

16º Congreso Argentino, 11º Latinoamericano y 3º Internacional Educación Física y Ciencias
Educación Física por venir. Saberes, prácticas y territorios en disputa

Prevención acuática en diferentes contextos; mensajes seguros hacia la comunidad

Débora Alesia, Villordo FaHCE - UNLP deboravillordo@gmail.com

Juana Luna, Tiburzio FaHCE - UNLP juanatiburzio@gmail.com

Ignacio Guillermo, Rodriguez FaHCE - UNLP nr996201@gmail.com

Valentina Maricel, Ramirez FaHCE - UNLP valentinaramirezzzz2104@gmail.com

Sofía Jazmín, Sastre FAHCE - UNLP sofiajsastre@gmail.com

Noe Juan Antonio, Perez Diaz FaHCE - UNLP nojuan2@gmail.com

Claudia Edith, Ybañez FaHCE - UNLP mamamaravilla1971@gmail.com

Pablo Julián, Desias julian.desias@gmail.com

Yamila Fiorella, Zappacosta FaHCE - UNLP zappacostayam@gmail.com

Resumen

Somos un grupo de estudiantes de 2do y 3er año de la carreras del profesorado y Licenciatura en Educación Física de la FaHCE - UNLP que, junto con la docente del eje natación 1, queremos presentar e invitar a reflexionar a la población sobre el tema de seguridad y prevención acuática en diferentes contextos.

Este tema es uno de los contenidos de la propuesta de enseñanza del eje y se desarrolla sobre el final de la cursada luego de haber visto los componentes de la enseñanza de natación infantil (ENI). Se abarca de manera conceptual y exponencial, donde primero hay una explicación de la profesora y luego los estudiantes, divididos en grupos, debemos elegir un contexto y desarrollar nuestros propios mensajes de seguridad y prevención, exponiéndolos ante nuestros compañeros.

Dentro de los temas elegidos, la diversidad de elección varió entre:

- Prevención acuática en ámbito de colonias.
- Prevención en espacios urbanos.
- Campaña de seguridad y prevención acuática en el contexto de ríos patagónicos, playas y mar.

- Campaña de seguridad en contextos domésticos

Desde un principio, el objetivo de los temas elegidos y desarrollados fue el de convertirlos en mensajes para la comunidad, anhelando que sea un proyecto de extensión desde la FaHCE, teniendo como preferencia a los barrios con cercanía a la costa del río, como así también a la comunidad en general. Coincidimos en que todos los contextos son importantes y si bien hay organismos que se ocupan de que la información llegue a la comunidad, sabemos que hacen falta más proyectos de gestión para tener un mayor alcance y así colaborar en la reducción de las estadísticas de muerte por esta causa.

Palabra claves: Seguridad acuática, prevención, contextos, comunidad

El ahogamiento. Una problemática social de gran magnitud.

La OMS (2024) indica que el ahogamiento es la tercera causa de muerte accidental en todo el mundo, con aproximadamente 300.000 víctimas al año, de las cuales más del 90 % se producen en países de ingresos bajos y medios. Además la asfixia por inmersión es la tercera causa de mortalidad en niños de 5 a 14 años, afecta de forma desproporcionada a la población rural infantil, y el 57 % corresponde a niños y adultos jóvenes de hasta 29 años, siendo los menores de 4 años quienes registran las tasas más altas.

Como se citó en Van Beeck, Branche, Szpilman, Modell y Bierens (2005) se define al ahogamiento como “el hecho de sufrir dificultades respiratorias como consecuencia de la sumersión o inmersión en un líquido” (López García et al., 2020). De forma similar, Szpilman (2005) lo describe como “aspiraciones de líquido no corporal por inmersión o sumersión” (López García et al., 2020).

