

Lista de verificación de seguridad para niños

Haga que su hogar sea seguro para bebés y niños. Comparta esta lista de verificación con todo aquel que cuide a su bebé. **Mantenga los números de teléfono de emergencia, como el del médico, bomberos, control de envenenamiento (1-800-222-1222) y 911, cerca del teléfono.** Enseñe a sus hijos mayores cuándo y cómo llamar al 911 y a otros números de emergencia .

Observe a su bebé de cerca

- No deje a su bebé ni a ningún otro niño pequeño solo:
 - ▶ en casa
 - ▶ en la tina
 - ▶ en un automóvil, incluso si están durmiendo
 - ▶ en una superficie elevada como una cama, cambiador o sofá
- No deje a su bebé o niño pequeño solo con otros niños o mascotas.

La seguridad en la atención de los bebés

- No deje que nadie fume o beba líquidos calientes mientras sostiene a su bebé.
- Coloque a su bebé boca arriba cada vez que lo acueste a dormir.
- No acueste al bebé en una cama de agua, almohada u otra superficie blanda con la que se pudiera asfixiar.
- Nunca deje a un bebé solo con el biberón apoyado y dentro de su boca durante la alimentación.

Seguridad de la vestimenta

- Sáqueles los cordones a la ropa.
- Use pijamas y pantuflas a prueba de fuego.
- No les ponga collares, aros o brazaletes a los bebés.

- Nunca ate un cordón alrededor del cuello de su bebé para sostener un chupón.

Seguridad de los utensilios y equipos para bebés

- Compre muebles para bebé con la etiqueta de la Consumer Product Safety Commission (Comisión para la Seguridad de los Productos de Consumo de Estados Unidos, CPSC, por sus siglas en inglés) y de la Juvenile Products Manufacturers Association (Asociación de Fabricantes de Productos infantiles, JPMA, por sus siglas en inglés).
 - ▶ Elija una cuna con barrotes que no tengan más de 2 3/8 pulgadas de distancia entre sí y que midan 26 pulgadas de altura desde el marco del colchón. Asegúrese de que el riel lateral ajustable se trabaje bien cuando esté subido.
 - ▶ Elija corralitos que tengan redes con espacios menores a 1/4 de pulgada. Asegúrese de que el material esté ajustado en forma segura al riel superior e inferior.
- Use un colchón que se ajuste perfectamente a la cuna.
- Nunca coloque almohadas, acolchonamiento, juguetes y otros objetos en la cuna de su bebé. Los bebés se pueden sofocar con estos artículos.
- No use andadores para bebés. Cada año hay bebés con lesiones graves ocurridas por caídas en los andadores.

Seguridad en todas las habitaciones de la casa

- Instale cerrojos de seguridad en todos los gabinetes y cajones que contengan objetos afilados o quebradizos, sustancias químicas o medicamentos.
- Cubra todos los tomacorrientes.
- Instale una puerta para bebés en los extremos superior e inferior de todas las escaleras.
- Cubra las esquinas y los bordes afilados de los muebles con protectores de esquinas.
- Mantenga cables eléctricos y plantas fuera del alcance de los niños.
- Coloque pantallas alrededor de los hogares, radiadores, cocinas o estufas.
- Trabe o cierre las ventanas adecuadamente. Mantenga las cortinas y sus cordones envueltos y fuera del alcance de los niños para evitar que se ahorquen accidentalmente.

Seguridad en la cocina

- Mantenga las bebidas y los alimentos calientes, los cuchillos, productos de limpieza, bolsas de plástico y los artefactos eléctricos fuera del alcance de los niños.
- Coloque las asas de las ollas mirando hacia adentro en la cocina.
- Elija una silla alta con una base amplia y fuerte y una mesa de bandeja que se sujete a ambos lados. Utilice la correa de seguridad para asegurar a su bebé en la silla. Mantenga la silla alejada de la cocina, las ventanas y mesadas de donde se puedan tomar artículos no seguros.

