

## Prevenza accidentes en casa

### La supervisión de los padres es la clave

- Preste atención en todo momento a lo que rodea a su hijo. Nunca deje a un niño sin la supervisión de un adulto.

### Evite los riesgos de asfixia y atoramiento

- Amarre los cordones de las persianas de las ventanas y cuélguelos en un lugar alto, donde los niños pequeños no puedan alcanzarlos.
- Mantenga a su niño lejos de juguetes o artículos domésticos que quepen dentro de un rollo de papel higiénico. Estos artículos son demasiado pequeños y pueden involucrar riesgo de atoramiento. Sólo permita que su niño juegue con elementos que sean demasiado grandes para caber dentro de un rollo de papel higiénico.
- Asegúrese de cortar los alimentos en bocados del tamaño de un guisante, de modo que no haya riesgo de atoramiento. Los alimentos duros, redondos y resbaladizos (como las uvas, zanahorias, salchichas pequeñas, cacahuetes) al comerlos enteros pueden presentar un grave riesgo de atoramiento.

### Guarde bajo llave las sustancias químicas, los medicamentos y las sustancias venenosas

- Almacene las sustancias químicas y los medicamentos en un gabinete alto con un cerrojo seguro.
- No se refiera a las vitaminas o a los medicamentos como a “caramelos,” de modo que los niños no crean que pueden tomar más de la dosis recomendada.
- Mantenga el número telefónico (1-800-222-1222) de Poison Control Hotline (Línea de emergencia de sustancias venenosas) cerca del teléfono en todo momento.

### Minimice los riesgos de quemaduras

- Coloque las ollas en los quemadores posteriores de la cocina con las asas hacia el interior, además use cerrojos para el horno y protectores para las perillas con el fin de evitar

que los niños enciendan la cocina.

- Programe su calentador de agua a un máximo de 120°F (49°C) para evitar que el agua hierva.

### Asegure los lugares desde donde un niño puede caerse

- Mantenga las cunas y los muebles de baja altura lejos de las ventanas y de los balcones
- Instale puertas difíciles de abrir en la parte superior e inferior de las escaleras. No use andadores, ya que ellos pueden facilitar que su hijo caiga por las escaleras. Además, los andadores pueden volcarse sobre su hijo o darle acceso a cosas que podrían ser peligrosas.

### Mantenga las armas de fuego lejos de los niños

- Mantenga todas las armas de fuego que tenga en casa bajo llave y descargadas y, guarde las municiones en forma separada. Manténgalas en un lugar alto y escondido, donde los niños no puedan encontrarlas.



## Recursos

Injury Free Coalition for Kids of Miami  
[www.injuryfree.org](http://www.injuryfree.org)

Poison Control Hotline  
[1-800-222-1222](tel:1-800-222-1222)

Safe Kids Worldwide  
[www.safekids.org](http://www.safekids.org)

# Seguridad infantil

Los accidentes son la principal causa de muerte y discapacidad entre los niños. Tome medidas para evitar los accidentes en el hogar, en el agua y en la carretera.



Healthy Start Coalition  
of Miami-Dade



Healthy Start Coalition of Miami-Dade

701 SW 27th Avenue • Suite 1401

Miami, FL 33135

Phone: 305-541-0210 • Fax: 305-541-0213

[www.hscmd.org](http://www.hscmd.org)

Los niños son curiosos y les gusta explorar. Esto puede ocasionar que un niño pruebe medicamentos, juegue con fósforos o deambule cerca de la piscina. Los niños pequeños tienen habilidades cognitivas y coordinación física limitadas, lo cual conduce a un mayor riesgo de caídas y dificultad para escapar de un incendio.

