



# TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA & *La Seguridad en el Agua*

*Una guía de concientización para familias,  
cuidadores y profesionales acerca de los  
peligros de los cuerpos de agua y los individuos  
con Trastorno del Espectro Autista.*


# Comprendiendo el Trastorno del Espectro Autista

El Trastorno del Espectro Autista es una discapacidad neurológica que afecta la comprensión del lenguaje, la habilidad de la persona a comunicarse y dificultad para socializar e interaccionar con otros niños y adultos. Los primeros signos de Autismo aparecen como atrasos en el desarrollo antes de los 3 años.

Cada persona con Autismo es diferente. Sin embargo, existen características en común en individuos que padecen Autismo:

- Dificultad en la comunicación y entendimiento del **lenguaje**
- Dificultad en el uso de **destrezas sociales** para la solución de problemas
- **Mucha o poca sensibilidad** en los sentidos: visión, olfato, tacto y gusto
- **Conductas repetitivas** como dar vueltas en el mismo lugar, alineamiento de objetos
- **Dificultad para adaptarse a los cambios** en las rutinas y medio ambiente inmediato
- **Conductas desafiantes** como agresión y automutilación





*¿Qué deben saber las familias,  
cuidadores y profesionales acerca de  
las Personas diagnosticadas  
con autismo?*

Las personas con autismo tienen una fuerte atracción hacia el agua. Por tal razón, las personas con autismo se encuentran en un alto riesgo de ahogo y/o de sufrir una muerte no intencionada. Contrario a sus compañeros típicos, el riesgo de ahogo o de sufrir una muerte no intencionada no disminuye con la edad. Los expertos no comprenden el por qué la persona con autismo tiene una fascinación hacia el agua. Sin embargo, los expertos advierten a las familias, cuidadores y profesionales a estar vigilantes cuando se percaten que existe un cuerpo de agua cercano al área donde se encuentra la persona con autismo. Los expertos también sugieren que se tomen de ante mano medidas de seguridad para minimizar los factores de riesgo. **Una persona puede comenzar a ahogarse dentro de los primeros 20 segundos de haber tenido contacto con el agua en una profundidad menor de 2 pulgadas.**



# Minimizando los Riesgos

Las familias, cuidadores y profesionales deben de tomar tiempo para identificar y minimizar factores de riesgo potenciales a que una persona sufra de ahogo o muerte repentina. Algunas sugerencias incluyen:

- **Identificar y estar conscientes de los cuerpos de agua** – una persona con autismo está en contacto diario con bañeras, piscinas, cuerpos de agua como lagos, etc.



- Nunca deje objetos cerca del área de la piscina que puedan atraer la atención de la persona con autismo para intentar alcanzarlos
- Asegúrese que la persona con Autismo aprenda a nadar y que el currículo de la escuela de natación incluya **seguridad en el agua y destrezas de supervivencia acuática**.





- **Tenga reglas y direcciones en relación a la actividad de nado** en una forma que pueda ser fácil de entender por una persona con autismo. Por ejemplo, el uso de imágenes, instrucciones simples y concretas e historias son algunas de las formas en que la persona con autismo puede entender las reglas acerca de la actividad de nado.
- Colocar **equipos de seguridad**
  - Asegure las puertas que dan acceso a la piscina y/o cuerpo de agua instalando una cerca de malla
  - Instale una verja con puertas de cierre automático ya que reducen el riesgo a que el niño(a) se ahogue hasta en un 83%
  - Instale alarmas a las puertas que conducen hacia la piscina o cuerpo de agua.
- **Utilizar chalecos salvavidas** que se ajusten adecuadamente a la persona con autismo según su peso y estatura. Flotadores inflables para los brazos o fideos para la piscina no deben de ser utilizados como sustituto del chaleco salvavidas.