Según la OMS (2024) hay factores de riesgo que llevan a las muertes por asfixia por inmersión. Entre ellos está la edad, donde los niños y niñas presentan un riesgo elevado de ahogamiento debido a su limitada capacidad para reconocer situaciones peligrosas, así como a la falta de habilidades acuáticas (recursos mínimos para poder flotar) y conocimientos sobre seguridad en el agua. Esta vulnerabilidad se ve acentuada cuando tienen acceso a entornos acuáticos sin la supervisión activa y constante de una persona adulta responsable. Otro de los factores es el sexo; los hombres tienen un riesgo muchísimo mayor de ahogarse (aproximadamente dos veces más que las mujeres) y de necesitar hospitalización después de un incidente. Esto se debe a que pasan más tiempo en el agua y suelen hacer cosas más riesgosas, como nadar sin compañía, consumir alcohol antes de entrar al agua o usar embarcaciones sin las medidas de seguridad adecuadas y sin saber nadar. Se mencionan

también la pobreza y la desigualdad; el ahogamiento afecta de manera desproporcionada a las personas que viven en condiciones de pobreza y marginación. En los países de ingresos bajos y medianos, las actividades cotidianas como bañarse, lavar ropa o recolectar agua en estanques, ríos, lagos o pozos abiertos implican una mayor exposición al agua. Esta constante interacción con cuerpos de agua incrementa el riesgo de ahogamiento en estas poblaciones vulnerables y por último, dentro de los más relevantes, están los riesgos relacionados con el clima; el cambio climático está provocando un aumento en la frecuencia de fenómenos meteorológicos extremos, como inundaciones y olas de calor. Durante inundaciones catastróficas, aproximadamente el 75 % de las muertes se deben a ahogamientos. Este riesgo es particularmente alto en países de ingresos bajos y medianos, donde los sistemas de alerta temprana y las infraestructuras para mitigar las inundaciones son insuficientes o están poco desarrollados. Las olas de calor incrementan el riesgo de ahogamiento, ya que, al aumentar las temperaturas, más personas buscan refrescarse en espejos de agua y pasan más tiempo en ellos, lo que incrementa la probabilidad de accidentes.

Teniendo en cuenta esta información explicaremos los diferentes contextos acuáticos en los cuales, desde la Educación Física, aplicaremos prevención y seguridad acuática, generando mensajes sobre el uso apropiado de los mismos.

Actualmente hay mucha más conciencia en el uso de estos espacios, pero aún así, sigue siendo insuficiente el criterio de prevención y de uso responsable. Consideramos que la falta de información, la poca reglamentación y la escasa supervisión en el uso de estos lugares hace que sucedan tragedias o accidentes que podrían haberse evitado.

Nuestro rol como educadores no solo se centrará en ser reactivos ante estas situaciones que ponen en riesgo la salud y vida de los ciudadanos de diferentes rangos etarios, sino que debe ser de carácter preventivo acercando la información a la comunidad sin perder de vista el contexto socioeconómico de quienes lo reciben.

¿Dónde aplicamos la prevención?

Antes de la explicación de los contextos definamos prevención acuática. Palacios (1998), entendió la prevención acuática como “Conjunto de preparativos que se disponen con anticipación para advertir, evitar o impedir un desagradable suceso o accidente, en cualquier tipo de espacios acuáticos (naturales o artificiales), en sus entornos y en las actividades relacionadas con ellos”, citado en Palacios y Barcala (2009). Todo acto de prevención se lleva adelante con medidas y mensajes de seguridad concretos evitando limitarse solamente al

saber nadar sino que podamos transmitir aptitudes y conocimientos más profundos que los simples movimientos básicos de natación. Hay que enseñar a los niños a nadar con toda seguridad en aguas libres, a que identifiquen riesgos como las rocas y las corrientes de retorno. (UNICEF, 2012: 77)

La seguridad acuática será el vehículo que nos conecte con la comunidad informando sobre cómo desenvolverse en los diferentes medios acuáticos y/o en otros contextos. También permitirá que puedan tomar buenas decisiones por el hecho de estar informados y así poder disfrutar de cualquier medio acuático.

Los diferentes contextos donde aplicaremos los mensajes de prevención son:

- En el ámbito doméstico
- En el ámbito comercial
- En piletas semi olímpicas - olímpicas
- En colonias de vacaciones
- En espacios urbanos

En diferentes espejos de agua naturales

- Ríos
- Mares
- Lagos - canteras - tosqueras
- Lagunas

Si bien en la ponencia no explicaremos todos los contextos, señalaremos los más relevantes ya que en el marco de la cursada hicimos diferentes presentaciones, cada una inmersa en distintos intereses, subjetividades y realidades.