Seguridad del agua

- Ajuste la temperatura del calentador de agua a 120 °F (49 °C) o menos.
- Verifique que el agua del baño esté tibia y no caliente antes de poner a su bebé o hijo pequeño en el agua. Use tan sólo una pequeña cantidad de agua en la tina.
- Use una tina (bañera) para bebés durante al menos los 5 primeros meses. Luego use un asiento para la tina cuando su bebé logre sentarse sin ayuda.
- Nunca deje a su bebé o hijo pequeño solo en la tina, jacuzzi o piscina en el jardín, ni siquiera por un segundo.** Si suena el teléfono o el timbre, ignórelos o lleve a su hijo consigo para responder. Los niños pequeños se pueden ahogar muy rápidamente en una cantidad muy pequeña de agua.

Seguridad de los medicamentos

- Almacene los medicamentos y las vitaminas fuera del alcance de los niños, en un gabinete o cajón bajo llave.
- Nunca le dé remedios caseros ni medicamentos a su hijo sin consultarlo antes con un médico.
- Consulte con un médico o farmacéutico cuál es la dosis correcta de medicamento para la edad o peso de su hijo.

Seguridad de los juguetes

- Compre siempre juguetes resistentes al fuego, lavables y no tóxicos.
- Revise que los juguetes sean adecuados para la edad de su hijo.
- Mantenga los objetos pequeños, globos y bolsas de plástico alejadas de su bebé o hijo pequeño. Si un objeto cabe dentro de un tubo de papel higiénico, es porque es demasiado pequeño para su bebé o hijo pequeño.
- Enséñele a su hijo a usar un casco para la bicicleta cuando ande en bicicleta, monopatín, patineta y otros juguetes con ruedas. Los cascos reducen el riesgo de lesiones graves en la cabeza.

Seguridad en el automóvil

- Siempre use asientos de seguridad para automóviles aprobados para la edad y el peso de su hijo. Coloque a los bebés en asientos que miren hacia atrás hasta los 2 años de edad o hasta que lleguen al límite de altura y peso permitido por el fabricante, generalmente alrededor de 35 libras (16 kg).
- Instale asientos de seguridad en el asiento trasero del automóvil.
- Consulte a su hospital infantil, Departamento de Salud o Departamento de Bomberos local para que alguien vea si el asiento está colocado de la manera correcta.
- Nunca sostenga a un bebé en su regazo cuando viaje en automóvil o camión.
- Todos los ocupantes del automóvil deben usar cinturón de seguridad.

Prevención de incendios

- Mantenga fósforos y encendedores fuera del alcance de los niños.
- Instale alarmas de humo en todos los pisos de su casa. Asegúrese de colocar alarmas cerca de las habitaciones donde duermen usted y sus hijos.
- Controle las pilas de las alarmas de humo todos los meses y cámbielas cada seis meses.

- Planifique más de una ruta de escape desde cada habitación de la casa y elija un lugar para que todos se reúnan afuera. Practique el plan con sus hijos.
- Enséñele a sus hijos acerca de la seguridad con el fuego.

Otras medidas de seguridad

- El monóxido de carbono (CO) es un gas incoloro y sin olor que puede matar. Instale un detector de CO en cada piso de su casa. El CO proviene de los radiadores sin ventilación, chimeneas bloqueadas, cocinas con fugas, calentadores de agua a gas, estufas de madera o de gas, equipos que operan a gasolina como los generadores y el caño de escape de los vehículos en garajes cercanos.
- Póngase en contacto con su departamento de salud local para averiguar más acerca de los riesgos de la intoxicación con plomo si vive en una casa o utiliza una guardería construida antes de 1978. Los juguetes pintados o muebles más antiguos o de otros países también podrían tener plomo. Los niños menores de 6 años de edad corren el mayor riesgo de intoxicación con plomo.
- Mantenga las pistolas y otras armas fuera de su casa. Si debe tenerlas en casa, descárguelas y colóquelas en un lugar bajo llave. Mantenga las llaves fuera del alcance de los niños. Guarde el arma en un lugar separado de las balas.
- Considere asistir a un curso de RCP para niños y bebés y a clases de primeros auxilios.
- Enséñele a sus hijos a cruzar la calle en forma segura.
- Aplíquese protector solar a su hijo. Los bebés de menos de 6 meses deben usar sombrero.

Hable con el médico o enfermera de sus hijos si tiene alguna pregunta o duda acerca de su seguridad.

www.safekids.org/ultimate-car-seat-guide/

2006 – 1/2012 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. Wexner Medical Center at The Ohio State University, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.