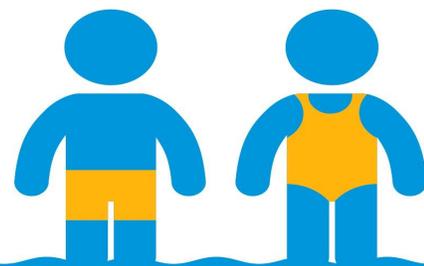


# Información para la seguridad en la piscina

para padres e hijos



## ¿Sabía usted que...?



**El ahogamiento sucede silenciosamente.** Puede haber muy pocas salpicaduras, no hay brazos agitándose ni gritos.



**Vigilar a su hijo en el agua es su propia responsabilidad.** El trabajo del salvavidas consiste en hacer cumplir las normas, vigilar, rescatar y reanimar.

**El ahogamiento sucede rápidamente.** Cuando un niño comienza a luchar, es posible que usted tenga menos de un minuto para reaccionar.



**Las clases de natación son esenciales, pero el nivel de destreza puede variar.** Muchos de los niños que se ahogaron en piscinas supuestamente sabían nadar.



**Asegúrese de que los niños aprendan a nadar y a desarrollar estas 5 habilidades de supervivencia en el agua.**



**1** Entrar o saltar al agua, sumergiendo completamente la cabeza, y volver a la superficie.



**2** Flotar o pedalear en el agua durante un minuto.



**3** Girar formando un círculo completo y encontrar una salida del agua.



**4** Nadar 25 yardas (aproximadamente 23 metros) hasta la salida.



**5** Salir del agua sin usar la escalera.

Vigile a sus hijos cuando se encuentran dentro del agua y en sus alrededores, sin distracciones.