La experiencia de organizar una propuesta informativa para la sociedad. Hablan los estudiantes

Estudiante Juana: Lagos y playas, medidas de prevención.

El propósito de la campaña establece reducir incidentes y ahogamientos en lagos patagónicos mediante educación preventiva y prácticas seguras, concientizando sobre los riesgos propios del ambiente lacustre patagónico siendo estos el frío, los vientos cambiantes las corrientes en desembocaduras, los tipos de suelo, entre otros. El público al que está dirigida la campaña engloba turistas nacionales y extranjeros que visitan los lagos, familias locales y niños que usan las playas y costas, embarcaciones recreativas, kayakistas y operadores turísticos, escuelas y profesores de Educación Física de la región.

Se buscará promover en los turistas la adopción de medidas simples como el uso de un chaleco salvavidas en caso de subir a una embarcación, un chequeo meteorológico, la supervisión de los niños, respetar la indicación de las playas habilitadas y no zambullirse desde muelles no autorizados.

Estudiante Ignacio: Prevención en el mar: prepárate, previene y disfruta.

La prevención acuática en el mar incluye conocer y respetar las condiciones de la playa, del clima, de las mareas de las corrientes como así también la comprensión del código de bandera de nuestro país y fundamentalmente reconocer y valorar a la figura del guardavidas como un agente de seguridad dado que al acceder a una playa lo primero que debemos hacer es visibilizar su presencia. Entre las recomendaciones principales se mencionan que, previo a introducirse al agua hay que fijarse que las condiciones del mar sean adecuadas, consultando el pronóstico del tiempo antes de bajar a la playa y que sea una zona segura para bañarse, evitando rocas, corrientes, o zona con embarcaciones. A los nadadores se les recomienda nadar paralelo a la costa y nunca nadar solos. Siempre deben dar aviso al guardavidas e ir con un elemento de seguridad ya sea un torpedo, rosca o boya flotante. En períodos de vacaciones los turistas suelen relajarse y tener hábitos que pueden perjudicar las conductas en la playa como por ejemplo el consumo de bebidas alcohólicas y la ingesta constante de alimentos de todo tipo. Ante el consumo de alcohol se desaconseja que lo hagan, ya que reduce las capacidades de reacción y altera nuestra conducta habitual. Y en caso de que quieras subirte a una embarcación es importante que uses y exijas el chaleco salvavidas.

Pienso que la prevención no debe limitarse a la reacción frente a los accidentes, sino comprender una visión integral de la seguridad marítima, que articule educación ciudadana, políticas públicas, capacitación profesional y responsabilidad individual.

Estudiante Valentina: Conductas dentro y fuera del mar, herramientas de prevención.

Aspiramos a dar cuenta del sentido utilitario y educativo de incluir en nuestros espacios de formación, contenidos que contemplen las situaciones de la vida cotidiana de las niñeces. Tomando como referencia al mar como espacio de agua natural, podemos decir que es altamente frecuentado como opción vacacional y por eso buscamos orientar a la comunidad hacia la toma de decisiones conscientes que los alejen del peligro mediante medidas de seguridad y prevención acuática, partiendo de la importancia de la asistencia a playas o balnearios con servicio de guardavidas y la toma de conciencia colectiva por el rol educativo-preventivo de los adultos hacia las niñeces, en este contexto. Los mensajes más

importantes que tendrá la campaña estarán orientados a la supervisión parental en las playas, al acompañamiento constante ya sea en juegos de arena como el acercamiento a la orilla. El cuidado del cuerpo propio y de los niños ante la exposición del sol. También se orientarán hacia el cuidado del medio ambiente, en este caso la playa y el mar haciendo uso responsable de nuestros residuos, entre otros aspectos.

Estudiantes Noé y Claudia: La prevención en casa.

