

# Las Islas Canarias, laboratorio de estrategias para la prevención de los ahogamientos

## *The Canary Islands: a Spanish and International "lab" for Drowning Prevention*

Sebastián Quintana Galván

### Introducción

La Organización Mundial de la Salud (OMS) sitúa el ahogamiento como la tercera causa de muerte no traumática en el planeta, y un problema de salud pública de primer nivel mundial<sup>1</sup>. Las Islas Canarias, único destino español y europeo con los 365 días de temporada turística alta, bate récords mes tras mes en la llegada de turistas (se prevé 17 millones al finalizar 2025) y con cifras que la sitúan en nuestra CC.AA. Pero también con las cifras de más muertes por ahogamiento de todo el país. Más de un millón y medio de personas mueren por ahogamiento cada año en el planeta, alrededor de 500 en España y 72 en Canarias en 2024.

Conscientes de este escenario, en el año 2015 pusimos en marcha lo que, en principio sería la Plataforma 'Canarias, 1500 Km de costa' que, posteriormente, se convertiría en asociación sin ánimo de lucro<sup>2</sup>.

Desde hace décadas, hemos asumido como algo natural las campañas que anualmente se desarrollan en la prevención de accidentes de tráfico en el ámbito de la seguridad vial, de incendios o por subida de las temperaturas (olas de calor). Sin embargo, hasta ese momento no se había realizado una campaña preventiva por accidentes en el medio acuático de difusión masiva. El objetivo era, por tanto, generar una cultura de la seguridad acuática.

### Canarias, 1.500 Km de costa

La primera de las acciones de carácter público que se llevó a cabo, ese mismo año, fue la activación de una campaña audiovisual en el verano, titulada 'Canarias, 1.500 Km de Costa', con la grabación de spots recreando las situaciones de riesgo más comunes a las que se enfrenta una persona que interactúa en espacios acuáticos en diferentes circunstancias. De esta forma y gracias al apoyo de la presidencia del Gobierno de Canarias, se impulsaba por primera vez en España y en la UE, la emisión de recomendaciones para pre-

venir y reducir las cifras de incidencias en playas, piscinas, parques acuáticos y embalses, valiéndonos del canal de TV autonómico y de la radio pública canaria.

En ese verano, unos 11 millones de televidentes y radio oyentes conocieron la campaña, según los certificados de emisión remitidos por ambos medios<sup>3</sup>.

Junto al Gobierno de Canarias, a medida que transcurría el tiempo, comenzaron a sumarse a la iniciativa el Cabildo de Gran Canaria (desde entonces principal auspiciador de la asociación, junto al Museo Elder de la Ciencia y la Tecnología), los Ayuntamientos de Las Palmas de Gran Canaria y San Bartolomé de Tirajana, la aerolínea Binter, la Federación de Empresarios de Hostelería y Turismo, así como diferentes cadenas hoteleras.

Paralelamente, en ese mismo ejercicio, la entonces plataforma comenzó a elaborar mensualmente, estudios estadísticos en el que se recogen los incidentes registrados diariamente en la CC.AA. de Canarias<sup>4</sup>. Los mismos contemplan el número de fallecidos por ahogamiento, los afectados por ahogamientos críticos, graves, moderados y leves; rescates, sexo, nacionalidad y edad de los afectados, horario, registro de incidentes por islas, así como el tipo de actividad que realizaba el bañista y en entorno acuático en el que se encontraba en el momento del suceso.

### La campaña audiovisual

La campaña realizada tiene un tratamiento totalmente positivo. En ella se invita al turista y al residente a hacer uso de playas, piscinas y embalses con moderación y sentido común. El mensaje de cumplir las medidas preventivas y respetar las recomendaciones de los socorristas, está claramente reforzado a lo largo de toda la producción. Otro objetivo es reafirmar que Canarias es un destino seguro.

