



CHILDREN'S
HOME
SOCIETY OF
CALIFORNIA
www.chs-ca.org

Para obtener más información, llame al (888) CHS-4KIDS (888-247-4543). Si está interesado en obtener más información sobre nuestros programas y servicios, visite www.chs-ca.org



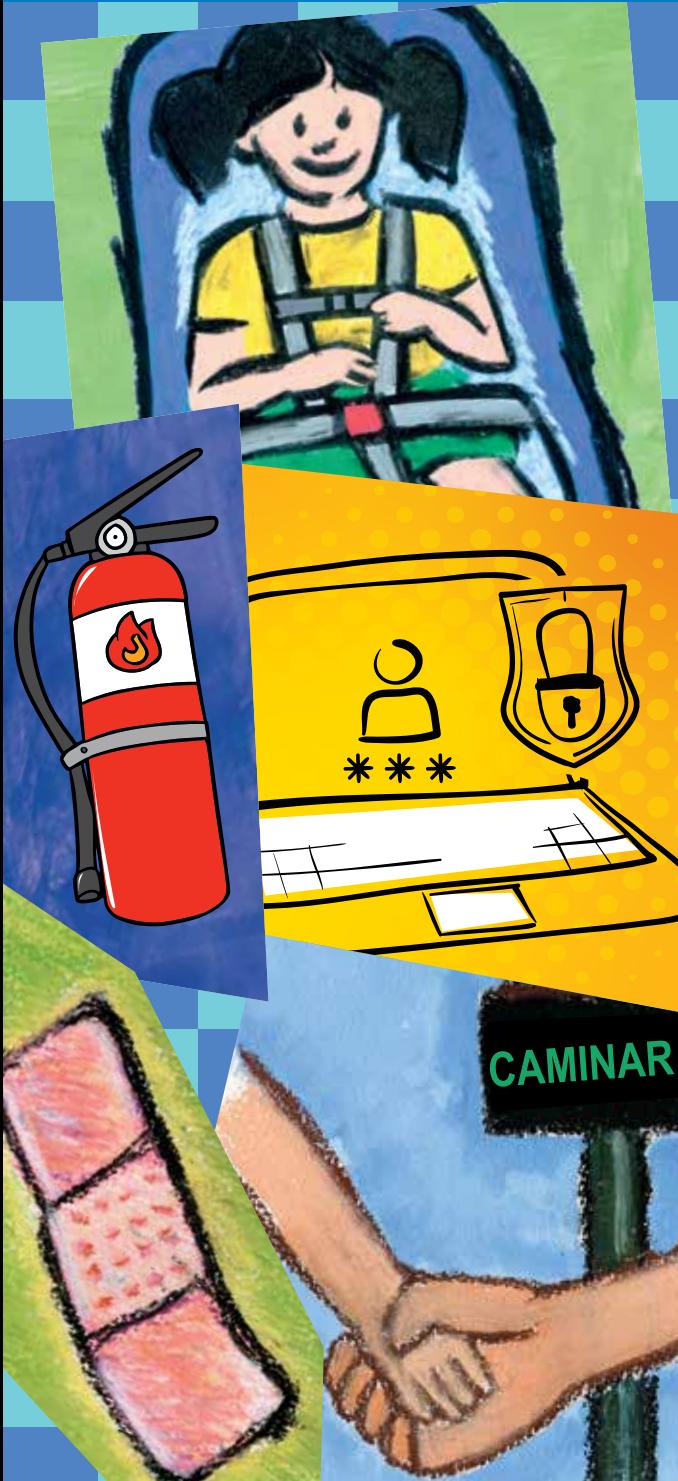
Sede Central Corporativa

1300 West Fourth Street
Los Angeles, CA 90017
(213) 240-5900
(213) 240-5945 Fax

C H I L D R E N ' S H O M E S O C I E T Y O F C A L I F O R N I A

SEGURIDAD

PROTEGIENDO A LOS NIÑOS A TRAVÉS DE LA PREVENCIÓN



A medida que los niños exploran y juegan en su entorno, pueden lastimarse. Ya sea en casa, en la guardería, en la escuela o fuera de ella, es posible que los padres y cuidadores no puedan proteger a los niños todo el tiempo.

Sin embargo, puede tomar medidas para reducir las posibilidades de que se produzcan lesiones. También puede enseñar a los niños hábitos y actitudes seguras para que puedan protegerse de situaciones peligrosas.



