



R.E.S.P.E.C.T el agua

Association of Aquatic Professionals
Programa de Prevención de Ahogamientos



R.E.S.P.E.C.T el agua

¿Quién es AOAP?

AOAP es una asociación nacional de profesionales acuáticos con un fuerte compromiso de ayudar a prevenir ahogamientos como uno de sus objetivos.



Association of
Aquatic Professionals



R.E.S.P.E.C.T el agua

¿Por qué?

El ahogamiento es prevenible y la educación sobre la seguridad del agua es la mejor prevención



Association of
Aquatic Professionals

Es tan simple como **R.E.S.P.E.C.T**

Reconocimiento: Reconocer los signos de los no nadadores, la natación cansada y angustiada, y situaciones potencialmente peligrosas

Educación: Aprenda qué factores pueden conducir a ahogarse

Supervisión: La supervisión directa y constante es clave

P-Barreras Físicas: Proporcione cercas, cubiertas de seguridad, alarmas y chalecos salvavidas

Expectativas: Entender qué esperar del medio acuático, la respuesta del cuerpo, conocer sus límites

Comunicación: Advertir e informar a familiares, amigos e invitados sobre los peligros presentes en y alrededor del agua

T-formación: Aprender a nadar y cómo responder a una emergencia





R.E.S.P.E.C.T

RECONOCIMIENTO





RECONOCIMIENTO

Cuando piensas en alguien ahogándose, ¿qué te imaginas?



Association of
Aquatic Professionals



RECONOCIMIENTO

La realidad es ... "Las víctimas no van a la escuela de víctimas."

Aunque hay algunos indicadores comunes de ahogamiento, cualquiera puede ahogarse si la situación es correcta. Reconocer no sólo los comportamientos de ahogamiento, sino también los factores que pueden conducir al ahogamiento es igual de importante.





RECONOCIMIENTO - Comportamientos de los nadadores

Aprender a reconocer los diferentes comportamientos de natación puede ayudar a prevenir una situación de ahogamiento



RECONOCIMIENTO - No nadador

¿Cómo se ve un no nadador en el agua?

- Parece asustado para entrar en el agua
- Cuelga en el extremo poco profundo
- Se aferra al lado de la pared
- Se arrastra a lo largo de la pared de la piscina en lugar de nadar
- no se mojarán la cara ni el pelo

¿Por qué es importante reconocer si alguien no puede nadar?

RECONOCIMIENTO - Nadador cansado

¿Cómo se ve un nadador cansado?

- No va hacia adelante
- Arrastrando los brazos
- Parece cansado
- Pelo en su cara
- PUEDE la llamada de socorro



¿Por qué es importante reconocer si alguien se está cansando mientras nada?

RECONOCIMIENTO - ahogamiento



¿Cómo se ve cuando alguien se está ahogando?

RECONOCIMIENTO - ahogamiento



Los signos que alguien se ahoga:

- La cabeza está detrás y mirando hacia arriba
- El cuerpo es vertical sin patadas
- Los brazos están llegando a un lado del frente (a menudo como si estuvieran tratando de arrastrarse fuera del agua)
- Puede o no estar salpicando
- Pérdida de movimiento
- Ojos muy asustados
- NO PUEDEN la llamada de socorro!



RECONOCIMIENTO

Cosas que puedes hacer para ayudar:

- llama por ayuda!
- NUNCA trate de nadar para salvar a un nadador ahogado
- Alcance o tire, no vaya



RECONOCIMIENTO - Sumergido

Cosas como la falta de reconocer otros signos potenciales de ahogamiento, como el atrapamiento, enfermedades repentinas (ataque cardíaco, derrame cerebral, etc.) pueden llevar a la sumersión.

Una vez que un cuerpo está sumergido, es muy difícil de identificar desde la superficie.

Cosas a buscar:

- Variación de color de la parte inferior de la piscina (una mancha)
- Inmóvil
- Burbujas en la superficie



RECONOCIMIENTO - Sumergido

Cosas que puedes hacer si crees que hay alguien en la parte inferior de la piscina:

- LLAME PARA AYUDA. No importa qué.
- Si no hay un socorrista o equipo de respuesta disponible:
 - No te pongas en peligro entrando en el agua
 - Si el agua es poco profunda y se puede nadar, tratar de sacar el artículo / cuerpo fuera del agua
 - Si no puede nadar, o el agua es demasiado profunda, mantenga un ojo en el artículo / cuerpo para ayudar a los esfuerzos de recuperación una vez que llegue el personal de respuesta
 - Si hay un poste o gancho de alcance disponible, intente mover el artículo/cuerpo al lado de la piscina



RECONOCIMIENTO - ahogamiento

¿Cómo puede el reconocimiento de comportamientos potenciales y reales de ahogamiento ayudar a salvar una vida?





