

Aconsejan extremar la precaución para prevenir accidentes en playas y piscinas

Escrito por CARM. 17 de julio de 2019, miércoles

La temporada de baño se extiende cinco meses al año a efectos de control sanitario, pero en verano se realizan más actividades de ocio y deporte en el agua, lo que aumenta el riesgo de ahogamientos y de otras lesiones graves, como traumatismos craneoencefálicos y lesiones medulares, “que queremos evitar con estos consejos”, destacó el director general de Salud Pública y Adicciones, José Carlos Vicente.

- Se recomienda no dejar a los niños solos en el agua y no sobreestimar la capacidad física de las personas mayores



Cada año fallecen más de 400 personas en España como consecuencia de ahogamientos.

Aconsejan extremar la precaución para prevenir accidentes en playas y piscinas

Escrito por CARM. 17 de julio de 2019, miércoles

En caso de niños, la mayoría tienen lugar en piscinas, mientras que los mayores sufren más este tipo de accidentes en el mar, por lo que se debe extremar la prudencia.

Por ello, hay que incidir en la necesaria vigilancia de los menores y el acompañamiento a los mayores en el mar, donde las corrientes marinas pueden ejercer una fuerza inesperada, y en especial la atención a personas de cualquier edad que presenten algún tipo de patología previa que haga necesario un especial control del baño.

Los niños, nunca solos

Un niño pequeño puede ahogarse en muy poca cantidad de agua, como dos centímetros en una bañera o una piscina hinchable, por lo que no hay que dejarlos nunca solos. La piscina donde se vaya a bañar el niño ha de contar con las adecuadas medidas de seguridad (socorrista, vallado perimetral), para que los pequeños no puedan acceder libremente.

Los menores deben estar vigilados en todo momento cuando estén en el agua o jugando cerca de ella. Si el niño no sabe nadar o no nada bien es necesario ponerle un chaleco salvavidas de flotación a la hora de bañarse o practicar un deporte acuático. Los flotadores hinchables no son recomendables.

Â

En la playa es preceptivo respetar y hacer respetar las normas de seguridad, por lo que hay que enseñar a los niños el significado de las banderas y nunca bañarse si está roja. Con menores es mejor bañarse siempre en playas con vigilancia, nunca en zonas donde no está aconsejado y respetando siempre las indicaciones de los socorristas y las señales de peligro a través del código de banderas de colores.

Â

Mayores

Más del 35 por ciento de las personas que fallecen por ahogamiento son personas mayores de 65 años, por lo que se aconseja seguir unas sencillas recomendaciones, como respetar las banderas y las indicaciones de los socorristas.

Â

Es importante no sobreestimar la condición física ni la capacidad para nadar. En el mar, si la persona mayor se encuentra cansada o tiene dificultad para regresar a la orilla, debe nadar de espaldas moviendo las piernas solamente hasta llegar cerca de la orilla. Se recomienda a los mayores meterse en el agua siempre acompañados, no alejarse de la orilla y nunca bañarse en zonas donde esté prohibido. También se aconseja salir enseguida del agua si se encuentra cansado o siente frío.

El consumo de alcohol antes del baño disminuye la capacidad de reacción ante un peligro y puede propiciar conductas que pueden poner en riesgo la salud. Asimismo, bañarse de noche en la playa es muy peligroso, ya que si ocurre un contratiempo nadie puede percatarse.

Aconsejan extremar la precaución para prevenir accidentes en playas y piscinas

Escrito por CARM. 17 de julio de 2019, miércoles

- **SONIDO:** [Declaraciones del director general de Salud Pública, José Carlos Vicente, sobre la necesidad de extremar las precauciones a la hora de bañarse en el mar o en la piscina.](#)