Este folleto incluye consejos preventivos para ayudar a mantener a los niños seguros. Al evaluar su hogar y realizar los cambios necesarios, puede ayudar a prevenir que se produzcan lesiones. Recuerde que los peligros cambian a medida que los niños crecen y se desarrollan, por lo que debe seguir estando atento a nuevos riesgos.

★ AUTOMÓVILES

Existen muchas opciones de asientos para automóviles. Para obtener más información sobre cómo elegir el tipo de asiento que mejor se adapte a las necesidades de su hijo (orientado hacia atrás, orientado hacia adelante, asiento elevado, cinturón de seguridad), comuníquese con la Administración Nacional de Seguridad del Tráfico en las Carreteras (NHTSA, por sus siglas en inglés).

Seguridad en los asientos para el automóvil

- En general, los niños de 12 años o menos deben sentarse en el asiento trasero
- Los niños no deben compartir cinturones de seguridad ni viajar sin cinturón (esto incluye viajar en el regazo de un adulto)
- Elija un asiento para el automóvil según la edad, la altura y el peso de su hijo
- Antes de instalar un asiento para el automóvil, lea tanto el manual del asiento como el manual del vehículo para conocer las instrucciones de instalación
- Registre su asiento para el automóvil e inscríbase para recibir avisos de retiro del mercado y actualizaciones de seguridad
- Para obtener información sobre eventos de revisión de asientos para el automóvil o recursos para familias de bajos ingresos, comuníquese con la campaña nacional SAFE KIDS

- Nunca deje a un niño sin supervisión dentro del automóvil, ni siquiera por un minuto. La temperatura puede volverse peligrosamente alta.
- Abróchese el cinturón cada vez que el automóvil esté en movimiento.
- Coloque recordatorios para revisar el asiento trasero, como dejar un juguete del niño en el asiento del pasajero para recordar que hay alguien en el asiento trasero.





ENTORNOS INTERIORES

Tenga un botiquín de primeros auxilios bien provisto en su hogar y en su automóvil. Asegúrese de que el proveedor de cuidado infantil o la escuela de su hijo cuente con uno. Para saber qué debe incluir un botiquín de primeros auxilios, visite el sitio web www.ready.gov.

Tenga un plan de emergencia familiar claro y práctíquelo.

Mantenga una lista de números de teléfono de emergencia en un lugar visible (enseñé a los niños que tengan la edad suficiente cómo y cuándo llamar): 911, dentista, contactos de emergencia, número de teléfono/dirección principal del hogar, hospital, Centro de Control de Envenenamientos local, pediatra y policía práctica.

médico	555-582
dentista	555-215
policía	911
trabajo de papá	555-230
celular de mamá	555-30
abuela	555-56
escuela	555-43
hospital	555-10

Electrodomésticos

- Conozca la ubicación del disyuntor
- No conecte cables (secador de pelo, tostadora) cerca del agua.
- No enchufe cables con las manos mojadas o mientras esté de pie sobre un piso mojado
- Use tapas de enchufes a prueba de niños (cubiertas deslizantes, tapas de enchufe)
- Asegure todos los cables eléctricos (con clips o organizadores de cables), ya que los niños pueden tropezar o tirar de los cables, haciendo que los objetos caigan

Caídas

- Mantenga luces nocturnas en los dormitorios y pasillos
- Utilice una alfombrilla de goma en la ducha o la bañera
- Utilice puertas de seguridad en la parte superior e inferior de las escaleras para niños menores de cuatro años

Muebles

- Fije las estanterías y los muebles altos a la pared
- Use pestillos o cerraduras de seguridad para evitar el acceso a artículos peligrosos (detergente para la ropa, productos de limpieza, objetos filosos, medicamentos)
- Use cortinas sin cordones o protecciones para ventanas y redes de seguridad

Cocina

- Gire los mangos de ollas y sartenes hacia la parte trasera de la cocina para que los niños no puedan tirarlo
- Enseñe a los niños que la cocina y el horno están calientes y no deben tocarse
- Mantenga los cuchillos fuera del alcance de los niños
- Hable con los niños sobre los peligros del triturador de basura
- Use protectores de seguridad en las perillas de la cocina que estén al frente y al alcance
- Coloque pestillos de seguridad en las puertas del refrigerador, congelador y horno para evitar que los niños se metan dentro