R.E.S.P.E.C.T

EDUCACIÓN





EDUCACIÓN



Association of
Aquatic Professionals

EDUCACIÓN

Cualquiera puede ahogarse, incluso los mejores nadadores.

Es muy importante asegurarse de que usted y sus seres queridos estén educados sobre el agua en la que va a nadar.



EDUCACIÓN

¿Por qué es importante conocer el agua en la que nadas?

¿Cuáles son algunas de las cosas que debe buscar antes de permitir que las personas que está cuidando entren en el agua?





EDUCACIÓN

Algunas cosas sobre las que debes ser educado antes de que tus seres queridos se meten en el agua:

- Temperatura del aire (muy caliente/muy frío)
- Condiciones del viento
- Temperatura del agua
- Corrientes rápidas
- Claridad del agua
- Reparación de la piscina (drenajes rotos, skimmers)
- Profundidades del agua
- Señales (reglas de la piscina, banderas de precaución)
- Procedimientos de emergencia
- Accesibilidad telefónica





EDUCACIÓN

Al igual que ser educados sobre el agua antes de nadar, es importante entender que hay algunas cosas que nuestros seres queridos deben ser educados mientras nadan.

Algunos ejemplos son:

- Juegos de retención de la respiración
- Jugando duro con tus amigos
- Zambullirse en el agua sin saber lo profundo que es
- ¿Otros ejemplos?





R.E.S.P.E.C.T

SUPERVISIÓN



SUPERVISIÓN

¿Cuáles son algunas maneras efectivas de supervisar a sus nadadores?



Association of
Aquatic Professionals

SUPERVISIÓN



Quienquiera que esté supervisando necesita ser capaz de reconocer los signos de un nadador en problemas.



Association of
Aquatic Professionals

SUPERVISIÓN



- ¿Quién necesita ser supervisado mientras nadan?
- ¿Son los socorristas los únicos supervisores en una piscina?
- ¿Se debe permitir a los niños nadar solos?
- ¿Sigue siendo necesaria la supervisión directa para los niños mayores?



R.E.S.P.E.C.T

BARRERAS FÍSICAS



Association of
Aquatic Professionals

BARRERAS FÍSICAS

Tipos de barreras físicas:

- Cercas con puertas de autobloqueo
- Cubiertas de seguridad para piscinas/spa

Tipos de alarmas:

- Puerta/ventana
- En una persona (cintas para la cabeza, pulseras, etc.)



BARRERAS FÍSICAS

Los chalecos salvavidas pueden ser una barrera física muy eficaz.

¡Ninguna barrera física debe reemplazar la supervisión constante directa!





R.E.S.P.E.C.T

EXPECTATIVAS



Association of
Aquatic Professionals

EXPECTATIVAS

Primera Parte:

- Establezca expectativas para los comportamientos de los nadadores antes incluso de llegar al agua.



EXPECTATIVAS

Segunda Parte:

- Conoce tu propia habilidad de natación, así como la de tu ser querido y qué esperar mientras nadas.

¿Por qué importa esto?





R.E.S.P.E.C.T

COMUNICACIÓN



Association of
Aquatic Professionals



COMUNICACIÓN

¿Cómo puede la comunicación desempeñar un papel en la prevención del ahogamiento?

¿Qué cosas deben comunicarse antes de ir a nadar?

¿Qué cosas deben comunicarse mientras nadas?



Association of
Aquatic Professionals

COMUNICACIÓN

Es importante entender lo que se le está comunicando mientras visita cualquier tipo de agua.





COMUNICACIÓN

Asegúrese de comunicarse si necesita ayuda.



Association of
Aquatic Professionals



R.E.S.P.E.C.T

FORMACIÓN



FORMACIÓN



La formación consta de dos partes. El primero es:

- Aprendiendo a nadar

¿Cómo puede ayudar aprender a nadar para prevenir ahogamientos?



FORMACIÓN



El segundo es:

- Saber qué hacer en una situación de emergencia

¿Deberías intentar salvar a alguien en el agua tú mismo?

¿Qué puedes hacer?



FORMACIÓN

¿Qué puedes hacer si alguien es sacado del agua y necesita atención adicional?

¡Lo mejor que puedes hacer es LLAMAR PARA AYUDA!

Hay clases ofrecidas en cada comunidad para ayudarlo a entrenar y aprender qué hacer si ocurre un ahogamiento y cómo proporcionar cuidado hasta que el EMS llegue.



