



# Drowning Prevention



Most drownings involving young children occur in residential settings. Children under the age of five years do not struggle in the water. They can drown without making a sound.

## TIPS

- ✓ Never leave a child unsupervised in a bathtub, even for a second. Most siblings are not old enough to properly supervise a young child in this situation.
- ✓ Never leave a child alone near a pool/spa, bathtub, toilet, water-filled bucket, pond, or any standing body of water.
- ✓ An unclimbable, five-foot fence should separate the pool/spa from the residence. Fence openings should be no more than four inches wide so children cannot squeeze through the spaces.
- ✓ The fence gate should be self-closing and self-latching with latches above a child's reach.
- ✓ Never rely on flotation devices or swimming lessons to protect a child.
- ✓ Don't allow children to play in the pool/spa area. Never keep toys around or in a pool.
- ✓ Avoid swimming after dark.
- ✓ Risk for drowning increases in muddy water of lakes, ponds, and rivers.
- ✓ Avoid weak or thawing ice on any body of water.
- ✓ Diving into shallow water can cause spinal injuries. Never allow diving in above-ground pools, shallow water, or unknown areas.
- ✓ Be aware of local weather conditions prior to engaging in recreational water activities.
- ✓ Use the buddy system when swimming or boating.
- ✓ Require all persons to wear Coast Guard approved personal flotation devices when involved in water-related recreational activities, regardless of swimming ability.
- ✓ Avoid using alcohol or other drugs prior to and during recreational water activities.
- ✓ Assign an adult to be a "Water Watcher" who is responsible for actively supervising children in and around water even if a lifeguard is present.

**911** If you or someone you know is experiencing a life threatening injury or act of violence, please dial 911 immediately.

If you would like more information on injury and violence prevention education and information, call 1-800-732-8333 or email [ivp@vdh.virginia.gov](mailto:ivp@vdh.virginia.gov)



# Prevención de Ahogamientos



La mayoría de los ahogamientos que envuelven a niños pequeños ocurren en áreas residenciales. Los niños de menos de cinco años de edad no luchan en el agua. Se pueden ahogar sin hacer un sonido.

## CONSEJOS

- ✓ No deje nunca a su hijo sin supervisión en una bañera, incluso durante un segundo. La mayoría de los hermanos no son lo suficientemente mayores para supervisar de forma adecuada a un niño pequeño en esta situación.
- ✓ No deje nunca a un niño solo cerca de una piscina/jacuzzi, baño, retrete, cubo lleno de agua, estanque o cualquier lugar donde haya agua.
- ✓ Una valla, por la que no se pueda trepar, de cinco pies, debe separar la piscina/jacuzzi de la residencia. Las aberturas de la valla no deben ser de más de cuatro pulgadas de ancho, de manera que los niños no puedan pasar a través de los espacios.
- ✓ La puerta de la valla se debe cerrar sola y tener un cierre que se cierre sólo, por encima del alcance del niño.
- ✓ No confíe nunca en dispositivos de flotación o lecciones de natación para proteger a su hijo.
- ✓ No permita que los niños jueguen en el área de la piscina/jacuzzi. Nunca mantenga juguetes alrededor o en una piscina.
- ✓ No permita que los niños jueguen en el área de la piscina/jacuzzi. Nunca mantenga juguetes alrededor o en una piscina. Evite nadar después de que haya oscurecido.
- ✓ El riesgo de ahogamiento aumenta en aguas pantanosas de lagos, estanques y ríos.
- ✓ Evite el hielo débil o que se esté derretiendo en cualquier masa de agua.
- ✓ Saltar en agua poco profunda puede causar heridas en la columna vertebral. No permita nunca que salten en piscinas al nivel del suelo, agua poco profunda o áreas desconocidas.
- ✓ Esté alerta de las condiciones locales del tiempo antes de realizar actividades recreativas en el agua.
- ✓ Utilice el sistema de compañeros cuando esté nadando o realizando actividades en barcos.
- ✓ Haga que todas las personas lleven dispositivos de flotación personal aprobados por la Guardia Costera, cuando estén envueltos en actividades recreativas relacionadas con el agua, sin importar sus capacidades para nadar.
- ✓ Evite utilizar alcohol u otras drogas antes o durante las actividades recreativas en el agua.
- ✓ Aunque haya salvavidas, designe a un adulto como "Vigilante del Agua" para que se encargue de supervisar activamente a los niños mientras estén dentro o alrededor del agua.



Si usted o alguien que conoce está experimentando una lesión que amenace su vida o un acto de violencia, por favor marque al 911 inmediatamente.

Si desea más información sobre lesiones y educación en prevención de violencia e información, llame al 1-800-732-8333 o envíe un correo electrónico a [ivp@vdh.virginia.gov](mailto:ivp@vdh.virginia.gov)