



Guía

de primeros auxilios y RCP

para niños



El ahogamiento es una de las principales causas de emergencia en la infancia, pero una respuesta rápida y adecuada puede marcar la diferencia entre la vida y la muerte.

En Waterproof Swim Academy, nos comprometemos con la seguridad en el agua y brindamos conocimientos esenciales sobre primeros auxilios y reanimación cardiopulmonar (RCP) para niños.

Aprender estas técnicas es fundamental para actuar de manera efectiva en una emergencia acuática. En esta guía, te explicamos paso a paso cómo responder ante un caso de ahogamiento en niños.



1

Evaluación de la situación

Antes de intentar un rescate, es importante evaluar la situación y garantizar la seguridad tanto del rescatista como del niño afectado.



Evalúa el entorno para identificar riesgos como corrientes, profundidad o posibles obstáculos.



Llama de inmediato a emergencias para solicitar ayuda profesional.



Si el niño está consciente, anímalo a flotar y moverse hacia un lugar seguro.



No ingreses al agua sin preparación, a menos que tengas entrenamiento en rescate acuático.



2

Extracción de la Víctima



Si la víctima está flotando cerca, usa un objeto largo o flotante para acercarla a la orilla.



Si debes entrar al agua, hazlo con precaución y preferiblemente con algún equipo de flotación.



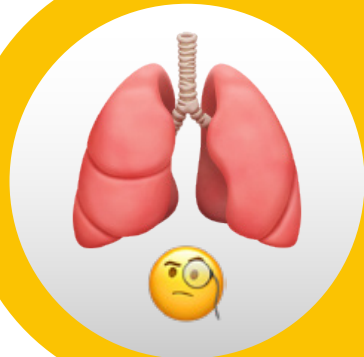
Una vez fuera del agua, colócala en una superficie estable y plana.



3

Evaluación de la Respiración y el Pulso

01



Inclina la cabeza de la persona hacia atrás para abrir la vía respiratoria.

02



Revisa si hay respiración normal durante un máximo de 10 segundos.

03



Si la persona respira, colócala en posición lateral de seguridad y monitorea su estado.

04



Si no respira, inicia la RCP de inmediato.

4

Aplicación de la RCP en niños de 1 año a la pubertad



1.

Comprueba la respuesta y la respiración

- Llama al niño y toca con firmeza sus hombros.
- Si no responde y no respira normalmente, pide ayuda inmediatamente o llama a emergencias.



2.

Comienza con 30 compresiones torácicas

- Coloca el talón de una mano en el centro del pecho.
- Aplica 30 compresiones firmes y rápidas, al menos 5 cm de profundidad (2 pulgadas).
- Mantén un ritmo de 100–120 compresiones por minuto.
- Permite que el pecho se eleve completamente entre compresión y compresión.



3.

Realiza 2 ventilaciones de rescate

- Inclina suavemente la cabeza hacia atrás y eleva el mentón.
- Cubre completamente la boca del niño con la tuya y aprieta la nariz con tus dedos.
- Da 2 insuflaciones lentas y efectivas (1 segundo cada una), observando que el pecho se eleve visiblemente.



4.

Repite el ciclo

- Continúa repitiendo 30 compresiones + 2 ventilaciones sin interrupción.
- Solo detente si el niño recupera la respiración o llega ayuda profesional.

Seguridad acuática: lo que todo padre debe saber

- El 88% de los ahogamientos infantiles ocurren con al menos un adulto presente.
- El 69% de los niños menores de 5 años que se ahogan lo hacen en piscinas residenciales.
- Un niño puede perder el conocimiento en menos de 30 segundos bajo el agua.

¿Qué podemos hacer?

- Nunca pierdas de vista a un niño en el agua, ni por un segundo.
- Enseña a nadar desde edades tempranas.
- Aprende RCP: es una herramienta que puede marcar la diferencia entre la vida y la muerte.



5o

Qué Hacer Después de la Reanimación



Si el niño recupera la respiración, manténlo abrigado y en posición estable hasta que llegue el servicio de emergencias.



Evita que se levante demasiado rápido para prevenir mareos.



Monitorea su estado constantemente.



6

Prevención de Accidentes Acuáticos en niños

Para evitar situaciones de emergencia, es clave implementar medidas de prevención:



Enseñar a nadar a los niños desde una edad temprana con instructores certificados.



Supervisión constante de un adulto en todo momento cuando los niños estén en el agua.



Usar chalecos salvavidas en piscinas, ríos o el mar.



Educar sobre seguridad acuática, como no correr cerca de la piscina y respetar las señales de advertencia.



Capacitarse en primeros auxilios y RCP, ya que saber actuar rápidamente puede salvar una vida.

Reflexión final



Saber cómo actuar ante una emergencia acuática es crucial para la seguridad infantil.

La capacitación en primeros auxilios y RCP no solo empodera a los cuidadores, sino que también ayuda a construir entornos más seguros.

Si deseas mejorar tus habilidades en seguridad acuática y aprender técnicas de rescate que pueden salvar vidas, en Waterproof Swim Academy te ofrecemos capacitación integral y un ambiente de aprendizaje seguro. ¡Inscríbete y sé parte de una comunidad que prioriza la seguridad en el agua!