En los espacios domésticos la prevención es parental y propia de los adultos. En las casas hay diferentes tipos de piletas con distintas dimensiones, ya sean de lona, inflables, de fibra de cemento, de material, de plástico, pero por sobre ellas se deben dar indicaciones que incluyan las cuestiones climáticas, de infraestructura propia como ser que estén cercadas, chequear el buen funcionamiento de los sistemas de mantenimiento: barrefondo, luces, bombas y si en esa casa hay menores de edad y no estamos en condiciones de supervisar, asegurarse que todas las puertas o aberturas estén cerradas. También daremos recomendaciones de las formas de moverse en las piletas, evitando así accidentes que pueden poner en riesgo nuestra vida y la de los demás como por ejemplo: entrar con saltos mortales, o subirse a una esquina de la pileta de lona y saltar, entre otros. Mediante consejos reforzamos que si estamos al cuidado de alguien en estos espacios, se debe limitar el uso del celular y que si un adulto quiere ingresar a refrescarse o a nadar y se encuentra solo, debe dar aviso a alguien que esté en el domicilio. En caso que no haya nadie, postergar ese ingreso.

En nuestra campaña, más allá de describir los diferentes tipos de piletas que pueden verse en las casas, hicimos un punteo de acciones positivas para acercar a la comunidad parental iniciando así el camino de la prevención doméstica consciente.

Estudiantes Julián y Yamila: Campaña de prevención en colonias de vacaciones infantiles.

La propuesta se enfocó en las colonias de verano, espacios donde conviven la recreación y las actividades acuáticas. A partir de lo trabajado en la cursada y de experiencias compartidas, coincidimos en que el tiempo de actividades acuáticas se limita siempre a lo recreativo cuando podrían ser espacios utilitarios principalmente y también lúdicos. Sucede que se delegan responsabilidades en personas sin las herramientas necesarias como por ejemplo, enseñar a flotar a un niño, enseñarles las formas permitidas de desenvolverse en estos espacios; lo que está permitido y lo que no. Ante la falta de estas intervenciones se genera una desorganización y un aumento de los accidentes que han sido desde leves, hasta fatales. Consideramos en nuestra campaña que la prevención inicie desde esa primera

entrevista que tienen los padres donde inviten a los dueños y coordinadores de colonia a pensar sobre los espacios acuáticos en sus colonias y generar actividades acerca del uso correcto de ellos con los docentes y niños, previo al ingreso de los mismos.

Día mundial para la prevención de los Ahogamientos

El día Mundial para la Prevención de los Ahogamientos se celebra cada año el 25 de julio, y fue establecido por la Asamblea General de las Naciones Unidas en abril de 2021 a través de una resolución oficial (A/RES/75/273).

En dicha resolución, la asamblea General de la ONU reafirma su compromiso con los Objetivos de desarrollo Sostenible (ODS) y destaca la urgencia de abordar el problema de los ahogamientos, que son responsables de mas de 2,5 millones de muertes evitables en la última década (Naciones Unidas, 2021, párr. 9). También resalta que la mayoría de estas muertes ocurren en países con ingresos bajos y medianos, con África y Asia como las regiones más afectadas.(Naciones Unidas, 2021, párr. 10) y que no tiene en cuenta los datos que arrojan las catástrofes climáticas como las que suceden desde embarcaciones, agregando que tal vez, las estadísticas sean aún mayores.

La resolución resalta que la prevención de los ahogamientos es una medida esencial para mejorar la resiliencia de las comunidades y para lograr el desarrollo sostenible, al tiempo que aboga por la coordinación entre actores globales para combatir este problema (Naciones Unidas, 2021, párr. 15). Al adoptar políticas multisectoriales y coordinadas, los Estados miembros pueden reducir significativamente el impacto de los ahogamientos y mejorar la seguridad en el agua a nivel mundial.

Imaginando que sea real. Poniendo las campañas en acción

Ante la descripción de las propuestas hemos ido para adelante pensando de qué manera, en un futuro, estas campañas podrían concretarse.

