

APUNTES DIDÁCTICOS

Compartiendo conocimientos para enriquecer nuestra tarea docente.



Campaña Latinoamericana de Seguridad Acuática NADI

AHOGAMIENTO INFANTIL: PREVENCIÓN POR CAPAS PARA FAMILIAS Y COMUNIDADES

Autora: Jaquí Esquitino

El **ahogamiento es rápido y silencioso**, pero se puede prevenir. Esta **guía clara y práctica** reúne acciones concretas para hogares, escuelas de natación y comunidades: supervisión activa, entornos seguros, educación acuática respetuosa y **RCP**. Cuando sumamos **capas de protección**, el disfrute del agua es más seguro para todos.

Cada año, miles de familias en nuestra región conviven con el agua en su vida cotidiana: piscinas, ríos, lagos, playas e incluso bañeras en casa. El riesgo no siempre está donde lo imaginamos: el ahogamiento sucede en cuestión de segundos y, la mayoría de las veces, sin gritos ni salpicaduras. Por eso, el abordaje debe ser comunitario: hablar de seguridad acuática salva vidas.

LA ESTRATEGIA MÁS EFECTIVA: PREVENCIÓN POR CAPAS

No existe una única medida “mágica”. Lo que funciona es sumar capas de protección para que, si una falla, otras mantengan a niñas, niños y adolescentes a salvo.

1

SUPERVISIÓN ACTIVA DE PERSONAS ADULTAS

- Siempre saber dónde están los niños.
- Cero distracciones: sin celular ni conversaciones largas cuando hay agua cerca.
- En reuniones, designar un “vigilante del agua” (adulto que se turna con otros y observa de forma exclusiva).
- Con niños pequeños o nadadores poco hábiles, a distancia de un brazo o dentro del agua con ellos.



APUNTES DIDÁCTICOS

Compartiendo conocimientos para enriquecer nuestra tarea docente.



2

ENTORNOS SEGUROS EN CASA Y EN CLUBES

- Piscinas cercadas en cuatro lados y con portón de cierre automático.
- Vaciar bañeras, cubetas y piscinas inflables después de usarlas.
- Mantener puertas de baño cerradas y accesos controlados.
- En embarcaciones, uso de chaleco salvavidas homologado.



3

EDUCACIÓN ACUÁTICA RESPETUOSA Y SIN TRAUMAS

- Desde el primer año pueden iniciarse procesos de adaptación al agua con profesionales.
- Aprender a nadar no elimina el riesgo, pero reduce la probabilidad de ahogamiento y enseña habilidades de supervivencia (flotar, alcanzar el borde, salir por sí mismos).
- La prioridad es disfrutar y respetar el agua, sin prácticas que generen miedo.



4

CAPACITACIÓN EN RCP (REANIMACIÓN CARDIO-PULMONAR)

- Cada minuto cuenta. Un adulto que sabe RCP puede sostener la vida hasta que llegue la emergencia.
- Promover la formación en familias, cuidadores, docentes, entrenadores y comunidad.

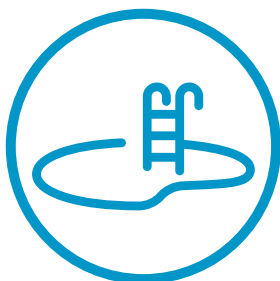
APUNTES DIDÁCTICOS

Compartiendo conocimientos para enriquecer nuestra tarea docente.



ESCENARIOS QUE REQUIEREN ATENCIÓN ESPECIAL

- **Piscinas privadas:** el escenario **más frecuente** en niños pequeños.
- **Bañeras:** en **menores de 1 año**, concentran gran parte de los casos.
- **Reuniones sociales:** “hay muchos adultos, alguien mira” suele convertirse en nadie supervisa.
- **Aguas abiertas** (playas, ríos, lagos): considerar olas, corrientes, mareas, profundidad y temperatura; **elegir zonas con guardavidas**.



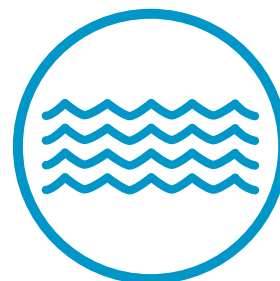
**PISCINAS
PRIVADAS**



BAÑERAS



**REUNIONES
SOCIALES**



**AGUAS
ABIERTAS**

Cuidado con las falsas seguridades. Flotadores o juguetes inflables no reemplazan la supervisión. Pueden dar confianza excesiva a los niños y a las familias.

Adolescentes, grupo de riesgo. Atención a alcohol, presión de pares y exceso de confianza, especialmente en aguas abiertas.

SI ALGUIEN ESTÁ EN PROBLEMAS: CÓMO AYUDAR CON SEGURIDAD

- 1 LANZA** (un objeto que flote)
- 2 ALCANZA** (con un elemento desde tierra firme)
- 3 NO TE LANCES** si no estás entrenado.

Llamar al servicio de emergencias y no perder de vista a la persona. Muchos rescatistas improvisados se convierten en víctimas: tu seguridad también es prioridad.

APUNTES DIDÁCTICOS

Compartiendo conocimientos para enriquecer nuestra tarea docente.



CONCLUSIÓN: CONSTRUIR UNA CULTURA DE AGUA

El ahogamiento sí es prevenible. Cada acción —vigilar, cercar, enseñar, capacitar— suma una capa de protección. Desde NADI impulsamos una cultura de cuidado que atraviese hogares, escuelas, clubes y gobiernos locales. La prevención se aprende, se practica y se comparte.



Súmate a la Campaña Latinoamericana de Seguridad Acuática NADI

Comparte este contenido con tu comunidad, invita a tu escuela de natación, organiza una charla o una capacitación en RCP y promueve entornos acuáticos más seguros.

SOBRE LA AUTORA

Jaquelina Esquitino es pionera en educación acuática en Hispanoamérica, con más de 35 años de experiencia formando profesionales y familias. Fundadora de la Red NADI y promotora de la Campaña Latinoamericana de Seguridad Acuática



2025, impulsa proyectos que defienden los derechos de la infancia en el agua. Conferencista internacional y consultora en innovación educativa, trabaja para crear una cultura de respeto y seguridad en torno al medio acuático.

REFERENCIAS

Centro de atención primaria- Boston Children's Hospital

<https://notegpt.io/share/594cdc6be>

<https://notegpt.io/share/b3bdb86d2>

<https://notegpt.io/share/bec84aced>

**NADI es la red de profesionales y centros de actividades acuáticas de Latinoamérica.*

Las colaboraciones firmadas NO reflejan necesariamente la opinión de la institución y las ideas y/u opiniones allí vertidas son exclusiva responsabilidad de los autores.-

Este apunte didáctico ha sido escrito por el autor/a para Red NADI. Queda expresamente prohibida la reproducción total o parcial, distribución o comunicación pública sin citar debidamente la fuente. Todos los derechos reservados.”. Octubre 2025