Association of
Aquatic Professionals



R.E.S.P.E.C.T



Es tan simple como R.E.S.P.E.C.T

Reconocimiento: Reconocer los signos de los no nadadores, la natación cansada y angustiada, y situaciones potencialmente peligrosas

Educación: Aprenda qué factores pueden conducir a ahogarse

Supervisión: La supervisión directa y constante es clave

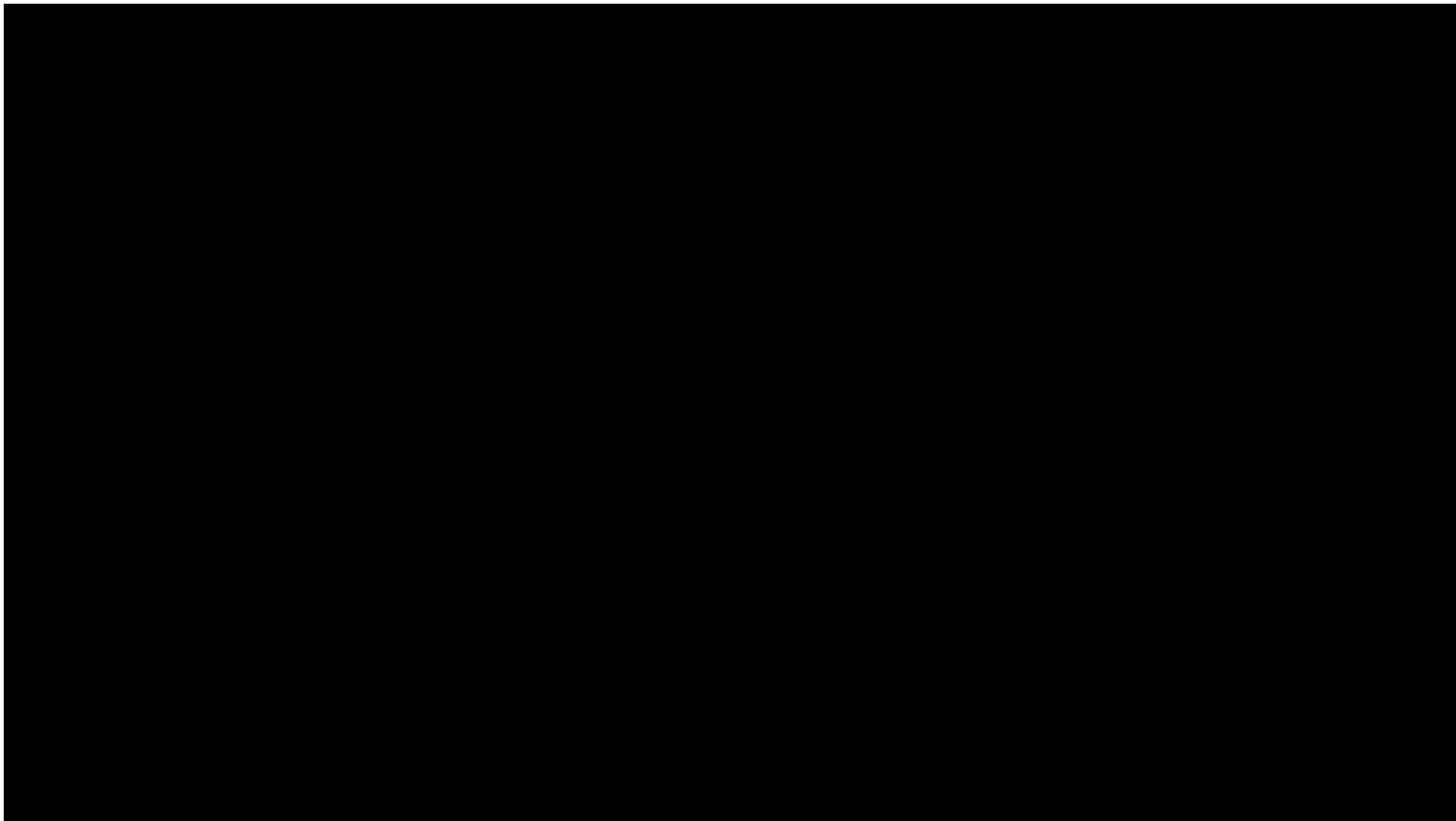
P-Barreras Físicas: Proporcione cercas, cubiertas de seguridad, alarmas y chalecos salvavidas

Expectativas: Entender qué esperar del medio acuático, la respuesta del cuerpo, conocer sus límites

Comunicación: Advertir e informar a familiares, amigos e invitados sobre los peligros presentes en y alrededor del agua

T-formación: Aprender a nadar y cómo responder a una emergencia





Association of
Aquatic Professionals



R.E.S.P.E.C.T el agua

No te conviertas en una estadística