Consideramos importante la organización de un proyecto donde se ordene y organice la información y el plan de trabajo tomando una zona de la ciudad de La Plata, como punto de partida. Entendemos que la desigualdad social nos atraviesa a la hora de tomar decisiones dado que no es el mismo el contexto socio cultural para una persona de la zona patagónica o para aquel que vive en la zona costera de nuestro país, a aquel que vive en la norte de la ciudad de La Plata con el contexto socioeconómico que ello refiere, a alguien de zona sur de nuestra ciudad como así también hay una diferencia importante entre quienes tienen acceso a

pileta en su propia casa, acceso a clases de natación desde su infancia o en la escuela, viajes a zonas donde pueden acercarse al mar; y entre quienes la única opción de experimentar el medio acuático es el Río de La Plata en temporada alta o una cantera abandonada, con la alta peligrosidad que ello conlleva.

Ante este panorama nuestras propuestas fueron pensadas e imaginadas bajo distintas formas de difusión y alcance ya sea mediante campañas previas a la temporada, con la colocación de gazebos en la vía pública en zonas de accesos al Río de la Plata; colocación de enlaces de accesos público mediante códigos qr que nos enlacen a recomendaciones en plataformas digitales referidos al espacio al que se está por acceder ya sea playa de río, playa de mar, pileta pública, lagos, lagunas, etc o clases dadas en contexto de colonia de vacaciones donde los niños se apropien de estos saberes y los compartan a su entorno al finalizar los mismos. También pensamos en iniciar con los mensajes en las escuelas primarias y secundarias, desde la mirada de la educación física. Por ejemplo, Valentina nos cuenta en relación a su campaña de mar que está pensada para ser desarrollada en un contexto escolar de niños/as de 7 a 8 años, donde recibirán un folleto diseñado para ser completado por ellos/as mismos/as con la información que anteriormente les hayamos transmitido acerca de las precauciones a tener en cuenta en este contexto, el desenlace de esta campaña se trata de un encuentro familiar donde los niños comparten la información del primer encuentro a sus adultos responsables y les mostramos a los padres cómo prevenir circunstancias de riesgo, amenazas sobre la salud de sus niños y hasta el desenlace fatal del ahogamiento.

En el caso de la campaña de Julián y Yamila ellos proponen que las familias cuenten con un kit de preguntas que irán desde la habilitación de la pileta, presencia de guardavidas, protocolos de emergencia y que aseguren condiciones seguras para que los niños y niñas puedan divertirse de manera segura en la colonia. Luego un trabajo didáctico entre los docentes y los colonos donde los grupos de mayor edad generen un acuerdo de convivencia para la pileta con lo que está permitido y con lo que no y que luego pasen por los demás grupos a contarlos. Generaremos dibujos y folletos para que puedan ser vistos por todos los usuarios de ese espacio garantizando la diversión segura.

En la campaña de Noé y Claudia, mediante folletos y la creación de un Instagram, se pondrán en las puertas de las escuelas, supermercados, entidades bancarias, cines entre otros espacios donde el flujo de gente adulta esté garantizado. En sus folletos aparecerán indicaciones de este tipo:

¿Qué se recomienda?

- Tener las piletas cercadas, con puerta y traba interna mas candado.

- Chequear el estado del agua, no desestimar conocer la temperatura.
- Si está al cuidado de alguien, deje el celular por ese instante.
- Al salir, extraer juguetes o elementos que llamen la atención de los niños/as y más aún en piletas no cercadas.
- Evitar correr y zambullirse de cualquier manera.
- Evitar el uso de materiales inflables para la flotación, sin supervisión.
- Enseñarles a pedir ayuda en caso de que estén sin supervisión parental cercana y ocurra un accidente.
- A los adultos se les recomienda nunca entrar solos a la pileta.
- Evitar la ingesta de alcohol antes y durante el ingreso al agua y más aún si están al cuidado de niños.
- Evitar las horas no recomendadas de exposición al sol y siempre usar protector solar.
- En caso de tormentas eléctricas, retirarse del lugar y resguardarse.

