

# Vale Mas Prevenir

0-6  
Meses

Las lesiones son el mayor peligro para la vida de su bebé.

A está edad, su bebé crece muy rápido. Tal vez le sorprenderá ver las cosas que su bebé puede hacer. Su bebé aprende a empujar, patear, torcer su cuerpo, y coger cosas a su alcance. Su bebé tratará de meterse todo en la boca, aunque sea peligroso.

Esté alerta. Vigile bien a su bebé.

¿Hace usted lo siguiente para proteger a su bebé?

**En el carro** - el lugar mas seguro para su bebé es en un asiento de seguridad para bebes. Por ley, su bebé debe viajar en el asiento trasero en un asiento de seguridad hasta que tenga 6 años o pese 60 libras.

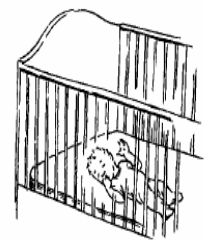
- ❑ Aseguro a mi bebé en su asiento de seguridad infantil, viendo hacia atrás. Coloco el asiento de seguridad en el asiento de atrás del carro. Aseguro que las cintas del arnés estén bien ajustadas y cómodas sobre el pecho de mi bebé.
- ❑ Nunca cargo a mi bebé sobre mis piernas cuando voy en el carro, ya sea manejando o de pasajera. En caso de un choque, podría golpear a mi bebé con mi cuerpo o hasta podría ser lanzado fuera del carro, aunque sea un choque insignificante.
- ❑ Nunca dejaré a mi bebé solo en el carro.



**Cuando duerme** - es más seguro para su bebé dormir solo en la cuna.

Si su bebé duerme con otros, ellos se podrían dar vuelta y asfixiarlo.

- ❑ Aseguro que la cuna de mi bebé este a salvo de peligros. El espacio entre los barrotes no debe ser mas de 2 3/8 de pulgadas. Que el colchón quede compacto a la cuna y que las esquinas no queden sobresalientes sino que estén al nivel de la cuna.
- ❑ Acuesto a mi bebé boca arriba. Mi doctor me dice que esta posición puede protegerlo contra la asfixia y el Síndrome de Muerte Infantil Repentina.
- ❑ Pongo la cuna de mi bebé lejos de cortinas y de cosas con cordones o lazos. Estos pueden estrangular a mi bebé.
- ❑ Acuesto a mi bebé en un colchón firme. No le pongo almohadas, ni colchas gruesas, ni animales de peluche en su cuna. Estos pueden asfixiar a mi bebé.



**De la asfixia** - los bebés aprenden a conocer su mundo metiéndose cosas en la boca. Pero se pueden atragantar con cosas pequeñas.

- ❑ No dejo cosas pequeñas en lugares donde mi bebé pueda alcanzarlas.
- ❑ No le doy alimentos sólidos como zanahorias o manzanas frescas, salchichas, uvas, pasas, nueces, palomitas de maíz, ni mantequilla de cacahuete. A está edad los bebés no pueden masticar esos alimentos, aunque uno los corte en pedacitos.
- ❑ Nunca deajo a mi bebé cerca de globos o bolsas de plástico los cuales pueden cubrir la nariz o la cara de mi bebé.
- ❑ Le pediré a mi doctor que me enseñe qué es lo que debo hacer si mi bebé se está ahogando.



## De quemaduras - los bebés se mueven mucho y, tratan de alcanzar y agarrar cosas, hasta las cosas calientes.

- No dejo nada caliente cerca de mi bebé, ya sea comida, líquidos o alguna otra cosa. Cuando cocino, pongo a mi bebé en su corralito, en su silla, o le pido a alguien que me lo cuide.
- Aseguro que mi bebé no se queme con el agua de la llave. Pongo el calentador de agua bajo de 120°. Siempre uso mi codo o la muñeca de mi mano para probar el agua antes de bañar a mi bebé.
- No dejo objetos calientes cerca de mi bebé. Para más seguridad, cubro la chimenea, la estufa de leña, o el calentón.
- Si mi bebé se quema, de inmediato pondré el área quemada en agua fría. Luego, le cubriré la quemadura con una venda limpia y sin apretarla. Después le llamaré al doctor.
- Mi casa tiene detectores de humo donde duerme mi familia. Examinó las baterías cada mes. Les cambio las baterías dos veces por año, en el otoño y en verano cuando cambiamos la hora.



