

CONSEJOS PARA LOS USUARIOS DE PISCINAS EN CASTILLA Y LEÓN

Información para el público en
general.

- 1) Resguárdese del sol y use siempre protectores solares. Tome estas precauciones especialmente con los niños.
- 2) Si padece alguna enfermedad infecciosa o micosis, evite el baño.
- 3) Cuando entre en el agua hágalo poco a poco, sobre todo después de haber tomado el sol.
- 4) Localice y memorice la ubicación de los socorristas. Siga siempre sus instrucciones.
- 5) Dúchese antes y después de cada baño.
- 6) Si va acompañado de niños, no los pierda nunca de vista aunque sepan nadar o aunque estén equipados con flotadores.
- 7) No introduzca en el recinto de piscina elementos de vidrio (botellas, vasos, etc.).
- 8) Evite los juegos violentos tanto dentro del agua como en las proximidades.
- 9) No haga prácticas que pueda poner en peligro al resto de bañistas.
- 10) Beba suficiente líquido y no abuse de las bebidas alcohólicas.
- 11) Compruebe que el agua que bebe es un agua apta para el consumo humano.
- 12) Conserve los alimentos refrigerados para evitar intoxicaciones e infecciones alimentarias.
- 13) Ante cualquier emergencia llame al 1-1-2.

Para más información pueden acceder a

www.saludcastillayleon.es/sanidadambiental