

Si bien los ríos y lagos pueden ser peligrosos y estar contaminados en condiciones normales, las tormentas fuertes y las inundaciones aumentan el riesgo de sufrir lesiones, de enfermarse o de ahogarse en estos cuerpos de agua.

Manténgase alejado de cualquier cuerpo de agua durante al menos las 48 horas posteriores a las lluvias intensas, y más tiempo si se ha producido una inundación.

Las lluvias y las inundaciones crean peligros

- Los ríos crecidos y las corrientes rápidas pueden crear condiciones peligrosas en los pozos para nadar y en los ríos durante días después de una lluvia intensa.
- Las lluvias intensas pueden acarrear bacterias o microorganismos al agua procedentes de sistemas de aguas residuales saturados y de la escorrentía, que pueden causar enfermedades.
- Objetos punzantes, como fragmentos de vidrio o metal, y combustible o productos químicos derramados, también pueden llegar a las zonas de nado por la escorrentía de las aguas pluviales y las inundaciones.

Mantenga la distancia para mantenerse a salvo

- **Manténgase fuera de ríos y arroyos hasta que el agua esté clara y calma**, normalmente varios días después de una tormenta. Observe las corrientes y preste atención al sonido inusualmente alto del torrente de agua. Las aguas naturales pueden ocultar peligros bajo la superficie, como formaciones que succionan.
- **Tras una lluvia fuerte**, manténgase fuera de cualquier cuerpo de agua durante al menos 48 horas para evitar el riesgo de enfermarse por el agua contaminada. En una zona pública de nado, puede nadar si el agua ha sido analizada y es segura.
- **Tras una inundación**, el agua puede tardar varios días en ser segura para el nado y la recreación.

Lo que debe saber antes de ir a nadar

- Consulte al administrador del parque o al ayuntamiento para saber si las zonas de nado están abiertas y si la calidad del agua se ha analizado.
- Preste atención y obedezca los señalamientos colocados en playas y parques.
- Nunca nade solo. El agua es más fuerte de lo que usted piensa, y un accidente puede producirse en solo un instante.
- [Observe que no haya cianobacterias](#) en el agua, ya que los nutrientes adicionales de las aguas de inundación pueden causar floraciones. Pueden hacer que el agua tenga un color verde oscuro y que parezca sopa de guisantes o pintura derramada.
- No trague agua de la playa ni nade con heridas abiertas que puedan infectarse.
- Dúchese después de nadar y lávese las manos antes de comer.