## De caídas - los bebés son inquietos y se mueven mucho. Cuando uno menos lo espera se pueden caer de cualquier lugar. Las caídas le pueden hacer mucho daño a su bebé.

- Siempre mantengo una mano sobre mi bebé cuando lo visto o lo cambio sobre una mesa, cama, sofá, o en cualquier otro lugar que no sea el suelo.
- Pongo a mi bebé en su cuna, carriola, en su asiento de seguridad, o sobre el suelo cuando no lo cargo.
- Uso puertas de seguridad en las escaleras y en las puertas.
- No uso andaderas. La andadera se puede voltear y el bebé se puede caer. También podría coger cosas calientes o filosas.
- Llamaré al doctor de inmediato si mi bebé se cae y se golpea la cabeza.



## Consolando a mi bebé - los bebés lloran para decirle lo que necesitan. Cargar un bebé no es malo, no se malacostumbran.

- Cuando mi bebé llora, lo cargo y lo consuelo mientras trato de entender lo que necesita.
- Sacudir o golpear a mi bebé es peligroso. Le puedo causar daño o quitarle la vida. Si alguna vez pienso que puedo hacerle daño a mi bebé, llamare a un familiar o a una amiga. También puedo llamar al 1-800-422-4453 para pedir ayuda.



## Aprenderé dar Primeros Auxilios y Resucitación Cardio Pulmonar Infantil. Estos pueden salvar la vida de mi bebé.

Desarrollado por:  
El Centro de Política, Práctica y  
Prevención de Daños  
Con apoyo del Maternal, Child  
Adolescent Health Branch, California  
Department of Health Services  
619-594-3691

### NÚMEROS IMPORTANTES

Emergencia: 9-1-1

Envenenamientos: 1-800-222-1222

Abuso infantil: 1-800-422-4453

# Vale Mas Prevenir

7-12  
Meses

Las lesiones son el mayor peligro para la vida de su bebé.

A esta edad, su bebé aprende a voltearse, a gatear, a sentarse y pararse. Es posible que hasta trate de caminar. Su bebé va a explorar el mundo tocando y poniéndose cosas en la boca.

Esté alerta. Vigile bien a su bebé.

¿Hace usted lo siguiente para proteger a su bebé?

**En el carro** - el lugar más seguro para su bebé es en un asiento de seguridad.

Por ley, su bebé debe viajar en el asiento trasero en un asiento de seguridad hasta que tenga 6 años o pese 60 libras.

- ❑ Abrocho a mi bebé en su asiento de seguridad viendo hacia atrás. Coloco el asiento de seguridad en el asiento de atrás del carro y lejos de las bolsas de aire. Aseguro que las cintas del arnés estén bien ajustadas y cómodas sobre el pecho de mi bebé.
- ❑ Nunca cargo a mi bebé sobre mis piernas cuando voy en el carro, ya sea manejando o de pasajera. En caso de un choque, yo podría golpear a mi bebé con mi cuerpo o hasta podría ser lanzado fuera del carro, aunque sea un choque insignificante.
- ❑ Nunca dejaré a mi bebé solo en el carro.



**De caídas** - las caídas pueden hacerle mucho daño a su bebé.

- ❑ Uso compuertas de seguridad en las escaleras y los corredores de mi casa.
- ❑ Uso candados especiales en las ventanas de mi casa para no poder abrirlas más de 4 pulgadas.
- ❑ No uso andaderas. La andadera se puede voltear y el bebé puede caerse o coger cosas calientes o filosas.
- ❑ Llamaré al doctor de inmediato si mi bebé se cae y se golpea la cabeza.



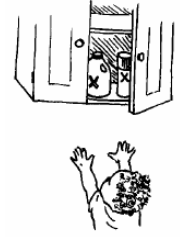
**De quemaduras** - su bebé tratará de alcanzar y coger cosas, hasta las cosas calientes.

