

MEDIDAS DE PREVENCIÓN EN ÁREAS ACUÁTICAS.
PREVENTION MEASURES IN AQUATIC AREAS.
BAÑISTAS / BATHERS



Bandera roja significa prohibido el baño. / Red Flag means: "No swimming".



Bandera amarilla significa: baño con precaución. / Yellow flag means: "Precaution when swimming".



Bandera verde significa: buenas condiciones para el baño. / Green flag means: "Good conditions for swimming".



Es necesario conocer el lugar donde te bañas. / You need to know the place where you are bathing.



Nunca hay que bañarse solo. / Never bathe alone.



Nunca hay que alejarse de la orilla en espacios acuáticos naturales. / Never go far from the shore.



Hay que mojarse antes de entrar al agua. / Wet yourself before you get into the water.



Hay que evitar las comidas abundantes antes del baño. / Avoid abundant meals before bathing.



Hay que evitar la exposición prolongada al sol. / Avoid long sun exposures.



Hay que vigilar de cerca a los niños pequeños. / Watch the children close and carefully.



No hay que bañarse si se siente mucho frío o cansancio. / Do not bathe if you feel too cool or tired.



Hay que entrar al agua con cuidado. / Be careful when entering the water.



Hay que beber agua cada cierto tiempo cuando hace mucho calor. / Drink water regularly.



En la piscina y en la playa, hay que respetar las normas e indicaciones del servicio de socorrismo. / In the swimming pool and at the beach, respect the rules and lifesaving service warnings.



Hay que pedir ayuda cuando se ve a algún bañista en peligro. / If you see someone in danger, ask for help.



Hay que conservar la calma si es uno mismo quien está en peligro. / If you are in danger, keep calm.



Hay que recordar que el número de emergencia es el 112. / Emergency number: 112.



Todas las personas deberían saber hacer la RCP básica. / Do a RCP basic.