Un documental de 22 minutos y nueve micro-clips grabados en seis idiomas (español, inglés, alemán, sueco, italiano y francés)

#### Filiación de los autores:

Asociación Canarias,  
1500 KM de Costa,  
Las Palmas de Gran  
Canaria, España.

#### E-mail:

sebastianquintanag@  
hotmail.com

#### Información del artículo:

Recibido: 24-6-2025.  
Aceptado: 25-6-2025.  
Online: 2-7-2025.

#### Editor responsable:

Guillermo Burillo-Putze.

#### DOI:

10.55633/s3me/REUE039.2025

de 2 minutos de duración, que recrean las nueve situaciones de riesgo más comunes a las que se expone un bañista, y dan a conocer las recomendaciones básicas en actividades como la práctica del buceo, bañistas con movilidad reducida, consejos esenciales para el baño en presas y estanques, así como el comportamiento en los deportes acuáticos que suponen un mayor riesgo (motos acuáticas, windsurf, kitesurf, etc.).

También recogen consejos sobre la necesidad de hacer caso a las banderas que indican el estado de la mar, el cuidado en piscinas para niños y mayores, las temidas hidrocuaciones, los selfies en zonas de costa, recomendaciones a los pescadores y el 'héroe equivocado', personas que se lanzan al mar para rescatar a un bañista en apuros y que puede acabar en doble tragedia. Se difunden en estos momentos en los canales de TV y radio de la Comunidad Autónoma y en las principales redes sociales<sup>5</sup>.



### Otras acciones

No conformes con esta iniciativa, vimos la necesidad de difundir la cultura de la prevención y la seguridad acuática, ante una sociedad "analfabeta" en esta materia, consistente en la impartición de charlas a estudiantes.

En un principio se dirigían a alumnos de entre 7 y 15 años, a lo largo del curso académico 2016-2017, que fueron impartidas en el Museo Elder de la Ciencia y Tecnología y en numerosos centros escolares de la CC.AA. de Canarias. Posteriormente, se extendió a todos los niveles educativos, desde educación primaria hasta las dos universidades públicas de Canarias<sup>3</sup>.

Los cálculos apuntan que a final del curso 2024-25, habremos alcanzado las 23 mil personas en nueve países del mundo que se han iniciado en recibir conocimientos y los principales consejos para actuar con responsabilidad y sentido común a la hora de acceder al agua.

### El Parlamento canario, primero en abordar los accidentes acuáticos

En junio de 2017, el Parlamento de Canarias se convertía en la primera Cámara regional del país en abordar el creciente y a la vez el ignorado fenómeno de los ahogamientos en nuestras costas. En comparecencia en la Comisión de Seguridad, se expuso a los diputados una realidad desconocida, aportando datos estadísticos y proyectando los micro espacios de la campaña.

Con 414 fallecidos por ahogamiento en España durante 2016, 72 de ellos en las costas canarias que cerró el año

con el récord nacional en número de fallecidos por esta causa, sus señorías conocieron de primera mano que año tras año y coincidiendo con el incremento en la llegada de turistas a las Islas, crecería el número de muertes en playas y piscinas con un 16% más que el ejercicio anterior en ese momento. También conocieron, sin disimular su asombro, que en las carreteras insulares habían fallecido en 2015 38 personas, mientras que los ahogamientos casi lo duplicaba.

Un año después de esta intervención en el Parlamento de Canarias, éste aprobaba un decreto para regular las medidas de seguridad en playas y zonas de baño marítimas. Este decreto, que entró en vigor en 2018, establecía normas para la seguridad humana y la coordinación de emergencias en estos espacios. El objetivo principal fue mejorar la seguridad de los usuarios de las playas y reducir los riesgos de accidentes.