- ❑ No dejo nada caliente cerca de mi bebé, ya sea comida, líquidos o alguna otra cosa. Mantengo a mi bebé fuera de la cocina cuando cocino.
- ❑ Cuido que mi bebé no se queme con el agua de la llave. Pongo el calentador de agua bajo de 120°. Siempre uso mi codo o la muñeca de mi mano para probar el agua, antes de bañar a mi bebé.
- ❑ Cubro la chimenea, la estufa de leña, o el calentón con una reja de seguridad.
- ❑ Si mi bebé se quema, de inmediato pondré la quemadura en agua fría. La cubriré con una venda limpia y sin apretarla. Después llamaré al doctor.
- ❑ En mi casa tengo detectores de humo en cada lugar donde duerme mi familia. Examinó las baterías cada mes. Les cambio las baterías dos veces por año, en el otoño y en el verano cuando cambiamos la hora.



**De envenenamientos** - su bebé tratará de meterse todo en la boca, aunque tenga mal sabor. No es suficiente con sólo decirle que no lo haga.

- ❑ Mantengo todas las medicinas, maquillaje, vitaminas, pastillas de hierro, y químicos de limpiar lejos de donde mi bebé los puede ver o alcanzar. Uso candados de seguridad en todas las puertas, cajones y armarios de la casa.
- ❑ Si mi niño come algo venenoso llamaré de inmediato al Centro de Envenenamientos al 1-800-876-4766. Ellos me dirán que hacer.



**De la asfixia** - los bebés aprenden a conocer su mundo metiéndose cosas en la boca. Los bebés pueden atragantar con cosas pequeñas.

- ❑ No dejaré cosas pequeñas en lugares donde mi bebé pueda alcanzarlas.
- ❑ No le doy alimentos sólidos como zanahorias o manzanas frescas, salchichas, uvas, pasas, nueces, palomitas de maíz ni mantequilla de cacahuete.
- ❑ Nunca dejo a mi bebé cerca de globos o bolsas de plástico los cuales pueden cubrir la nariz o la cara de mi bebé.
- ❑ Le pediré a mi doctor que me enseñe qué es lo que debo hacer si mi bebé se está ahogando.



**De que no se ahogue** - los bebés pueden ahogarse rápido y en sólo pocas pulgadas de agua.

- ❑ Siempre cuido a mi bebé cuando está en o cerca del agua. Eso quiere decir, cerca del baño, de alguna cubeta de agua, de cualquier clase de alberca o jacuzzi.
- ❑ No permito que mi bebé se acerque o se meta a la alberca si no estoy con él. La alberca tiene una cerca de 5 pies a su alrededor. La puerta de la cerca se cierra por sí sola. La cerradura no está al alcance de mi bebé.
- ❑ Siempre vacio los baldes, albercas para niños y baños de agua al acabar de usarlos.



**Consolando a mi bebé** - los bebés lloran para decirle lo que necesitan.

Cargar un bebé no es malo, no se malacostumbran.

- ❑ Cuando mi bebé llora, lo cargo y lo consuelo mientras trato de entender lo que necesita.
- ❑ Sacudir o golpear a mi bebé es peligroso. Le puedo causar daño o quitarle la vida. Si alguna vez pienso que puedo hacerle daño, llamare a un familiar o a una amiga. También, puedo llamar al 1-800-422-4453 para pedir ayuda.



**Aprenderé dar Primeros Auxilios y Resucitación Cardio Pulmonar Infantil.**  
Estos pueden salvar la vida de mi bebé.

Desarrollado por:  
El Centro de Política, Práctica y  
Prevención de Daños  
Con apoyo del Maternal, Child  
Adolescent Health Branch, California  
Department of Health Services  
619-594-3691

#### **NÚMEROS IMPORTANTES**

Emergencia: 9-1-1

Envenenamientos: 1-800-222-1222

Abuso infantil: 1-800-422-4453

# Vale Mas Prevenir

1-3  
Años

**Las lesiones son el mayor peligro para la vida de su niño.**

A está edad, los niños aprenden a hablar, caminar, correr, subirse a cosas y abrir puertas. Su niño quiere explorarlo todo. No entiende lo que es el peligro. No siempre va a entender ni acodarse de lo que usted le dice. No es suficiente con sólo decirle que no lo haga.

