

La Asociación Española de Pediatría publica en su [web EnFamilia](#) dos especiales informativos sobre [seguridad en piscinas](#) para [evitar los ahogamientos infantiles](#)

Los pediatras recuerdan que solo 2 centímetros de agua son suficientes para que un bebé pueda ahogarse

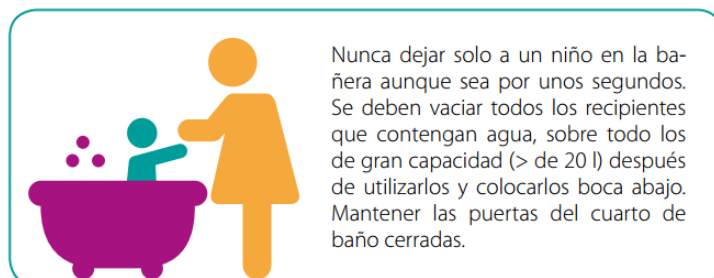
Alertan, además, de la necesidad de [vigilar a los menores en todo momento](#) mientras estén en el agua o jugando cerca de ella

- ➔ Los ahogamientos en menores de 5 años se producen sobre todo en las piscinas particulares o de comunidades privadas.
- ➔ El 25% de los adolescentes ahogados en nuestro país había consumido alcohol.
- ➔ Los saltos de cabeza causan más del 70% de todas las lesiones medulares relacionadas con actividades deportivas o recreativas.
- ➔ Los flotadores hinchables y manguitos generan una sensación de falsa seguridad y no se consideran dispositivos seguros.

Madrid, 11 de julio de 2017.- La Asociación Española de Pediatría (AEP) recuerda que “dos centímetros de agua en el fondo de un cubo, bañera, piscina portátil, etcétera y menos de dos minutos son suficiente para que un bebé pueda ahogarse”. Es por este motivo por el que los pediatras alertan de la necesidad de [vigilar a los menores en todo momento mientras estén en el agua o jugando cerca de ella](#) y vaciar cualquier recipiente con agua después de su uso, como por ejemplo los cubos de la fregona. Estas y otras recomendaciones pueden encontrarse en los especiales que, a través de la [web EnFamilia](#), la AEP ha elaborado con el objetivo de prevenir los ahogamientos de los más pequeños.

En España, según datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), los ahogamientos suponen el 13% de las principales causas de mortalidad infantil por lesiones en niños de entre 0 y 14 años y es la segunda causa de mortalidad accidental después de los siniestros de tráfico. El agua es un elemento esencial en nuestras vidas y para la mayoría de los niños este elemento constituye, además, un lugar donde realizar deportes y una importante fuente de placer y diversión. Ya sea de carácter recreativo o con fines competitivos, el contacto con el agua se inicia de forma más precoz y en ámbitos cada vez más diversos.

Los ahogamientos en menores de 5 años se producen sobre todo en las piscinas particulares o de comunidades privadas, el peligro en los niños tan pequeños radica en que son más independientes que un bebé, es decir se mueven con agilidad y por tanto pueden escapar de la supervisión del adulto a lo que hay que



Nunca dejar solo a un niño en la bañera aunque sea por unos segundos. Se deben vaciar todos los recipientes que contengan agua, sobre todo los de gran capacidad (> de 20 l) después de utilizarlos y colocarlos boca abajo. Mantener las puertas del cuarto de baño cerradas.

*Para más información. Gabinete de prensa de la AEP


Ainhoa Fernández / Vanessa Barrio - Tfno: 917870309 / 917891460
afernandez@plannermedia.com / vbarrio@plannermedia.com

www.aeped.es
[@aepediatria](https://twitter.com/aepediatria)


sumar la particularidad de que no reconocer las situaciones de peligro y que todavía no tienen destreza dentro del agua en caso de caer en ella. En este sentido, la AEP recuerda que se ha demostrado que **vallar el perímetro completo de la piscina puede reducir en un 95% las muertes por ahogamiento** en esta franja de edad. Es fundamental advertir que cuando **los niños pequeños estén dentro o alrededores del agua, deben estar siempre al alcance de la mano y supervisados por un adulto**. En caso de niños mayores que sepan nadar, el adulto con experiencia, o bien el socorrista, debe vigilarlos sin perderlos de vista, y su atención dirigida en todo momento al niño o niños que se encuentren dentro del agua, evitando situaciones que puedan distraerle como hablar por teléfono.