Publicado en el Boletín Oficial de Canarias, detallaba las obligaciones de los municipios en cuanto a la vigilancia, señalización y equipamiento de las zonas de baño<sup>6</sup>. También incluyó medidas para la coordinación entre diferentes administraciones en caso de emergencias. Se buscaba así mismo garantizar que las playas canarias contasen con los recursos necesarios para atender situaciones de riesgo y proteger la seguridad de bañistas y usuarios<sup>7</sup>.

### Intervención en el Parlamento Europeo

En noviembre de 2018, presentamos en el Parlamento Europeo (Bruselas) el "Primer Informe Aproximativo sobre el Fenómeno de los Ahogamientos en la Unión Europea 2015-2018", que revelaba que unas 5.000 personas morían ahogadas cada año en la UE. Este informe, cuya elaboración supuso un trabajo de 3 años, fue presentado también ante altos representantes de la Comisión Europea. En él se destacaba que el ahogamiento es la tercera causa de muerte no natural en Europa<sup>8</sup>.

El informe señalaba que los datos muestran un incremento casi global y progresivo de los ahogamientos entre 2015 y 2018. También indicaba que algunas regiones habían experimentado un número particularmente elevado de fallecimientos.

Además de las cifras de mortalidad, el dossier subraya la importancia de considerar el ahogamiento como un problema de salud pública y de romper con el silencio que rodea a este fenómeno. Del mismo modo, se resaltaba la necesidad de implementar medidas preventivas y de seguridad, activar en todos los países de la UE clases para enseñar a nadar, así como el uso de chalecos salvavidas y la regulación del consumo de alcohol al nadar o utilizar transporte acuático.

En resumen, el informe proporcionaba una visión general del problema de los ahogamientos en la UE y enfatiza la necesidad de tomar medidas para reducir esta causa de muerte, que es prevenible.

### Decisión histórica en el Congreso de los Diputados

El 29 de septiembre de 2021, el Congreso de los Diputados de España aprobaba una moción para reducir la

siniestralidad por ahogamiento y accidentes en espacios acuáticos. Esta moción, sin precedentes en los parlamentos del mundo, buscaba implementar medidas para prevenir estos accidentes y mejorar la seguridad en piscinas, playas y otros entornos acuáticos<sup>9</sup>.

Entre las medidas propuestas se encontraban:

- Mejoras en la seguridad de las piscinas: incluye la instalación de sistemas de seguridad, como alarmas y vallas, así como la contratación de personal de salvamento cualificado.

- Educación y concienciación: implementar campañas de información y concienciación sobre los riesgos asociados a los espacios acuáticos, dirigidas a diferentes grupos de edad y colectivos.

- Regulación de la actividad acuática: establecer normativas claras y específicas para la práctica de actividades acuáticas, tanto recreativas como deportivas, para garantizar la seguridad de los participantes.

- Mejora de la respuesta ante emergencias: fortaleciendo los sistemas de rescate y atención de emergencias en zonas acuáticas, incluyendo la formación de personal especializado y la mejora de los protocolos de actuación.

- Colaboración entre administraciones: se promoverá la promoción de la colaboración entre diferentes administraciones públicas (estatal, autonómica y local) para coordinar esfuerzos y recursos en la prevención de accidentes acuáticos.

Esta moción, aprobada con modificaciones, reflejaba un compromiso del Congreso de los Diputados con la seguridad en espacios acuáticos, buscando reducir la siniestralidad mediante un enfoque integral que combinase prevención, educación, regulación y respuesta ante emergencias.

## Acciones de la ONU

Recientemente, el 28 de abril de este año, la Asamblea General de Naciones Unidas hizo un llamamiento a todos los países para implementar medidas que permitan prevenir los ahogamientos, que han provocado más de 2,5 millones de muertes en la última década. La resolución pidió a los países que tomasen medidas para hacerle frente.

La asamblea subrayó que los ahogamientos son evitables, utilizando intervenciones de bajo costo, y reclamó a los países considerar lecciones de seguridad dentro del agua, natación y primeros auxilios como parte del programa escolar. Además, alienta a las naciones a promulgar leyes de seguridad acuática.