**Esté alerta. Vigile bien a su niño.**

**¿Hace usted lo siguiente para proteger a su niño?**

**En el carro - el lugar más seguro para su niño es en un asiento de seguridad. Por ley, su niño debe viajar en el asiento trasero en un asiento de seguridad hasta que tenga 6 años o pese 60 libras.**

- ❑ Abrocho a mi niño en su asiento de seguridad. Coloco el asiento de seguridad en el asiento de atrás del carro. Aseguro que las cintas del arnés estén bien ajustadas y cómodas.
- ❑ Aseguro que el asiento de seguridad es propio para la edad y peso de mi niño. El asiento de seguridad de mi niño puede ser instalado volteado hacia el frente solamente si mi niño tiene 1 año y pesa 20 libras.
- ❑ Nunca cargo a mi niño sobre mis piernas cuando voy en el carro, ya sea manejando o de pasajera. En caso de un choque, mi niño podría ser dañado por mi cuerpo y lanzado fuera del carro, aunque sea un choque insignificante.
- ❑ Nunca dejaré a mi niño solo en el carro.



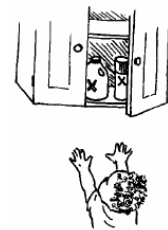
**De que no se ahogue - s esta edad, su niño corre mucho riesgo de ahogarse especialmente en las albercas.**

- ❑ No permito que mi niño se acerque o se meta a la alberca si no estoy con él. La alberca tiene una cerca de 5 pies a su alrededor. La puerta de la cerca se cierra por sí sola. Mi niño no puede alcanzar la cerradura.
- ❑ Vigilo mucho a mi niño cuando estoy de visita en una casa con alberca. Aseguro que estén con llave las puertas que van a la alberca. En caso de que no encuentre a mi niño, lo primero que haré es ir a revisar la alberca.
- ❑ Siempre vacio los baldes, la alberca de niños y baños de agua al acabar de usarlos.



**De envenenamientos - su niño tratará de ponerse cosas en su boca, aunque tenga mal sabor. No es suficiente con solo decirle que no lo haga.**

- ❑ Mantengo todas las medicinas, maquillaje, vitaminas, pastillas de hierro, y químicos de limpiar lejos de donde mi bebé los puede ver o alcanzar. Uso candados de seguridad en todas las puertitas, cajones y armarios de la casa. Uso tapaderas a prueba de niños y mantengo los productos en sus contenidos originales.
- ❑ Tengo el número del Centro de Envenenamientos cerca del teléfono. Si mi niño come algo venenoso llamaré de inmediato al Centro de Envenenamientos al 1-800-876-4766. Ellos me dirán que hacer.



**De caídas** - su niño es muy activo a esta edad y se puede caer seguido. Hay caídas que pueden afectarle seriamente.

- ❑ Uso compuertas de seguridad en las escaleras y puertas de mi casa.
- ❑ Uso cerraduras especiales en las ventanas de mi casa para que no se puedan abrir más de 4 pulgadas.
- ❑ Aseguro que el área que está debajo de los juegos en el patio de recreo tenga un hule grueso o al menos 12 pulgadas de aserrín o de arena. Esto puede proteger a mi niño para que no se golpee si se cae.
- ❑ Si mi niño se cae, voy a observarlo para ver si se desmaya, vomita o le da sueño. Si noto cualquiera de estas cosas, llamaré al doctor inmediatamente.



**Cuando ande en su bicicleta** - su niño siempre debe usar un casco de seguridad cuando anda en triciclo o monopatín. Por ley, todos los niños deben de usar cascos cuando andan en sus bicicletas.

- ❑ Aseguro que mi niño use su casco cada vez que anda en bicicleta, monopatín o patines. El casco le debe quedar bien ajustado pero cómodo.



**Alrededor de los carros** - su niño todavía no entiende el peligro del tráfico y los carros. Es muy difícil para los conductores ver a los niños pequeños cuando van manejando.

- ❑ Siempre llevo a mi niño de la mano cuando cruzamos la calle. Cuando caminamos, le explicó cómo cruzar la calle sin peligro. Le enseñó a ver hacia la izquierda, a la derecha y otra vez hacia la izquierda. Siempre cruzamos la calle juntos.
- ❑ No permitó que mi niño juegue detrás de o entremedio de los carros, ni en las entradas a los estacionamientos, las cocheras, ni cerca de calles muy transitadas.
- ❑ Antes de subirme al carro, camino alrededor de el para asegurarme que mi niño no está detrás del vehículo.