AMBIENTES EXTERIORES

Inspeccione los patios de juegos para verificar su seguridad (superficies calientes, objetos afilados, solidez)

Equipo de seguridad

- Bicicletas: Los niños deben usar casco y coderas
- Patinaje en línea y uso de patineta: Los niños deben usar casco, rodilleras, coderas y muñequeras

Calles

Enseñe a los niños a:

- Tomar de la mano a un adulto y mirar a ambos lados antes de cruzar la calle
- No correr hacia la calle para buscar una pelota
- Usar señales con las manos al andar en bicicleta
- Estar atentos a los autos que retroceden desde entradas de vehículos.
- Obedecer las reglas de tránsito
- Andar en bicicleta por el lado derecho de la calle, en el mismo sentido del tráfico

Sol

- Limite la exposición directa al sol entre las 10:00 a.m. y las 4:00 p.m., cuando los rayos UV son más fuertes, incluso en días nublados
- Use sombrero, gafas de sol y ropa fresca y cómoda
- Aplique protector solar y siga las instrucciones del producto
- Manténgase hidratado



AGUA

- Nunca deje solos a bebés o niños pequeños cerca del agua. Pueden ahogarse en tan solo una pulgada de agua. Esto incluye la bañera, un balde con líquido o el inodoro
- Enseñe a nadar a los niños de cuatro años en adelante
- Cuando los niños estén nadando, siempre debe haber un adulto presente. Verifique que haya equipo de emergencia junto a la piscina y que esté en buen estado
- Si tiene una piscina o jacuzzi, la mejor medida de seguridad para prevenir ahogamientos es una cerca con cerradura (de al menos cuatro pies de alto y con barrotes separados por menos de 4 pulgadas) que la rodee por completo. También se puede utilizar una cubierta de seguridad certificada
- Los juguetes de playa o de piscina no son dispositivos de flotación apropiados y no previenen el ahogamiento

VENENOS

- Al utilizar productos de limpieza, abra las ventanas para tener una ventilación adecuada
- No utilice barbacoas ni otros equipos de exterior como fuente de calor. Pueden causar intoxicación por monóxido de carbono
- Mantenga los productos químicos, productos de limpieza, cosméticos, champú y jabón fuera del alcance de los niños o en un armario con cerradura
- Investigue sobre sus plantas de interior. Algunas pueden causar irritación o ser venenosas si se ingieren o se tocan
- Enseñe a los niños a no comer, beber ni abrir productos si no saben qué son
- Signos de advertencia de intoxicación: Aliento con olor extraño, quemaduras alrededor de la boca, sudoración, malestar estomacal o vómitos, mareos o convulsiones. Si su hijo presenta estos síntomas, llame a la Línea directa de control de envenenamientos al (800) 222-1222. No intente provocarle el vómito
- Si su hijo tiene dificultad para respirar o se ha desmayado, llame al 911 de inmediato



Plomo

Fuentes de intoxicación por plomo:

- Polvo, llaves, cáscaras de pintura, arena de arenero compuesta por piedra o mármol, barro, agua, juguetes pintados y plásticos

Prevención de la intoxicación por plomo:

- Use pinturas y productos químicos sin plomo
- Lávese las manos con frecuencia y consuma alimentos saludables para reducir la posibilidad de que el cuerpo absorba plomo
- Evalúe las superficies pintadas

Pruebas y eliminación:

- Las pruebas deben ser realizadas por profesionales, especialmente en viviendas construidas antes de 1978
- Los niños en riesgo deben someterse a pruebas a los 1, 2 y 6 años.
- Las siguientes agencias pueden ayudar con las pruebas y eliminación del plomo:
 - Departamento de salud local o médico de familia
 - Centro Nacional de Información (NLIC, por sus siglas en inglés) sobre el Plomo: (800) 424-LEAD (5323)
 - Puede hacer analizar el agua contactando a la línea directa de Agua Potable Segura de la Agencia de Protección Ambiental (EPA, Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos, por sus siglas en inglés) : (800) 426-4791

Medicamento

- Mantenga los medicamentos en un armario cerrado con llave, fuera del alcance de los niños
- Siempre consulte con un médico antes de darle medicamentos a un niño
- Lea y siga todas las instrucciones y advertencias
- Los medicamentos recetados solo deben usarse para el niño y la enfermedad para la que fueron recetados
- Anote los horarios y las dosis administradas