## ‘Desahogo’, primer documental en el mundo dedicado al ahogamiento

La muerte por ahogamiento es conocida como la muerte silenciosa, ya que las víctimas se ven imposibilitados para pedir auxilio. Pero no debe seguir siendo la muerte silenciada, cuando es una de las causas más numerosas de mortalidad por accidente.

El 16 de junio de 2021 Sebastián Quintana y la asociación ‘Canarias 1.500 kilómetros de costa’ presentaron en el Museo Elder de la Ciencia ‘Desahogo’, el primer documental del mundo sobre la prevención de este tipo de

muerter<sup>10</sup>. A día de hoy, este trabajo ha sido proyectado en tres países (España, Argentina y Uruguay). En octubre de 2024 se estrenó en la última ciudad habitada antes de llegar al Polo Sur, a las puertas de la Antártida, en Usuhaia (Argentina).

Pero fue el 16 de junio de 2021 Sebastián Quintana y la asociación ‘Canarias 1.500 kilómetros de costa’ presentaron en el Museo Elder de la Ciencia ‘Desahogo’, el primer documental del mundo sobre la prevención de este tipo de muertes.

El trabajo audiovisual, de 120 minutos de duración (distribuidos en dos capítulos), recoge el relato real de 10 víctimas y familiares que narran sus experiencias personales y familiares de este tipo de tragedias. Se recoge asimismo la opinión de expertos de distintos países que ofrecen sus visiones profesionales sobre cómo actuar y el recorrido de este colectivo grancanario para sensibilizar a las instituciones sobre la importancia de tomar medidas preventivas.

‘Desahogo’ recoge algunos de esos relatos emocionados de quienes han vivido estas experiencias reales, sin caer en el sensacionalismo. El director lo define como un ‘bio-repor-docu’, que lo resume en que se trata de la suma de una biografía, un reportaje y un documental.

El documental visibiliza distintos testimonios de familiares, amigos, supervivientes y rescatadores de casos de ahogamiento. Intercalado entre los casos reales, veinte expertos, dan pautas, análisis y consejos de cómo prevenir un ahogamiento. Participa también una psicóloga argentina especializada en atender este tipo de sucesos, que presentó el llamado “síndrome de la inmortalidad”, según el cual los seres humanos pensamos que los accidentes solo le ocurren a los demás. Sobre todo, cuando se es joven; nada más lejos de la realidad.

El equipo tardó 2 años en concluir este reportaje, que les llevó por cinco países. Las imágenes fueron tomadas en Canarias y Galicia, y en Colombia, Argentina, Bélgica y Paraguay. En principio iban a alcanzar otros países de Europa y América, pero la pandemia obligó a retocar la programación.

Una parte del documental relata también los pasos dados ante las Administraciones para conseguir que se conozcan la relevancia y gravedad de este tipo de sucesos, como ya hemos comentado en este artículo.

El documental deja claro que los ahogamientos son evitables. Tal es así, que el 80% se produce por una negligencia o imprudencia (como ignorar la bandera roja). Y el 20% acaba en tragedia. Y para ello la prevención debe llegar a las aulas, como pasa con la seguridad vial<sup>10</sup>.

## Síndrome del ‘ahogado invisible’

Un alto porcentaje de menores que pierden la vida ahogados lo hacen bajo un episodio acuñado como el ‘ahogado invisible’, esto es niños rodeados de gente que no se da cuenta de que están sufriendo un ahogamiento, en zonas sin aparente riesgo –al menos para los adultos–. El bañista realiza movimientos espasmódicos y chapotea bajo el agua, lo que en la mayoría de los casos confundimos con juegos.

Desgraciadamente la experiencia nos dice que van a seguir muriendo muchos niños. Por ello es clave hacer un llamamiento a autoridades y especialmente a adultos que acompañan a los menores para poner especial foco en ellos y así poder evitarlo.