**De quemaduras** - su niño quiere explorarlo todo y no entiende lo que es el peligro. Los líquidos y las comidas calientes pueden causar quemaduras serias.

- ❑ No dejo que mi niño se queme con agua caliente. Pongo el calentador de agua bajo de 120°. Siempre uso mi codo o la muñeca de mi mano para probar el agua antes de bañar mi niño.
- ❑ No dejo nada caliente cerca de mi niño, ya sea comida, líquidos o alguna otra cosa. Mantengo a mi niño fuera de la cocina cuando cocino. Cubro la chimenea, estufa de leña, o el calentador con una reja de seguridad.
- ❑ En mi casa tengo detectores de humo en cada área donde duerme mi familia. Examino las baterías cada mes. Les cambio las baterías dos veces por año, los días en que tenemos que cambiar la hora en el otoño y la primavera.



**Aprenderé dar Primeros Auxilios y Resucitación Cardio Pulmonar Infantil. Estos pueden salvar la vida de mi niño.**

Desarrollado por:  
El Centro de Política, Práctica y  
Prevención de Daños  
Con apoyo del Maternal, Child  
Adolescent Health Branch, California  
Department of Health Services  
619-594-3691

### **NÚMEROS IMPORTANTES**

Emergencia: 9-1-1

Envenenamientos: 1-800-222-1222

Abuso infantil: 1-800-422-4453

# Vale Mas Prevenir

4-5  
Años

**Las lesiones son el mayor peligro para la vida de su niño.**

A esta edad, su niño quiere hacer cosas nuevas y lucirse ante usted para que esté más orgullosa de él. Su niño tal vez trate de hacer cosas que los adultos o los niños mayores hacen. Su niño es muy pequeño para entender lo que es el peligro. Aunque usted le diga que algo es dañino, puede ser que su niño no se acuerde de lo que el deber de hacer.

**Esté alerta. Vigile bien a su niño.**

**¿Hace usted lo siguiente para proteger a su niño?**

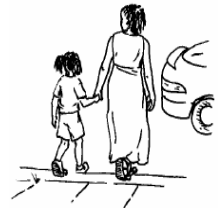
**En el carro - el lugar más seguro para su niño es en un asiento de seguridad.**  
Por ley, su niño debe de viajar en el asiento trasero en un asiento de seguridad o "booster" hasta que tenga 6 años o pese 60 libras.

- ❑ Abrocho a mi niño en un asiento de seguridad cada vez que viajamos en carro. Aseguro que el cinturón de seguridad le quede sobre el hombro y las caderas pero no sobre su cuello, la garganta o el estomago.
- ❑ Aseguro que mi niño viaje en el asiento de atrás del carro, lejos de las bolsas de aire. El lugar más seguro para el en el carro es en el asiento de atrás.
- ❑ Nunca dejaré a mi niño solo en el carro.



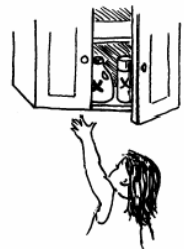
**De que no se ahogue - a esta edad, su niño corre mucho riesgo de ahogarse, especialmente en las albercas.**

- ❑ No permito que mi niño se acerque o se meta a la alberca si no estoy con él. La alberca tiene una cerca de 5 pies a su alrededor. La puerta de la cerca se cierra por sí sola. Mi niño no puede alcanzar el candado de la cerca.
- ❑ Vigilo mucho a mi niño cuando estoy de visita en una casa con alberca. Aseguro que estén con llave las puertas que van a la alberca. Si no encuentro a mi niño, lo buscaré primero en la alberca.
- ❑ Si mi niño juega cerca del agua, lo vigiló constantemente.



**De envenenamientos - su niño es curioso y capaz de subirse a las sillas o abrir cajones.**

- ❑ Mantengo todas las medicinas, maquillaje, vitaminas, pastillas de hierro, y químicos de limpiar lejos de donde mi bebé los puede ver o alcanzar. Uso candados de seguridad en todas las puertitas, cajones y armarios de la casa. Uso tapaderas a prueba de niños y mantengo los productos en sus contenidos originales.
- ❑ Tengo el número del Centro de Envenenamientos cerca del teléfono. Si mi niño come algo venenoso llamaré de inmediato al Centro de Envenenamientos, al 1-800-876-4766. Ellos me dirán que hacer.