# Conozca las Señales

Identifique las **primeras señales** de ahogo:

- **Inhabilidad para hacer ruidos y pedir ayuda**<sup>6</sup>. El niño (a) no tiene tiempo de exhalar, inhalar y gritar por ayuda debido al corto tiempo que su boca se encuentra sobre la superficie del agua antes de que vuelva a hundirse.
- **Posición vertical en el agua sin evidencia que puede chapalear**<sup>6</sup>. Esta conducta puede durar por unos 20 a 60 segundos antes de que el niño(a) se hunda en el agua.
- **Inhabilidad de poner sus brazos por encima del agua para solicitar ayuda**<sup>6</sup>. Un niño(a) que está ahogándose, instintivamente pone sus brazos hacia arriba o hacia los lados y se impulsa en un intento de poder mantener su boca por encima de la superficie.
- **El niño(a) tiene su cabeza recostada hacia el frente o hacia el lado con su boca al nivel del agua**<sup>6</sup> (puede parecer que está mirando hacia el cielo)
- **Mirada vidriosa o desenfocada u ojos cerrados**<sup>6</sup>
- **Pelo sobre sus ojos o frente**<sup>6</sup>

El hecho de que una persona haya sido rescatada de ser ahogada, no significa que una pequeña porción de agua haya entrado a los pulmones y pueda causar “ahogamiento seco”. La persona debe ser monitoreada por los días subsiguientes del incidente de ahogo. Si algunos de los siguientes síntomas son identificados, debe de **buscar atención médica de inmediato**:

- Dolor en el pecho<sup>7</sup>
- Tos persistente<sup>7</sup>
- Dificultad para respirar<sup>7</sup>
- Falta de energía y cambios de estado de ánimo repentinos<sup>7</sup>
- Cambios en el color de la piel o sudoración<sup>7</sup>



# *Familiares y cuidadores: Ustedes son los Salvavidas Principales*

Una supervisión adulta adecuada es la forma más efectiva de prevención de ahogo. USTED puede ayudar a una persona con Autismo a mantenerse fuera de peligro siguiendo las siguientes recomendaciones:

## **1. Supervisión Constante**

- NUNCA se debe permitir a un niño (a) nadar sin supervisión<sup>8, 9</sup>. Debe asegurarse que cada niño (a) tenga un adulto asignado(a) para supervisar(a) (independientemente si el niño(a) ha tomado clases de natación). No se debe asumir que otros adultos (incluyendo a un salvavidas profesional) está vigilando a su niño (a) a menos que usted personalmente le haya preguntado.
- Practique supervisión cercana con el niño(a), usted no debe estar más lejos de un brazo de distancia de su hijo(a).



## 2. Mantener un Lugar Libre de Distracciones

- No realice otras actividades como hablar con los demás, leer, usar su teléfono o comer mientras supervisa a un niño/a en el agua. Una persona puede comenzar a ahogarse en cuestión de segundos.



## 3. Certificación de CPR

- Alrededor de un 70% de los niños (as) víctimas de ahogo han recibido CPR<sup>4</sup> inmediatamente. El comenzar CPR de inmediato puede mejorar significativamente la oportunidad de una víctima de ahogo a sobrevivir el incidente. Existen un sin número de entidades locales que ofrecen cursos cortos y básicos de CPR como la Cruz Roja y la YMCA.







## *Personal de Recreación*

- Siempre incorpore destrezas de seguridad en el agua y destrezas de auto rescate al ofrecer clases de natación.
- Motive a los padres o cuidadores de niños (as) con Trastorno del Espectro Autista a comenzar clases de natación a temprana edad
- Infórmese con los padres o cuidadores acerca de las necesidades sensoriales y de comunicación del niño (a) con autismo
- Asegúrese que los niños (as) con Autismo siempre tengan una supervisión adecuada.
- Tenga reglas específicas para la natación. Las reglas deben estar escritas en un lenguaje simple, concreto e incluir fotos ilustrativas de las reglas. De esta forma, las reglas están clarificadas para el entendimiento de todos.





## *Personal de Primeros Auxilios*

- Abogar por un sistema de rastreo como “Project Lifesaver o Safety Net” para ser implementado en su condado. Si el condado ya tiene un sistema de rastreo, motive a los padres y cuidadores a que se inscriban en el programa.
- En caso de que el niño(a) se haya escapado, asegúrese de identificar todos los cuerpos de agua que quedan cerca en el área y realice una búsqueda exhaustiva del niño(a) en los cuerpos de agua cercanos<sup>2</sup>. Un individuo con Autismo puede esconderse debajo del agua y no responder al ser llamado.
- En situaciones dónde el niño(a) estuvo cerca de ahogarse, favor de proveer información a los padres acerca del ahogo seco “dry drowning”.



