

**E**s divertido ir a la playa, pero debes conocer los peligros que puede haber y cómo evitarlos. Ésta es la intención de este folleto, que te diviertas y que evites problemas.

### Antes de ir a la playa

- Revisa la tabla de mareas; hay libritos que indican cuando hay marea alta y baja. Éstos se pueden encontrar en las tiendas deportivas, en la cámara de comercio (Chamber of Commerce) y en los hoteles. También allí puedes aprender cuáles son los reglamentos para pescar.
- Asegúrate de saber cuáles son las conchas o animales que puedes recolectar en la playa. Algunas veces hay restricciones.
- Las armas de fuego siempre están prohibidas en las costas de Oregon.

### Manejar en la playa

Quizás se le antoje manejar en la playa, pero no es una buena idea. Puede ser peligroso, o puedes dañar tu auto o perderlo.

El manejar en las playas de Oregon está reglamentado. En los accesos a la playa, hay letreros con las reglas. La velocidad máxima es de 25 millas por hora. Manejar con cuidado es igual de importante, como si estuvieras en la carretera.

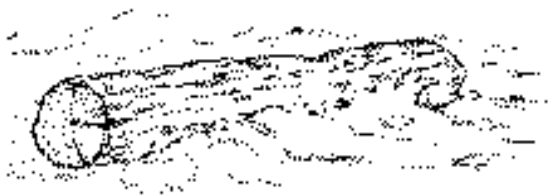
- Mantén el auto fuera de la arena suelta.
- Ten cuidado cuando cruces riachuelos.
- Nunca estaciones y dejes abandonado tu auto por mucho tiempo, especialmente cuando la marea está baja; podrías encontrarlo en el agua cuando regreses.
- No manejes sobre las plantas. Algunas veces estas plantas se han plantado para proteger la propiedad privada de la arena.
- No dejes los objetos personales de valor en el auto. Llévalos contigo.

### Mareas

Cada 24 horas 50 minutos, la marea sube y baja dos veces. La marea que sale es la más peligrosa para los que están nadando, ya que puede jalar casi cualquier cosa, troncos de árbol e inclusive a las personas. Las mareas que entran son

las más peligrosas para los que están pescando y explorando; pueden tomarlos por sorpresa.

Si estás en alguna embarcación, es importante informarse con el guardacostas no sólo de las mareas sino también del clima. Puede haber neblina.



### Olas altas

¡Pon atención! Las olas grandes pueden llegar en cualquier momento, inesperadamente, y son especialmente peligrosas para los niños y para las personas que pescan desde las rocas en la orilla del mar. Ocasionalmente estas olas llegan sin aviso y son más altas que las demás.

*Nunca juegues entre los troncos o pedazos de madera. Éstos pueden rodar y atraparte o, al llegar una ola, te pueden arrastrar.* Muchas personas se han herido o muerto.



### Las corrientes remolque

Las corrientes submarinas, que empujan el agua hacia arriba, crean una fuerza tan grande en algunos puntos a lo largo de la playa que puede levantarte y jalarte hacia adentro. Las mareas que entran o salen de la bahía y alrededor del malecón también causan corrientes muy fuertes.

Si quedas atrapado:

- No te asustes
- Ponte en posición para flotar acostado boca arriba.

- No gastes energía nadando en contra de la corriente.
- Cálmate.
- Nada hacia la orilla, alejándote de la corriente.

### Dunas de arena

El jugar en las dunas es muy divertido, pero el explorarlas solo no es una buena idea.

La arena es muy inestable. El hacer hoyos y túneles puede ser muy peligroso. Las paredes de los túneles pueden caerse y enterrar a cualquiera que quede atrapado. La arena puede caer en avalancha colina abajo, llenando los hoyos y enterrando a cualquiera.



### Asolearse y nadar

Asolearse y nadar pueden ser una mala combinación en los días calurosos del verano a menos que tengas cuidado. En las áreas protegidas del viento, la temperatura puede llegar a los 80° F. Puede antojarse meterse al mar, que tiene una temperatura de 47 a 52° F, para refrescarse, pero este cambio brusco de temperaturas puede causar hipotermia y puedes perder la conciencia y ahogarte. Si quieres nadar, debes hacerlo metiéndote poco a poco para que tu cuerpo se acostumbre al agua fría.

### Áreas de la bahía

Las bahías ofrecen muchas actividades recreativas y abundante pesca. Las rocas y el lodo (arena mojada) pueden ser peligrosos en algunas áreas.