**De caídas** - su niño es muy activo a esta edad, y se puede caer mucho. Hay caídas que pueden lastimarlo seriamente.

- ❑ Uso candados especiales en las ventanas de mi casa para que no se puedan abrir más de 4 pulgadas.
- ❑ Cuando llevo a mi niño a jugar a una área de recreo, aseguro que haiga un hule grueso o al menos 12 pulgadas de aserrín o de arena, bajo del equipo de recreo. Esto podría proteger a mi niño para que no se golpee si se cae.
- ❑ Si mi niño se cae, pondré atención para ver si se desmaya, vomita o le da sueño. Si noto cualquiera de esas cosas, le llamaré al doctor inmediatamente.



**Cuando anda en bicicleta** - su niño debe de usar un casco de seguridad cuando ande en un monopatín, patines de cuchilla, patines con ruedas o en una patineta. Por ley, todos los niños deben de usar un casco de seguridad cuando anden en bicicleta.

- ❑ Aseguro que mi niño use su casco cada vez que anda en su bicicleta. El casco le debe quedar bien ajustado. Aseguro que las correas y hebillas sujetan el casco para que no le quede suelto.
- ❑ No permito que mi niño ande en su bicicleta en la calle o cerca de los carros que están en movimiento.
- ❑ No permito que mi niño salga a jugar después de que empiece a oscurecer.



**De las armas de fuego** - en la casa son muy peligrosas para los niños.

Si mi familia decide tener una arma en la casa, siempre la mantenemos descargada y bajo llave. La carga se guarda en un lugar separado. Además, usamos un candado para el gatillo de la arma.

- ❑ Les pregunto a los adultos de las casas que mi niño visita si tienen armas de fuego. No permito que mi hijo juegue en hogares donde las armas de fuego no son guardadas debidamente.



**Dar confianza y respeto** - Todos los niños necesitan que los guíen en una dirección positiva para poder aprender y crecer. La comunicación es esencial para lograr la confianza y el respeto.

- ❑ Pongo mucha atención a lo que mi niño piensa y siente. Quiero que me tenga confianza para que me busque cada vez que necesite ayuda.



**Aprenderé dar Primeros Auxilios y Resucitación Cardio Pulmonar Infantil. Estos pueden salvar la vida de mi niño.**

Desarrollado por:  
El Centro de Política, Práctica y  
Prevención de Daños  
Con apoyo del Maternal, Child  
Adolescent Health Branch, California  
Department of Health Services  
619-594-3691

#### **NÚMEROS IMPORTANTES**

Emergencia: 9-1-1

Envenenamientos: 1-800-222-1222

Abuso infantil: 1-800-422-4453

# Vale Mas Prevenir

6-8  
Años

**Las lesiones son el mayor peligro para la vida de su niño.**

A esta edad, su niño pasa mucho tiempo con sus amigos. Su niño tal vez haga cosas que lo ponen en peligro por que lo retan o para probar que ya es grande. El peligro es que le pueda suceder algo. Es muy importante que su niño recuerde las reglas de seguridad que usted le ha impuesto.

**Esté alerta. Vigile bien a su niño.**

**¿Hace usted lo siguiente para proteger a su niño?**

**En el carro - el lugar más seguro para su niño es en el asiento trasero en un "booster" o cuando usa los cinturones de seguridad. Por ley, su niño debe viajar abrochado en un "booster" hasta que tenga 6 años o pese 60 libras. Use el "booster" apropiado para la edad y peso de su niño hasta que le quede bien el cinturón de seguridad del carro.**

- ❑ Aseguro que mi niño y todos los que viajan en el carro tengan los cinturones de seguridad puestos antes de empezar el carro. Siempre uso mi cinturón de seguridad. Nunca permito que se pongan los cinturones de seguridad de hombro por debajo del brazo.
- ❑ Aseguro que mi niño este correctamente abrochado en un asiento de seguridad o con el cinturón de seguridad. Aseguro que los cinturones de seguridad le quedan sobre el hombro y las caderas pero no sobre el cuello, la garganta o el estomago.
- ❑ Aseguro que mi niño viaje en el asiento de atrás del carro. El lugar más seguro en el carro para mi niño es en el asiento de atrás.
- ❑ Nunca dejaré a mi niño ni a otros niños solos en, o alrededor del carro.