Por ello, reclamamos máxima atención a los adultos cuando los más jóvenes estén en el agua, sean de su supervisión o no, y que ante la duda de que estos puedan estar en dificultades acudan a comprobar que todo está bien.

Hemos acuñado este término, ya que la falta de vigilancia por parte de los adultos responsables de su cuidado origina el 90% de los accidentes acuáticos protagonizados por menores de edad. Así, se estima que en el conjunto del país fallecen ahogados entre 40 y 50 niños cada año, posiblemente ante esa falta de respuesta de los adultos por confundir las señales.

Y no solamente en España sino en toda Europa estamos introduciendo en espacios acuáticos a miles de niños prácticamente sin ningún tipo de iniciación, educación o concienciación previa<sup>11</sup>.

El Gobierno de Canarias presentó recientemente una serie de cursos de prevención para clubes y federaciones de toda Canarias, dedicado a los menores e impartidos por nuestra asociación<sup>12</sup>. Creemos que esto puede ser una herramienta importante para la prevención, porque en los últimos 6 años han muerto ahogados solamente en Canarias 11 niños. En lo que llevamos de año, contabilizamos en España 18 menores que han perdido la vida y comprobamos que en la mayoría de los casos, es por imprudencia, producto del desconocimiento, la falta de vigilancia por parte de los adultos responsables de su cuidado.

## Los diez 'mandamientos' de la prevención en espacios acuáticos

Como complemento al decálogo del Grupo de Socorrista de la Sociedad Española de Urgencias y Emergencias, realizado en colaboración con el Instituto #SaludsinBulos, en el que se abordaban los principales mitos que perviven en España, sin ninguna evidencia, sobre la prevención del ahogamiento, el rescate en el agua, los primeros auxilios y la asistencia sanitaria en el entorno acuático<sup>13,14</sup>, nuestra asociación ha desarrollado con fin divulgativo las siguientes recomendaciones generales:

### 1) No bañarse con bandera roja

La mayoría de los accidentes en el mar se producen por no respetar el color de la bandera. Una bandera roja es un semáforo en rojo. Sin embargo, la mayoría de la población admite seguir bañándose ignorando el riesgo. ¡No te lo saltes!

### 2. Nunca nades contra una 'corriente de retorno'

La 'corriente de retorno' es otro de los principales peligros para el bañista al verse arrastrado mar adentro impidiéndole volver a la orilla. Si estás en apuros y no puedes

salir, no luches contra la corriente. Ahorra energía y mantén la calma. Agita los brazos para que te vean.

### 3. No te conviertas en el 'héroe equivocado'

Si se está en una playa y se observa a alguien en peligro de ahogarse, hay que mantener la calma y activar a los servicios de emergencia: llamar al 1-1-2. Si las condiciones meteorológicas son adversas: fuerte viento, oleaje o corriente, hay que valorar el riesgo del rescate. Si se decide hacerlo, debe quitarse la ropa y proveerse con un elemento de flotabilidad antes de entrar al agua. En caso contrario, puede convertirse en el 'héroe equivocado'.

### 4. Ojo con el síndrome del 'ahogado invisible'

'Canarias, 1500 Km de Costa' hace especial énfasis en un fenómeno cada vez más común en accidentes acuáticos con final trágico, sobre todo, los protagonizados por menores de edad: el síndrome del 'ahogado invisible'.

### 5. Utiliza un casco y chaleco si pescas en zonas rocosas

Cuando se vaya a pescar en puntos de costa de acantilados o zonas rocosas, se debe consultar siempre la previsión meteorológica, el estado del mar y del viento. Como elementos de seguridad, usa siempre un casco, calzado apropiado y, sobre todo, un chaleco salvavidas<sup>15</sup>.

