Fuente: https://estilosdevidasaludable.sanidad.gob.es/seguridad/ahogamiento/ninnos/home.htm · Copia descargada el 25 de octubre de 2026 por MiPediatra.mx para consulta de las familias.

Descargar PDF



# Prevención de ahogamientos y otros accidentes en el agua en niños y niñas

El agua es un elemento esencial en nuestras vidas y para la los niños/as es, además, un lugar de diversión y donde realizar deportes. El contacto con el agua se inicia en edades muy tempranas y en lugares muy diversos: bañeras, piscinas públicas o privadas, parques acuáticos, en el mar, ríos, lagos etc…

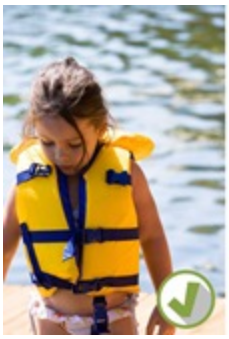
Recuerda: un niño/a pequeño/a puede ahogarse en muy poca cantidad de agua, como 2cm en una bañera o una piscina hinchable. NO LE DEJES NUNCA SOLO/A.

Pero lo más importante es que estos peligros y riesgos se pueden evitar siguiendo unas sencillas recomendaciones:

- Asegúrate de que la piscina donde acudes con tu familia cuenta con las adecuadas medidas de seguridad (socorrista, vallado perimetral), para que tus hijos e hijas pequeños/as no puedan acceder libremente.
- Vigila a las personas mayores de edad en todo momento tanto cuando estén en el agua como cuando estén jugando cerca de ella.

  Recuerda que la vigilancia de tus hijos e hijas menores es tu responsabilidad.

- Si no sabe nadar o no nada bien ponle un chaleco salvavidas/de flotación para bañarse o practicar un deporte acuático. Los flotadores hinchables no son recomendables.



- En la playa, respeta y enseña a tus hijos el significado de las banderas: nunca os bañéis si está roja.
- Bañaos siempre en playas con vigilancia, nunca en zonas donde está prohibido y respetad siempre las indicaciones de los socorristas.

  Repasa estos y otros consejos en la guía "Disfruta del agua y evita los riesgos"

### Recuerda:

Mantén siempre una conducta A.V.A.: estar siempre atentos para

Advertir todas las situaciones de riesgo que nos podamos encontrar,

Valorar el peligro y

Adoptar una actitud segura.

- Sigue el Decálogo para un baño seguro . Conoce las normas de seguridad y respétalas.
- Disfruta del agua este verano con seguridad.