**En la calle - su niño aún no puede calcular bien la velocidad ni el movimiento de los carros. Su niño no siempre se acordará cómo debe cruzar la calle sin peligro.**

- ❑ Siempre llevo a mi niño de la mano cuando cruzamos la calle. Cuando caminamos, le explicó cómo cruzar la calle sin peligro. Le enseñó a ver hacia la izquierda, a la derecha y otra vez hacia la izquierda. Siempre cruzamos la calle juntos.
- ❑ Vigilo atentamente a mi niño cuando juega afuera. Es más seguro que juegue en un patio o jardín que tiene cerca. O, lo llevo a una área de recreo para niños o al parque.



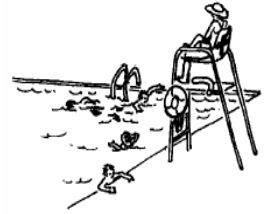
**Cuando juega - participando en los deportes y jugando en los patios de recreo puede ser agradable y saludable para su niño. Siempre hay que mantener la seguridad en mente.**

- ❑ Cuando llevo a mi niño a jugar a una área de recreo, aseguro que haiga un hule grueso o al menos 12 pulgadas de aserrín o de arena bajo del equipo de recreo. Esto podría proteger a mi niño para que no se golpee si se cae.
- ❑ Aseguro que mi niño use todo el equipo de protección cuando juega cualquier deporte.



**Cuando está en el agua** - a los niños les encanta jugar en el agua y nadar. Necesitan aprender a hacerlo sin peligro.

- Incribiré a mi niño en clases de natación. Aunque mi niño sepa nadar, esto no quiere decir que no corre peligro cuando está cerca del agua.
- No permito que mi niño nade o juegue cerca del agua sin el cuidado de un adulto. Nunca dejo que nade en canales o en agua con fuerte corriente.
- Aseguro que mi niño use un salvavidas cuando se pasea en barco, esquía o va "tubing en el río."



**Cuando anda en bicicleta** - su niño debe usar un casco de seguridad cuando anda en la patineta, los patines de ruedas, patines de cuchilla, o el monopatín. Por ley, todos los niños deben usar un casco de seguridad cuando andan en bicicleta.

- Aseguro que mi niño use su casco cada vez que anda en bicicleta. El casco le debe quedar bien ajustado. Aseguro que las correas y hebillas sujetan el casco para que no le quede suelto.
- No permito que mi niño juegue en la calle o cerca de carros que están en movimiento.
- No permito que mi niño juegue afuera después de que empiece a oscurecer.



**De las armas de fuego** - en la casa son muy peligrosas para los niños.

Si mi familia decide tener una arma en la casa, siempre la mantenemos descargada y bajo llave. La carga se guarda en un lugar separado. Además, usamos un candado para el gatillo de la arma.

- Les pregunto a los adultos de las casas que mi niño visita si tienen armas de fuego. No permito que mi hijo juegue en hogares donde las armas de fuego no son guardadas debidamente.



**Confianza y Respeto** - Todos los niños necesitan que los guíen en una dirección positiva para poder aprender y crecer. La comunicación es esencial para lograr la confianza y el respeto de ellos.

- Pongo mucha atención a lo que mi niño piensa y siente. Quiero que me tenga confianza para que me busque cada vez que necesite ayuda.



**Aprenderé dar Primeros Auxilios y Resucitación Cardio Pulmonar Infantil.**  
Estos pueden salvar la vida de mi niño.

Desarrollado por:  
El Centro de Política, Práctica y  
Prevención de Daños  
Con apoyo del Maternal, Child  
Adolescent Health Branch, California  
Department of Health Services  
619-594-3691

#### **NÚMEROS IMPORTANTES**

Emergencia: 9-1-1

Envenenamientos: 1-800-222-1222

Abuso infantil: 1-800-422-4453