

# SEGURIDAD COSTERA

## GUÍA DE REFERENCIA RÁPIDA

### TRES CLAVES DE LA SEGURIDAD



1. **Respete el océano** / las aguas abiertas
2. **Mantente pendiente** en la orilla
3. **Toma un Momento:** Protéjase usted **antes** de salvar a otras personas

### APRENDA SOBRE POSIBLES RIESGOS



- Olas Sorpresa
  - Olas Rompientes
  - Corrientes Marinas
  - Olas Potentes
  - Corrientes Peligrosas
  - Aguas Frías
  - Acentilados Empinados
  - Embarcaderos y Muelles
  - Bancos de arena
- Vea “Recursos Adicionales”

### AL LLEGAR: ESTUDIE EL LUGAR Y CREA UN PLAN



Desde un lugar seguro alejado de la orilla, estudie la zona y crea un plan con tu familia y amigos:

- **Estudia el lugar**, observando las condiciones del tiempo y las aguas, ya que estas cambian siempre en la orilla
- **Conozca el nombre de la playa** en la que estás
- **Localiza los salvavidas y elija playas con salvavidas** si tienes intención de entrar en el agua
- **Determina dónde encontrar ayuda** y una **ruta de escape segura** de la playa

### SI VE A ALGUIEN EN PELIGRO



Antes de actuar, “**Toma un Momento**” - una pausa rápida para determinar la mejor acción y protegerse a uno mismo antes de ayudar a otros:

- **Señale a un salvavidas** u otro adulto para llamar al 911
- **Busca un objeto que flote** para tirar a la persona en peligro o ayudarte llegar a ellos mientras te mantienes seguro en la orilla
- **No pierda de vista a la víctima**
- **Nunca entre en el agua** sin un dispositivo de flotación, formación adecuada o ayuda adicional

### ANTES DE IR: ¿QUÉ LLEVAR?



- Información del tiempo, el agua y las mareas de su destino
- Teléfono Celular
- Silbato para alertar a salvavidas y otras personas
- Botín de primeros auxilios pequeño
- Protector solar resistente al agua
- Agua para mantenerse hidratado
- Objeto inflable por si usted u otras personas se encuentran en peligro
- Bolsa reutilizable para ayudar a mantener las playas limpias
- Ropa adecuada y toalla para el tiempo y el agua

- **Crea un plan con tu familia y amigos** detallando un punto de encuentro en caso de que se separen
- **Presta atención a señales de avisos o banderas** que puedan alertar de peligros específicos, como olas rompientes, objetos sumergidos, o corrientes fuertes. La ausencia de señales no implica que no existan riesgos
- **Mantente atento a tus alrededores** al estar cerca del agua, ya que el tiempo, el agua y el oleaje suelen cambiar de un día a otro e incluso de minuto a minuto

### SI TE ENCUENTRAS EN PELIGRO



- **Relájate** y mantente tranquilo
- **Flota** de espalda y **señala** a personas en la orilla

### RECURSOS ADICIONALES



- Colecciones de vídeo “Wave Safe” y “Guía de Supervivencia Para Corrientes Marinas” a través de NOAA Ocean Today  
<https://oceantoday.noaa.gov/every-full-moon/>
- Página de NOAA sobre Seguridad y Riesgos en Playas  
<https://www.weather.gov/safety/beachhazards>



OCEAN TODAY

[oceantoday.noaa.gov](http://oceantoday.noaa.gov)



[weather.gov](http://weather.gov)