### 6. Niños: un flotador en el mar, puede ser un juguete mortal

Nunca hay que olvidarse que los niños son los más vulnerables al medio acuático. Hace falta muy poco tiempo y muy poca agua para que un bebé de 12 meses de vida se ahogue<sup>16</sup>. Por ello, se recomienda no usar flotadores en el mar. Un flotador no es un salvavidas, es un juguete que se infla. Son especialmente peligrosos los que tienen forma de animal (cisnes, unicornios, flamencos, etc.), ya que su tronco y cabeza hacen de efecto vela y arrastrarán al bañista mar adentro. De este modo, los manguitos y flotadores circulares tienen una seguridad muy cuestionada. El adulto debe meterse en el agua siempre con su hijo.

### 7. Selfies, el último like

Pretender immortalizar el momento haciéndose un selfie frente a la costa, especialmente en acantilados o zonas rocosas, se está convirtiendo en una moda cada vez con más seguidores y, en consecuencia, exponerse a sufrir un accidente. Y si esta situación se produce con fuerte oleaje por su espectacularidad, las probabilidades de sufrir un percance más grave aún, se multiplican, dada la urgencia con que se pretende hacerla para garantizar la espectacularidad de la imagen.

### 8. Buceo sin riesgo

A la hora de practicar submarinismo, se debe de ir siempre acompañado y revisar el equipo antes de sumergirse en el mar. Bucea siempre, como mínimo, con otra persona y hazte acompañar de un profesional cualificado.

Sé consciente de tu preparación física y de tus limitaciones antes de practicarlo.

## 9. La hidrocución o 'corte de digestión'

Después de una copiosa comida o mucho tiempo expuesto al sol, entra en el agua con moderación. Evita exponerte más de media hora seguida al sol y utiliza siempre una crema con alta protección solar.

## 10. Los riesgos de bañarse en ríos, presas, lagos y estanques

Cuando se acude a presas, ríos, embalses de agua o estanques en zonas de montaña, hay que asegurarse de que el baño está permitido y tener en cuenta que el agua dulce tiene menos flotabilidad, por lo que es recomendable utilizar chalecos o elementos que te ayuden a flotar.

### INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

**Conflicto de intereses:** El autor declara no tener conflicto de interés en relación con el presente artículo.

**Financiación:** El autor declara la no existencia de financiación en relación con el presente artículo.

**Responsabilidades éticas:** Todos los autores han confirmado el mantenimiento de la confidencialidad y respeto de los derechos de los pacientes, acuerdo de publicación y cesión de derechos de los datos a la Revista Española de Urgencias y Emergencias.

**Disponibilidad de datos en abierto:** Los datos están disponibles bajo solicitud al autor asignado para la correspondencia.

**Uso de herramientas de inteligencia artificial generativa:** Los autores declaran no haber utilizado las herramientas de IA en la elaboración de este artículo.

