpr.com
CPR & More	239-289-1654	cpr-and-more.com
Safe Kids	239-343-6199	safekidsleecollier.org
Immokalee Fire Control District	239-657-2111	immfire.com
Marco Island Fire Rescue	239-389-5040	
North Collier Fire Control & Rescue	239-597-3222	northcollierfire.com
Greater Naples Fire Rescue	239-348-7540	
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:



Gracias Especiales

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

Creado por:



**Joe DiMaggio
Children's Hospital**

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