SEGURIDAD EN INTERNET

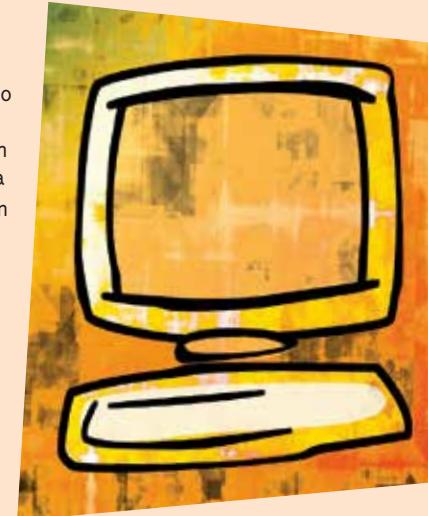
Ley de Seguridad en Internet

La Ley de Protección de la Privacidad Infantil en Línea (COPPA, por sus siglas en inglés) exige que los sitios web expliquen sus políticas de privacidad en la página y obtengan el consentimiento de los padres antes de solicitar a niños de 13 años o menos su información, como nombre, dirección, número de teléfono o número de Seguro Social.

Proteja y enseñe

a sus hijos:

- sobre el comportamiento en línea y la seguridad antes de que comiencen a usar una computadora
- a acudir a usted si tienen algún problema en Internet
- a comunicarse solo con personas que conocen en la vida real
- a no concertar encuentros con desconocidos ni compartir información personal, incluidas las contraseñas
- sobre los posibles peligros, como la información falsa, los depredadores en línea, el ciberacoso (acoso en línea que incluye fotos vergonzosas o comentarios hirientes) y el phishing (personas que se hacen pasar por amigos, agencias gubernamentales o bancos con fines ilegales)
- las reglas que limitan el tiempo que pueden usar la computadora, con quién pueden interactuar, qué sitios web y juegos pueden usar, y en qué momentos pueden utilizarla
- que siguen siendo responsables de sus acciones incluso en el mundo virtual



Salvaguardias adicionales

- Establezca límites en el uso del teléfono, la tableta y la computadora que le permitan supervisar las actividades de su hijo
- Utilice controles parentales que le permitan bloquear, supervisar, filtrar, limitar el tiempo de uso y calificar sitios web con contenido inapropiado
- Encuentre recursos adicionales sobre seguridad en Internet en www.onguardonline.gov y www.cybertipline.com (para denunciar explotación sexual infantil)



FUEGO

- Hable con los niños sobre la importancia de no jugar con velas, encendedores ni fósforos
- Demasiados enchufes en una sola toma o cables eléctricos debajo de alfombras o tapetes pueden provocar un incendio
- Asegúrese de tener detectores de humo y de monóxido de carbono afuera de cada habitación donde duerma alguien, en cada nivel de la vivienda y en el garaje
Pruebe las alarmas cada seis meses y cambie las baterías una vez al año
- Tenga linternas y extinguidores en su hogar. Aprenda a usarlos correctamente
- Si sus ventanas tienen rejas de seguridad, asegúrese de que los seguros o mecanismos de apertura funcionen.
- Tenga un plan de evacuación en caso de incendio y practíquelo
- En caso de incendio, gatee por el piso, ya que el humo y el calor suben
- Enseñe a sus hijos que, si se les prende fuego la ropa, no deben correr, sino "detenerse, tirarse y rodar". Deben DETENERSE donde están, TIRARSE al suelo y RODAR cubriéndose la cara con las manos



Visite su estación de bomberos local; se pueden solicitar recorridos. ¡Es una actividad educativa y divertida!



PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

LIBROS PARA NIÑOS

- NO DRAGONS FOR TEA: FIRE SAFETY FOR KIDS (AND DRAGONS)**
Jean E. Pendziwol, ilustrado por Martine Gourbault
- IT'S TIME TO CALL 911: WHAT TO DO IN AN EMERGENCY**
Penton Overseas

- I CAN BE SAFE: A FIRST LOOK AT SAFETY**
Pat Thomas, ilustrado por Lesley Harker

ORGANIZACIONES

- THE AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS**
(847) 434-4000 o www.aap.org

SAFE KIDS

- (202) 662-0600 o www.safekids.org

CHILDREN'S SAFETY NETWORK

- (617) 618-2918 o www.childrenssafetynetwork.org