

Al agua, con cuidado

Campaña de prevención de ahogamientos

En Uruguay los ahogamientos constituyen la primera causa de muerte por lesiones no intencionales en niños de entre 1 y 4 años y la segunda entre los de 5 a 15 años. Para la Organización Mundial de la Salud se trata de un “importante problema de salud, grave y desatendido”, ya que en el mundo 372.000 personas fallecen por ahogamiento cada año; un promedio de 47 personas por hora.

Entre 2012 y 2017 en nuestro país fallecieron 56 niños de entre 0 y 15 años por esta causa, según datos del Ministerio de Salud. En 2018, la Mesa Interinstitucional de Seguridad Acuática (MISA) registró 165 eventos adversos en el agua, en los que fallecieron 40 personas, entre ellas 7 niños.

En el comienzo de la temporada estival, el momento del año en el que los niños, niñas y adolescentes pasan más tiempo en contacto con el agua, la Sociedad Uruguaya de Pediatría, a través de su Comité de Prevención de Lesiones No Intencionales, quiere recordar las **medidas de prevención necesarias para evitar estos incidentes y advertir sobre los riesgos asociados a la falta de cuidado respecto a este tema.**

El principal factor de riesgo relacionado a casos de lesiones o mortalidad por ahogamiento en edad pediátrica tiene que ver con la distracción de los cuidadores. Es imprescindible, por lo tanto, que los adultos a cargo de niños y niñas **no los pierdan de vista en ningún momento al entrar al agua**, y que la distancia con ellos **no sea mayor a la de un brazo**. Es fundamental que siempre lleven accesorios que les permitan la flotabilidad (recomendamos chalecos salvavidas en buenas condiciones, acorde al talle del niño).

No se debe subestimar la cantidad de agua que puede generar el ahogamiento de un niño. Para los más pequeños que caen boca abajo y no tienen destreza para poder salir, algunos pocos centímetros son suficientes. Por eso, siempre deben estar vigilados durante el baño o el juego, y hay que evitar tener baldes con agua o recipientes similares al alcance de niños pequeños.

En caso de utilizar **piscinas estructurales y empotradas en tierra, deben estar rodeadas de una cerca de 1,40m que no sea escalable**, cuyos barrotes no superen los 10cm de separación y con portón con tranca “anti-niños”. Para los casos de piscinas de aros, es necesario vaciarlas al final de cada jornada.

Hay que recordar que **en playas de agua dulce y ríos la flotabilidad es menor, y además de la atención de los cuidadores es necesario siempre estar cerca del puesto de guardavidas y poner especial cuidado en las señales y advertencias que fueron colocadas respecto de la zona de baños.** También debemos insistir en los riesgos que presentan las **canteras**; son lugares que resultan atractivos para los adolescentes, pero que son de alta peligrosidad y sitios frecuentes de ahogamientos.

Para que el verano sea una época de disfrute total: **al agua, con cuidado.**