### Escalar y trepar

Quédate detrás de las paredes de retención. Las veredas de los acantilados son resbalosas en

los climas húmedos. No confíes en las raíces o ramas que hay en los acantilados para apoyarte. Pueden romperse y te caerías. Muchos de los acantilados son inestables. No te acerques a la orilla.

Las rocas en la orilla de la playa y los embarcaderos son una tentación para las personas que exploran o pescan, sobre todo para los niños. Estas áreas están expuestas durante las mareas bajas. Recuerda que la marea puede subir de improviso de una manera violenta. Muchas personas han perdido la vida cuando las olas grandes de las mareas altas han llegado. Ten cuidado cuando camines o juegues con los troncos y desperdicios del mar. Pueden tener clavos, vidrios rotos y otros inconvenientes.

No escales ni grabes nombres en las colinas de cara a la playa. Es una de las causas mayores de la erosión. También respeta la propiedad privada usando los accesos públicos para entrar y salir de la playa. El explorar las playas, las bahías, las rocas y las dunas es emocionante y educacional. Disfrútalas con precaución.

Sé un buen ejemplo para los niños tomando precauciones tú mismo.



(Sigue al dorso)

## Fogatas en la playa

Si cocinas en la playa, revisa el reglamento local.

- Usa fogatas hondas que no permitan que el viento esparza las chispas del fuego.
- Apaga el fuego con arena mojada o agua cuando te alejes. A lo largo de la playa hay dunas con vegetación para estabilizarlas. El fuego desatendido puede esparcirse y quemar la propiedad privada y años de trabajo.
- El hacer fogatas sobre desperdicios de madera está prohibido. Los vientos de la costa pueden convertir la fogata en un incendio incontrolable. Construye la fogata lejos de los troncos y desperdicios de la playa.

En los parques estatales, haz tu fogata sólo en los lugares permitidos. En algunos lugares, hay estufas o chimeneas para este propósito.

Nota: Cuando hay peligro de incendios, los guardianes del parque pueden prohibir que hagas una fogata.



## Resumen de los puntos importantes para tu seguridad en la playa

- ✓ Nunca le des la espalda al mar.
- ✓ Si juegas en la orilla, escoge el lugar y la hora adecuada.
- ✓ Usa sólo los caminos seguros y marcados para llegar a la playa.
- ✓ No dejes que los niños exploren solos en la playa, rocas o dunas.
- ✓ Las fogatas en la playa y en los parques estatales están reglamentadas.
- ✓ Asegúrate de apagar las fogatas con arena mojada o agua cuando te vayas.
- ✓ Siempre vé con alguien cuando nades o explores la playa. Avísale a alguien que te vas y cuando piensas regresar.
- ✓ Antes de ir a la playa, de ir a pescar o dar un paseo en bote, revisa las condiciones del clima y las mareas.

**¡Disfruta las hermosas  
playas de Oregon  
con precaución!**

**En caso de urgencia  
llame:  
911**

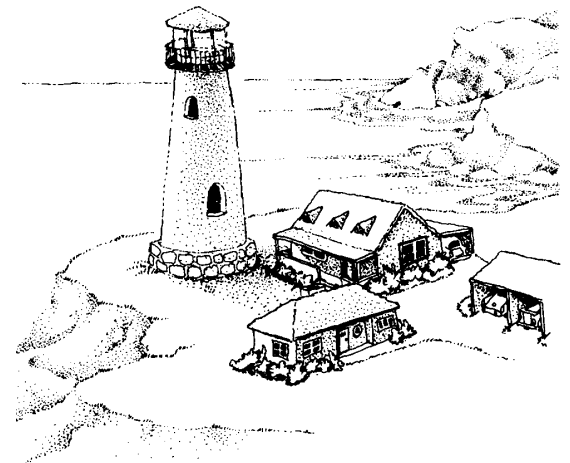


**Oregon State  
UNIVERSITY**

Esta publicación fue apoyada parcialmente por el Nacional Sea Grant College Program de la National Oceanic and Atmospheric Administration (NOAA) del U.S. Department of Commerce, bajo el patrocinio de NOAA # NA16RG1039 (proyecto # A/ESG-5) y por fondos otorgados por la legislatura del estado de Oregon. ORESU-G-06-001

© 2006 por Oregon State University. Esta publicación puede ser copiada o reimpressa en su totalidad, sin cambios, para fines no lucrativos.

# Disfruta la playa con seguridad



## Oregon Sea Grant