



Si bien los pozos para nadar ofrecen maravillosas oportunidades recreativas, nadar en un lugar no administrado conlleva riesgos. Las buenas decisiones y un poco de planificación suelen evitar tragedias.

## **Recuerde que el agua es salvaje:**

Las fuertes lluvias, los escombros flotantes o atascados, o incluso los períodos prolongados de calor y sequía, pueden cambiar las corrientes, afectar las profundidades y alterar la estructura submarina de una masa de agua salvaje. SIEMPRE tenga cuidado al nadar en masas de agua naturales.

## **Tenga cuidado con los pozos de agua peligrosos:**

En los últimos años, la mayoría de los ahogamientos han ocurrido en Huntington Gorge, Cobb Brook, Bolton Potholes, Dog's Head Falls, Saxons River, Westminster Hamilton Falls y Newhaven River. Sea especialmente cauteloso durante las actividades recreativas en estas áreas.

## **Revise las condiciones del agua y del clima:**

Los ríos crecidos y las corrientes rápidas pueden crear condiciones peligrosas durante días después de un evento de lluvia intensa. Si ha habido lluvias fuertes recientemente, las condiciones pueden ser peligrosas, incluso si es un día despejado, soleado y tranquilo.

## **Observe su entorno:**

Cuando llegue al pozo para nadar, observe las corrientes. Preste atención para detectar si hay un sonido inusualmente fuerte del agua corriendo. Observe el camino que toman los escombros mientras flotan río abajo. Observe las condiciones y no se arriesgue innecesariamente.

## **No nade solo:**

Uno de los consejos más básicos de seguridad es ir siempre acompañado de un amigo. Ahogarse solo lleva unos minutos, y los servicios de emergencia pueden estar a 15 o 20 minutos de distancia. Nadar solo nunca es una buena idea, pero especialmente en masas de agua naturales.

## **No nade por encima ni por debajo de cascadas:**

Las corrientes fuertes pueden arrastrar a las personas por las cascadas, y las corrientes subterráneas pueden atrapar a los nadadores bajo el agua. Evite nadar encima o directamente debajo de las cascadas.

## **Sea realista acerca de sus propias habilidades:**

Parte de actuar responsablemente al aire libre consiste en comprender sus propios límites y no ponerse a sí mismo, ni a otros, en peligro al tomar riesgos imprudentes. Sea honesto consigo mismo acerca de su propia fuerza, habilidades y debilidades. No se esfuerce demasiado y no suponga que lo rescatarán.