## Seguridad en la cuna

Para ayudar a prevenir el síndrome de muerte súbita, siempre acueste a su bebé de espaldas. Use una cuna que cumpla con las normas de seguridad:

- El espacio entre las barras no debe ser mayor que 2 3/8 pulgadas (6.08 cm). (Si una gaseosa cabe entre las barras, el espacio es demasiado ancho.)
- No use una cuna fabricada antes de 1978, ya que puede estar pintada con pintura con plomo.
- Asegúrese de que no haya bordes metálicos filosos ni astillas en la madera.
- Las barandillas laterales de la cuna deben ser lo suficientemente altas como para que el bebé no pueda caerse o rodar hacia afuera, incluso cuando están abajo.
- El nombre del fabricante y el número de modelo deben estar siempre en una etiqueta adherida a la cuna, en caso de que se retire el modelo del mercado.
- El colchón debe ser firme y ajustarse bien entre los cuatro lados de la cuna. Si dos o más de sus dedos caben entre el colchón y los lados, consiga un colchón que se ajuste mejor.
- No use almohadas, colchas, cubrecamas, pieles de carnero, peluches, almohadillas de amortiguación y otros productos blandos en la cuna, para prevenir la asfixia.



- No compre cunas usadas con pestillos plásticos que sostengan el colchón. Si el pestillo se rompe, una esquina podría deslizarse y atrapar la cabeza del bebé.
- Mantenga la cuna lejos de las ventanas, de modo que el niño no pueda alcanzarlas y enredarse entre los cordones que cuelgan de las cortinas.
- Nunca deje a un bebé sobre un sofá, sillón reclinable, cama de niño o de adulto u otra superficie suave. Un bebé puede atascarse y asfixiarse entre los cojines.

## Seguridad en incendios

Los niños menores de 5 años enfrentan el mayor riesgo de muerte y lesiones relacionadas con incendios domésticos. Consejos:

- Mantenga los fósforos y encendedores fuera del alcance y la vista de los niños.
- Enséñele a su hijo cuanto antes que los fósforos y los encendedores no son juguetes.
- Mantenga una distancia segura (de al menos 36 pulgadas o 92.16 cm) entre los calentadores y los materiales inflamables.
- Pruebe las alarmas de humo una vez al mes. Para mayor protección, instale un detector de monóxido de carbono en un lugar céntrico fuera del área de los dormitorios.
- Diseñe y practique un plan de escape familiar.

## Seguridad en el agua

Los niños deben ser vigilados por un adulto en todo momento cuando están en el agua o cerca de ella. Los niños pueden ahogarse en una pulgada de agua. Siempre permanezca a una distancia de un brazo de su niño.

- Vacíe completamente todos los baldes, cubetas y bañeras después de cada uso. Nunca los deje llenos y sin supervisión.

- Mantenga fuera del baño a los niños pequeños, a menos que sean vigilados en forma cercana y mantenga la puerta del baño cerrada cuando no se use.
- Nunca deje solo a un niño en la bañera o al cuidado de otro niño, ni siquiera por un momento.
- Use una cerca de seguridad infantil en los cuatro lados de la piscina de su casa, jacuzzi, spa o hidromasaje.
- Aprenda el método de resucitación cardiopulmonar y sepa cómo obtener ayuda de emergencia.
- Mantenga el área de la lavandería cerrada e inaccesible para los niños pequeños.

## Seguridad en el automóvil

Uno de los trabajos más importantes que tiene como padre es mantener la seguridad de su hijo al viajar en un vehículo. Los factores que contribuyen a accidentes evitables, son el uso incorrecto de los asientos de automóviles, el uso de los asientos incorrectos con respecto al peso y la estatura de los niños, el cambio a una edad demasiado temprana del uso de los cinturones de seguridad normal.



La forma más segura para que los bebés viajen en un automóvil es en el asiento trasero del medio, de espaldas al asiento delantero, mirando hacia atrás. Así protegen la cabeza, el cuello y la espalda del bebé en una colisión. El bebé debe viajar en el automóvil de espaldas al asiento delantero hasta los 18 meses de edad y las 20 libras de peso (10 kg) o, de ser posible, durante un período más prolongado.