

FITXA DE FORMACIÓ

RECOMANACIONS PER A LA PREVENCIÓ DELS ACCIDENTS INFANTILS A LES PISCINES

La pràctica de la natació i el bany a les piscines són activitats saludables i divertides per als nens i nenes.

Però, malgrat això, no hem d'oblidar que l'aigua no és el medi natural de les persones. Els pares i educadors hem de ser conscients del risc que comporten les activitats aquàtiques.

Malauradament, cada any es produeix algun cas d'ofegament a les piscines públiques o privades i diversos casos de traumatismes ocasionats per caigudes accidentals.



La majoria d'accidents infantils a les piscines es poden evitar, seguint una sèrie de recomanacions.

RECOMANACIONS

1. Es convenient **ensenyar a nadar els nens el més aviat possible**. És una mesura que pot evitar els ofegaments.
2. **No deixeu els nens cap moment sols quan estiguin banyant-se o a l'entorn de la piscina**. Procureu que mai no quedi fora del vostre camp de visió mentre són a l'aigua.
3. Recordeu que només 2,5 cm de fondària són suficients per cobrir el nas i la boca d'un infant, si cau endavant.
4. Feu respectar **un mínim de dues hores, per banyar-se, després de menjar**.
5. **No permeteu que entrin de cop a l'aigua** la primera vegada que es banyen, després de menjar, d'haver estat molta estona al sol o d'haver fet un exercici físic intens.
6. **Eviteu que es tiren de cap** sense comprovar que la fondària és suficient i que no hi ha elements o persones contra els que poden xocar.
7. **Eviteu que els vostres fills juguin a donar-se empentes a la vora de la piscina**, a saltar l'un per sobre de l'altre, a enfonsar-se..etc, i feu que respectin les normes de seguretat de les instal·lacions.
8. Assegureu-vos que els **nens que no saben nadar duguin posat un dispositiu adaptat a cada edat**, per afavorir la flotabilitat.

Departament de Salut de la Generalitat.