Y en la campaña de Juana, si bien su contexto es por fuera de la ciudad sabemos que hay mucha población que elige el sur del país para vacacionar o recrearse, por lo que busca diseñar e implementar un programa local/regional de prevención de accidentes y ahogamientos en playas y lagos patagónicos que combine: educación comunitaria en escuelas, turismo, clubes náuticos, despliegue y coordinación con guardavidas y con la Prefectura, señalización y una campaña de comunicación tales como redes, radio o cartelería. El programa se establece mediante talleres presenciales para docentes, guardavidas y guías turísticos: señales de peligro, cómo enseñar a bañistas rcp básica y uso de chaleco salvavidas, en coordinación con Prefectura y Cruz Roja, siendo esta el principal organismo humanitario; talleres en escuelas primarias sobre reglas del agua, qué hacer si alguien se encuentra en peligro, y por qué el agua fría aumenta riesgos; y la formación a prestadores turísticos sobre checklist de embarcaciones, chalecos aprobados, plan de navegación, reporte de salidas. El objetivo entonces consiste en reducir incidentes y comportamientos de riesgo en zonas de baño en las próximas temporadas turísticas, entendiéndolo como una meta local, ajustable. Nuestras propuestas fueron pensadas e imaginadas bajo distintas formas de difusión y alcance ya sea mediante campañas en temporada con la colocación de gazebos en la vía pública, en zonas de accesos al Río de la Plata; colocación de enlaces de accesos público mediante códigos qr a recomendaciones en plataformas digitales referidos al espacio al que se está por acceder ya sea playa, pileta pública, lagos, lagunas, etc o clases dadas en contexto de colonia

de vacaciones donde los niños se apropien de estos saberes y los compartan a su entorno al finalizar los mismos.

Apostamos a que los organismos de control tanto provinciales como municipales en este caso brinden las señalizaciones correspondientes a la comunidad y que estas se hagan respetar, como por ejemplo que las canteras o tosqueras con agua, no son espacios seguros de baño ni recreación, que las fuentes no son dispensers confiables de agua como así también reforzar los avisos de alertas ante tormentas o eventualidades climáticas y que hacer en caso de que eso suceda.

Reflexiones finales

Este trabajo nos permitió tomar conciencia del valor de la prevención acuática como una herramienta educativa clave para reducir accidentes y muertes evitables. A través del desarrollo de campañas en distintos contextos, comprendimos que la información debe adaptarse a las realidades socioeconómicas y geográficas de cada comunidad.

Como estudiantes de una carrera con diversos campos de estudio y teniendo en cuenta las estadísticas de ahogamientos a nivel mundial y local es que queremos asumir el compromiso de llevar estos saberes a la gente, especialmente a zonas con mayor vulnerabilidad, donde el acceso a espacios acuáticos suele darse en condiciones poco seguras.

En sintonía con la resolución de las Naciones Unidas (2018) creemos que la prevención no debe limitarse al saber nadar, sino incluir conocimientos sobre conductas seguras, uso de elementos de protección, instruir al ciudadano sobre maniobras de rescate urbano como así también fomentar la supervisión parental responsable. Proyectos de extensión, como los que imaginamos, pueden ser una forma concreta de acercar esta información a la comunidad y colaborar con la reducción de las estadísticas.

Bibliografía

- López García, S., Díez Fernández, P., Amatria Jiménez, M., Maneiro Dios, R., Abelairas Gómez, C., Moral García, J. E. (2020). *El ahogamiento como principal causa de muerte en las primeras etapas de la vida, el docente como interviniente para la educación y su prevención / Drowning as the main cause of death in the first stages*

of life, teachers as active participators in education and its prevention. Universidad Pontificia de Salamanca; Universidad de Santiago de Compostela.

- Naciones Unidas. (2021, abril 28). *Prevención de los ahogamientos a nivel mundial* (A/RES/75/273). Asamblea General. <https://undocs.org/A/RES/75/273>
- Organización Mundial de la Salud. (2024). *Ahogamientos*. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/drowning>
- Palacios, J. y Barcala, R. (2008). Socorrismo acuático profesional. Formación para la prevención y la intervención ante accidentes en el medio acuático. A Coruña. Publicaciones Didácticas SADEGA.
- Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Educación Física. (2024). Educación física II (Programa del curso). Ron, Osvaldo Omar