Los ahogamientos en edad adolescente se producen con más frecuencia en lagos, ríos, canales o en el mar. El 25% de los adolescentes ahogados en nuestro país había consumido alcohol. Además, un tanto por ciento muy elevado de los ahogamientos se producen como resultado de lesiones ocasionadas por zambullirse en zonas de escasa profundidad, practicando deportes acuáticos. Los saltos de cabeza causan más del 70% de todas las lesiones medulares relacionadas con actividades deportivas y recreativas.

ADECUADA SEÑALIZACIÓN



La profundidad de la piscina debe estar indicada a los lados de la misma. Debe prohibirse el lanzamiento de cabeza si la profundidad es inferior a 1,20 m y permitirlo solo si la profundidad es superior a 1,80 m. No obstante la manera más segura de tirarse al agua es hacerlo de pie. No se recomienda que los niños se tiren de trampolines u otras alturas pues pueden producirse lesiones medulares.



Las alarmas que avisan cuando un cuerpo cae al agua constituyen otra medida de seguridad, pero no se pueden utilizar como única medida de protección pues pueden haber quedado desconectadas o tener algún fallo en su funcionamiento.

Otro tipo de lesiones producidas en entornos acuáticos tienen relación con los atrapamientos por succión que ocurren cuando el niño es retenido por las fuerzas de aspiración creadas por el agua que pasa a través del drenaje sumergido en el fondo de una piscina. Debido a estas fuerzas, se producen lesiones en diferentes partes del cuerpo, las más comunes es el atrapamiento del pelo, seguida de la succión del tórax o de algún miembro, pudiendo llegar a producir la muerte por ahogamiento por la succión e inmovilización en el fondo de la piscina.

Clases de natación desde el primer año de vida

Las clases de natación y el aprendizaje de habilidades de supervivencia en el agua pueden disminuir las tasas de ahogamientos en los niños. Existen estudios que afirman que iniciar las clases entre los 1 y 4 años disminuye la tasa de ahogamientos. Sin embargo, los expertos indican que el impartir clases de natación a los niños pequeños o a aquellos que no hayan adquirido suficientes habilidades no evita los ahogamientos, ni proporciona una protección completa, por lo cual es necesario mantener una supervisión continua.

Por otro lado, los niños que no sepan nadar, sean pequeños o tengan alguna discapacidad, deben llevar un chaleco salvavidas siempre que se bañen o estén cerca del agua. Los flotadores hinchables y manguitos generan una sensación de falsa seguridad y no se consideran dispositivos seguros, recuerdan los pediatras.

Proteger, alertar y socorrer (PAS)

En el ahogamiento los segundos cuentan, la celeridad con la que se retira del agua a la persona que se está ahogando y la rapidez con la que se instauran las maniobras de Reanimación Cardiopulmonar (RCP) son fundamentales. En este sentido, el adiestramiento en maniobras de RCP tanto para padres como para niños, supone una medida efectiva.

Ante un caso de posible ahogamiento, lo ideal es seguir la conducta P.A.S (Proteger, alertar y socorrer):

- **Proteger** a la víctima llevándolo a un lugar seguro.
- **Alertar** a los Servicios de Emergencia.
- **Socorrer** a los heridos. Iniciar maniobras de RCP si se precisa.

Sobre la AEP

La Asociación Española de Pediatría es una sociedad científica que representa a más de 9000 pediatras que trabajan tanto en el ámbito hospitalario como de atención primaria. Está integrada por todas las sociedades científicas de pediatría regionales y las sociedades de pediatría de las distintas especialidades. El principal objetivo de la asociación es velar por la adecuada atención sanitaria, fomentar el desarrollo de la especialidad, tanto en sus aspectos asistenciales como en los docentes y de investigación, además de asesorar a todas aquellas instituciones competentes en asuntos que puedan afectar o afecten a la salud, desarrollo e integridad del niño y del adolescente.