**Artículo no encargado por el Comité Editorial y con revisión externa por pares.**

### BIBLIOGRAFÍA

1. Organización Mundial de la Salud. INFORME MUNDIAL SOBRE AHOGAMIENTOS. PREVENIR UNA IMPORTANTE CAUSA DE MORTALIDAD, 2016. (Consultado 20 Junio 2025). Disponible en: <https://www.paho.org/es/documentos/informe-mundial-sobre-ahogamientos-prevenir-importante-causa-mortalidad>
2. <https://canarias1500kmdecosta.com/>
3. <https://canarias1500kmdecosta.com/estudio-de-impacto.html>
4. <https://canarias1500kmdecosta.com/zonas.html>
5. [https://www.youtube.com/watch?v=MQHt7B-2C7ug&list=PLGM1hvYRDc8nfqMzofRncYTY2-EU4eeJq&ab\\_channel=Canarias%2C1.500kil%C3%B3metrosdecosta](https://www.youtube.com/watch?v=MQHt7B-2C7ug&list=PLGM1hvYRDc8nfqMzofRncYTY2-EU4eeJq&ab_channel=Canarias%2C1.500kil%C3%B3metrosdecosta)
6. 3741 DECRETO 116/2018, de 30 de julio, por el que se regulan medidas para la aplicación de las normas e instrucciones para la seguridad humana y para la coordinación de las emergencias ordinarias y de protección civil en playas y otras zonas de baño marítimas de la Comunidad Autónoma de Canarias. Boletín Oficial de Canarias. (Consultado 20 Junio 2025). Disponible en: <https://www.gobiernodecanarias.org/boc/2018/152/002.html>
7. 2489 ORDEN de 22 de julio de 2022, por la que se modifican los anexos del Decreto 116/2018, de 30 de julio, que regulan medidas para la aplicación de las normas e instrucciones para la seguridad humana y para la coordinación de las emergencias ordinarias y de protección civil en playas y otras zonas de baño marítimas de la Comunidad Autónoma de Canarias. Boletín Oficial de Canarias. (Consultado 20 Junio 2025). Disponible en: <https://www.gobiernodecanarias.org/boc/2022/148/001.html#:~:text=2489%20ORDEN%20de,Aut%C3%B3noma%20de%20Canarias.>
8. Primer informe aproximativo sobre el fenómeno de los ahogamientos en la Unión Europea (2015-2018). (Consultado 20 Junio 2025). Disponible en: <https://canarias1500kmdecosta.com/ahogamientos-ue.html>
9. DIARIO DE SESIONES DEL CONGRESO DE LOS DIPUTADOS. Año 2021, XIV LEGISLATURA Núm. 127. Sesión plenaria núm. 121 celebrada el miércoles 29 de septiembre de 2021. (Consultado 20 Junio 2025). Disponible en: [https://www.congreso.es/public\\_oficiales/L14/CONG/DS/PL/DSCD-14-PL-127.PDF](https://www.congreso.es/public_oficiales/L14/CONG/DS/PL/DSCD-14-PL-127.PDF)
10. DESAHOGO. (Consultado 20 Junio 2025). Disponible en: <https://canarias1500kmdecosta.com/apartados/desahogo.html>
11. Denny SA, Quan L, Gilchrist J, McCallin T, Shenoi R, Yusuf S, et al. Prevention of Drowning. *Pediatrics*. 2019;143:e20190850.
12. La Consejería de Deportes refuerza la educación en seguridad acuática con un programa formativo este verano. 3 de junio de 2025. (Consultado 20 Junio 2025). Disponible en: <https://www3.gobiernodecanarias.org/noticias/la-consejeria-de-deportes-refuerza-la-educacion-en-seguridad-acuatica-con-un-programa-formativo-este-verano/>
13. 10 mitos sobre incidentes en playas y piscinas del Grupo de Trabajo de SEMES-Socorrismo, colaboración para el Instituto #salud-sinbulos. (Consultado 20 Junio 2025). Disponible en: [www.semes.org/wp-content/uploads/2022/08/Mitos-sobre-incidentes-acuaticos.pdf](http://www.semes.org/wp-content/uploads/2022/08/Mitos-sobre-incidentes-acuaticos.pdf)
14. Decálogo de SEMES y #SaludsinBulos: Los bulos sobre los incidentes acuáticos ponen en peligro a los bañistas. (Consultado 20 Junio 2025). Disponible en: <https://www.noticiasalud.com/2022/08/decalogo-de-semes-y-saludsinbulos-los.html>
15. Breindahl N, Bierens JLM, Wiberg S, Barcala-Furelos R, Maschmann C. Prehospital guidelines on in-water traumatic spinal injuries for lifeguards and prehospital emergency medical services: an international Delphi consensus study. *Scand J Trauma Resusc Emerg Med*. 2024;32:76.
16. Denny SA, Quan L, Gilchrist J, McCallin T, Shenoi R, Yusuf S, et al. Prevention of Drowning. *Pediatrics*. 2021;148:e2021052227.