



Play It Safe In and Around Water

Water time can be fun time, but it can also turn dangerous in seconds. According to Nationwide Children's Hospital, a baby can drown in just inches of water. In fact, drowning is the leading cause of preventable death for children ages 1 and 2, according to injuryfacts.nsc.org. By following the safety tips below, you can protect your little ones and keep them safe around water.

Water Safety in the Home

Whether it is a toilet, bath time or if you have water out in buckets for cleaning etc., there are many ways children can be exposed to water in the home. Be aware of the dangers your children are exposed to so you can keep them safe.

- When young children are around water, an adult should always be an arm's length away – older children should not be used to supervise their younger siblings
- Focus on your children when they are in any type of water – put distractions like cell phones away
- Store items that can collect water like tubs, buckets and kiddie pools upside down – empty items immediately after use
- Prevent young children from accessing bathrooms and laundry rooms by themselves
- Always close the lid to toilets and use toilet seat locks for added protection
- Teach your children not to swallow pool or bath water

Water Safety Outside the Home

Outside of your home, there are many additional water hazards – most commonly pools and lakes, but also as small as puddles and ditches that collect water. Keep an eye out for any collections of water to keep your kids safe.

- If your home has a pool, install a fence around all sides, make sure it is at least four feet high and has a self-closing and self-locking gate
- Put children in swimming lessons as young as possible – lessons can start at age one
- Always supervise children in a pool, even those who have taken swim lessons
- Teach children never to go into a pool or body of water alone
- Make sure all hot tubs or spas have hard covers that lock
- Remove all toys from the pool or water when playtime is over so kids are not tempted to go back in for them
- Follow safety rules and avoid running around a pool
- Keep the pool deck clean to prevent falls
- Keep a safety ring with a rope near the pool at all times
- Children should always wear a life jacket when riding in a boat and in open waters such as lakes, rivers etc.
- Keep children away from drains or pipes that can possibly trap them – stay out of any pool or hot tub that does not have a drain cover

Take one step for safety: It is extremely important to know how to respond in a drowning emergency as seconds really do matter. Be prepared by knowing infant and child CPR. You can find the steps at nsc.org/SaveaLife and you are encouraged to take formal training.



Sources:
Centers for Disease Control and Prevention
Healthychildren.org
Make Safe Happen
Safe Kids
2017 CDC Mortality Data



Sea seguro dentro y cerca del agua

Jugar en el agua puede ser divertido, pero también puede volverse peligroso en segundos. Según el Nationwide Children's Hospital, un bebé se puede ahogar en solo unos centímetros de agua. De hecho, el ahogo es la causa principal de muerte que puede prevenirse en los niños de entre 1 y 2 años de edad, según injuryfacts.nsc.org. Siguiendo los consejos de seguridad a continuación, puede proteger a sus pequeños y mantenerlos seguros cerca del agua.

Seguridad del agua en el hogar

Ya sea que se trate de un inodoro, de la hora del baño o de un balde de agua para limpiar, hay muchas maneras en las que los niños pueden estar expuestos al agua en la casa. Sea consciente de los peligros a los que están expuestos sus hijos para poder mantenerlos a salvo.

- Cuando los niños pequeños están cerca del agua, un adulto siempre debe estar a un brazo de distancia, los niños mayores no deben supervisar a sus hermanos menores
- Concéntrese en sus hijos cuando estén en cualquier tipo de agua: deje de lado las distracciones como los teléfonos celulares
- Almacene boca abajo los artículos que puedan recolectar agua como bañeras, cubos de agua y piscinas para niños: vacíe los artículos inmediatamente después de utilizarlos
- Evite que los niños pequeños accedan solos a los baños y a los lavaderos
- Siempre cierre la tapa de los inodoros y use trabas de asientos de inodoro para tener protección adicional
- Enseñe a sus hijos a no tragar el agua de la piscina o del baño

Seguridad del agua fuera del hogar

Fuera de su hogar hay muchos peligros adicionales del agua: los más comunes son las piscinas y los lagos, pero también hay otros como los charcos y las zanjas que acumulan agua. Esté atento a las acumulaciones de agua para mantener a sus hijos seguros.

- Si su casa tiene una piscina, instale una cerca alrededor de todos sus lados, asegúrese de que tenga al menos cuatro pies de altura y de que tenga una puerta con cierre y bloqueo automático.
- Haga que los niños tomen clases de natación lo más jóvenes posible: pueden comenzar a tomar clases a la edad de un año
- Siempre supervise a los niños en una piscina, incluso aquellos que han tomado clases de natación
- Enseñe a los niños a nunca meterse en una piscina o en cualquier cuerpo de agua cuando están solos
- Asegúrese de que todas las bañeras de hidromasaje o spas tengan cubiertas duras con trabas.
- Quite todos los juguetes de la piscina o del agua cuando el tiempo de juego haya terminado para que los niños no tengan la tentación de volver por ellos.
- Siga las reglas de seguridad y evite correr alrededor de una piscina.
- Mantenga la plataforma de la piscina libre de obstáculos para evitar caídas.
- Tenga un salvavidas de seguridad con una cuerda atada cerca de la piscina en todo momento.
- Los niños siempre deben usar un chaleco salvavidas cuando viajen en bote y en aguas abiertas como lagos, ríos, etc.
- Mantenga a los niños alejados de desagües o tuberías que puedan atraparlos: no se meta en piscinas o jacuzzis que no tengan una tapa de desagüe

Tome medidas de seguridad: es extremadamente importante saber cómo responder ante una emergencia de ahogamiento, ya que los segundos realmente importan. Esté preparado sabiendo como realizar RCP a bebés y niños. Puede encontrar los pasos en nsc.org/SaveaLife y le recomendamos que tome una capacitación formal.



Fuentes:
Centers for Disease Control and Prevention
HealthyChildren.org
Make Safe Happen
Safe Kids
2017 CDC Mortality Data