## Recursos Adicionales

[www.ndpa.org](http://www.ndpa.org) – National Drowning Prevention Alliance

[www.redcross.org/prepare/disaster/water-safety](http://www.redcross.org/prepare/disaster/water-safety) – La Cruz Roja provee sugerencias de seguridad en el agua y clases de natación.

[www.cdc.gov/healthywater/swimming/protection/index.html](http://www.cdc.gov/healthywater/swimming/protection/index.html) – CDC provee información acerca de seguridad en el agua.

[www.safekids.org/watersafety](http://www.safekids.org/watersafety) – Safe Kids Worldwide provee recursos de seguridad en el agua a familias y profesionales en los idiomas inglés y español.

Favor de visitar la sección acerca de la seguridad en nuestra página de internet dónde encontrará recursos acerca de seguridad en el agua, estrategias, historias acerca de experiencias sociales y clases: <https://usf.to/CARDautismsafety>

El personal en CARD USF se encuentra disponible para proveer asistencia técnica y entrenamiento a profesionales en el campo de la seguridad en el agua (ej: personal de recreación y primeros auxilios). Además CARD-USF puede proveer consultoría y recursos a padres y cuidadores de personas con Autismo.

## Referencias:

1. Shavelle, R. M., Strauss, D. J., & Pickett, J. (2001). Causes of death in autism. *Journal of autism and developmental disorders*, 31(6), 569-576.
2. Scott, J. (2014). *Keeping children and youth with asd safe from unintentional injuries: Parents, you are the safety captains*. Paper presented at the 21st Annual Statewide CARD Conference, Orlando, Florida.
3. Berger, E. (2013, June 6). *Drowning: first aid for a child*. Recuperado de <https://www.aboutkidshealth.ca/> en Mayo 2014.
4. Girasek, D. C. (2011). Evaluation of a brief intervention designed to increase CPR training among pregnant pool owners. *Health education research*, 26(4), 689-697.
5. American Red Cross. (2014). *Life Jackets Aren't Just for Boats*. Recuperado de <https://www.redcross.org/> en Mayo 2014.
6. 8 quiet signs of someone drowning. (2011). *Reader's Digest*, Recuperado de <https://www.rd.com/> en Mayo 2014.
7. Jákupsstovu, R. (2011, July 03). How to spot symptoms of dry and delayed drowning. *Swimmer's Daily*, Recuperado de <http://www.swimmersdaily.com/2011/07/03/how-to-spot-symptomsof-dry-and-delayed-drowning/>
8. Petrass, L. A., Blitvich, J. D., & Finch, C. F. (2011). Observations of caregiver supervision of children at beaches: identification of factors associated with high supervision. *Injury prevention*, 17(4), 244-249.
9. Petrass, L. A., Blitvich, J. D., & Finch, C. F. (2011). Self-Reported Supervisory Behavior and Beliefs vs. Actual Observations of Caregiver Behavior at Beaches. *International Journal of Aquatic Research & Education*, 5(2).
10. American Red Cross. (2014, May 12). *Red cross releases water safety tips*. Recuperado de <https://www.redcross.org/> en Mayo 2014.



## *Primera Alternativa de Apoyo para el Autismo en la Florida*

El Centro para el Autismo y otras Discapacidades Relacionadas (CARD por sus siglas en inglés) provee apoyo y asistencia con la meta de optimizar el potencial de las personas con trastorno del espectro autista (TEA) y discapacidades relacionadas.

[card-usf.fmhi.usf.edu](http://card-usf.fmhi.usf.edu)

---



CENTER FOR AUTISM &  
RELATED DISABILITIES AT USF  
College of Behavioral & Community Sciences  
University of South Florida  
13301 Bruce B. Downs Blvd., MHC 2113A  
Tampa, FL 33612

En la Florida: 1-800-333-4530 o 813-974-2532

*Un Programa de*

