



Adventist Risk Management, Inc.



By: Elizabeth Camps - Escritora y especialista en relaciones públicas

¿Estás listo para las actividades acuáticas?

 mayo 03, 2016

“Queridos mamá y papá:

¡Llegó la semana 3! No puedo creer que ya casi se acabe el campamento. ¿¡Tengo que volver a la casa?!

Esta semana nos metimos al agua con Sharon. Ella es la instructora de Actividades Acuáticas. ¡Fue muy divertido! Ni siquiera hizo que nos pusiéramos los chalecos salvavidas. De cualquier forma estaban muy chicos. Luego fuimos todos a la práctica de algo que se llama RCP cuando Alicia se cayó de la lancha y tragó mucha agua de la laguna. Alicia dice que esta semana cambiará de actividad. No sé por qué.

En fin, tengo que irme. Vamos a escaparnos durante la hora de la cena para ver a Sharon en el muelle. ¡Nos prometió llevarnos a una carrera de lanchas entre ella y otro de los consejeros!

Les hablo la próxima semana. Los quiere, Tommy”

Muchos de los niños pasarán una buena parte del campamento en el agua. El clima cálido y el cielo soleado es el momento perfecto para aprovechar lagunas y piscinas, que son parte de muchas de las actividades del campamento.

Y si bien la natación, el buceo y otros deportes acuáticos pueden ser muy divertidos, todos tienen riesgos que pueden convertir una experiencia emocionante en el campamento en un acontecimiento trágico.

Consejos para nadar con seguridad

Asegúrate de que todos los campistas naden en una zona definida que esté siendo supervisada por salvavidas y verifica que todos los salvavidas y el resto del personal aprueben un curso de primeros auxilios y RCP y desfibrilación (AED). Busca más información acerca de los salvavidas en el artículo de *Soluciones* de ARM sobre [Seguridad en las actividades de campamento](#). La [Cruz Roja de Estados](#)

[Unidos](#) nos recuerda que los acampantes siempre deben nadar acompañados; no permitas que nadie lo haga solo. Nunca dejes solo a un niño cerca del agua.

Enseña a los niños que siempre pidan permiso para acercarse al agua. Que los nadadores más pequeños o sin experiencia traigan puesto un chaleco salvavidas aprobado por la Guardia Costera de EEUU cuando estén cerca del agua. Pero no confíes solo en los chalecos salvavidas. Coloca una cerca especial que rodee toda la alberca, de no menos de un metro de altura. El cerrojo de la zona de la alberca debe estar suficientemente alto para que no lo alcancen los niños pequeños.

Consejos para navegar con seguridad

Los campamentos que tengan acceso a un lago o laguna pueden tener muchas otras actividades adicionales, además de nadar. En el 2013, de acuerdo con Safe Kids Worldwide, 77% de las víctimas fatales de accidentes en embarcaciones se ahogaron. Entre quienes se ahogaron, 84% no llevaban chaleco salvavidas.

En el 2014 la Guardia Costera informó que el **78% de quienes murieron en accidentes en embarcaciones se ahogaron**. Entre quienes se ahogaron, **84% no llevaban chaleco salvavidas**.

Éstas son algunas ideas de Safe Kids Worldwide para navegar con seguridad:

1. Que todos los niños siempre lleven un chaleco salvavidas aprobado por la Guardia Costera de EEUU cuando estén en la lancha, cerca del agua o al participar en deportes acuáticos.
2. Asegúrate de que los chalecos salvavidas les queden ajustados. Pon a los niños a hacer la señal de “anotación” levantando ambos brazos rectos bien por encima de la cabeza; si el chaleco les toca las mejillas o las orejas puede ser que esté demasiado grande o que los tirantes estén flojos.
3. Toma medidas adicionales para que los niños conserven el calor. Los bebés y niños pequeños corren mayor riesgo de sufrir hipotermia. Si te parece que el niño tiene frío o está temblando, envuélvelo apretadamente con una manta o toalla seca.
4. Aprende RCP. Los cursos de RCP son ofrecidos por los hospitales, los bomberos y las oficinas de actividades recreativas locales.
5. Indica a los niños que nadar en agua abierta no es lo mismo que nadar en una piscina. Deben estar atentos a las irregularidades del suelo, las corrientes en los ríos, las corrientes submarinas y los cambios en el clima.
6. No uses ayudas para nadar como flotadores o tubos acuáticos en lugar de los dispositivos de flotación aprobados por el personal de la Guardia Costera de EEUU.
7. Cada año realiza la revisión de embarcaciones que hacen gratuitamente la Guardia Costera Auxiliar de EEUU y los Escuadrones Acuáticos de EEUU (Power Squadrons).
8. Asegúrate de que todas las embarcaciones con motor tengan en funcionamiento una alarma de monóxido de carbono, para alertar a los pasajeros si salen gases tóxicos del motor.

Aunque estas ideas se enfocan en la navegación, muchas de ellas pueden aplicarse a otras actividades acuáticas. Se debe usar el chaleco salvavidas mientras se está en una embarcación y también al andar en motos acuáticas (jet skis), al esquiar y en otros deportes acuáticos.

Quienes usen motos acuáticas deben seguir las reglas de seguridad de navegación y las indicaciones del fabricante que están en el Manual de usuario mientras estén en el vehículo. Esto puede implicar el uso de equipo de protección y traje de baño apropiados para evitar lesiones en caso de salir despedido del vehículo al operarlo.

Al poner en práctica estas ideas, y otras precauciones específicas para tu campamento, tus acampantes podrán tener con seguridad momentos de diversión en el agua y evitar desastres en el campamento como los de Tommy. No olvides consultar *Soluciones* la próxima semana para saber qué más le pasó a Tommy en el campamento.

Lee [la primera](#) y [la segunda parte](#) de esta serie sobre campamentos.

Referencias

¹<http://www.redcross.org/get-help/prepare-for-emergencies/types-of-emergencies/water-safety>

²<http://www.redcross.org/prepare/disaster/water-safety/swim-safety>

³http://www.safekids.org/safetytips/field_risks/boating

⁴<http://www.uscgboating.org/library/accident-statistics/Recreational-Boating-Statistics-2014.pdf>

⁵<http://www.safekids.org/tip/boating-safety-tips>

⁶<http://www.safekids.org/watersafety>

⁷<http://www.safekids.org/poolsafety>

Este material es información general basada en hechos proporcionada por Adventist Risk Management[®], Inc. y no deberá, bajo ninguna circunstancia, ser modificada o cambiada sin permiso previo. No deberá considerarse como asesoría legal específica con respecto a un asunto o tema en particular. Consulte con su abogado o gerente de riesgos local si desea debatir cómo una jurisdicción local se ocupa de cualquier circunstancia específica que usted pueda estar enfrentando.