



SEGURIDAD EN LA PLAYA

Prevenga el ahogado.
Nunca nade solo.



Los niños y adultos se ahogan sin hacer ruido. El ahogamiento es la causa principal de muertes accidentales de niños menores de 5 años y puede ocurrir en agua con una profundidad de menos de 2 pulgadas. El ahogo también se puede prevenir. Aquí hay unos consejos para mantener a usted, su familia y otros, seguros cerca al agua.



Orange County
Fire Authority
714 573 6200
ocfa.org



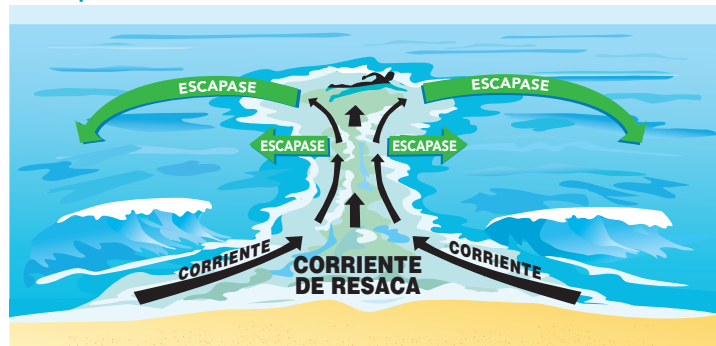
Para su propia seguridad, tenga cuidado de cosas riesgosos.

- Si tiene alguna duda, mejor no se meta al agua. Pregúntele a los socorristas sobre las corrientes de resaca y sobre otros peligros, siendo que no siempre son fáciles de identificar.
- Cumpla siempre con los rótulos y señales de advertencia.
- Revise de antemano el clima y condiciones del agua antes de ir; las tormentas pueden revolver el agua haciendo que salgan más bacterias, contracorrientes, y otros peligros en el agua.
- Arrastrar los pies mientras camina al entrar al agua para prevenir una lesión provocada por las rayas con púa.

Los niños y adultos se ahogan sin hacer ningún ruido.

- Mantenga a su alcance a los niños pequeños y a los nadadores inexpertos. Los flotadores no pueden sustituirle a la supervisión activa de un adulto.
- Aprenda a nadar
- Use los corchos o tablas de surf con correas en áreas designadas.
- Opte por nadar cerca de un socorrista y nunca nade solo. Si no hay nadie con usted, nadie puede ayudar a salvarlo.

Escapase de la resaca.



La resaca, que también se conoce como corriente de retorno, es una corriente de agua muy fuerte que se aleja de la orilla y puede arrastrar hacia mar adentro hasta al más experto nadador.

Cómo identificar una corriente de resaca:

- Vías picadas y agitadas en el agua
- Una zona paralela a la orilla del mar en que se percibe una notable diferencia de color
- Una línea de espuma, algas marinas, o desechos que se mueve continuamente hacia el mar abierto
- Una interrupción en el patrón de olas que se acercan a la playa

Como sobrevivir una corriente de resaca:

- Mantenga la calma.
- No luche contra la corriente. Nade fuera de la corriente y luego hacia la orilla.
- Si no logra escapar manténgase a flote pedaleando.
- Si necesita auxilio, grite o agite los brazos para ayuda.

Recuerde, muchas personas se ahogan mientras intentan salvar a otra persona! Si alguien está en peligro, consiga ayuda de un socorrista o llame al 9-1-1.

ocfa.org • usla.org • ripcurrents.noaa.gov