

Seguridad en el Hogar para los Niños y los Bebés

Use esta lista de verificación para que su hogar sea seguro para los niños y los bebés. Mantenga los números de teléfono de emergencias (atención de salud primaria, cuerpo de bomberos y control de toxicología) cerca del teléfono. Enseñe a sus hijos mayores a marcar el 911.

Vigile a su Bebé de Cerca

- Nunca deje a un niño solo en casa, en una bañera o en el auto.
- Nunca deje a un bebé sobre una superficie elevada, como una cama, un cambiador o un sofá sin nadie cerca vigilándolo.
- No deje a un bebé solo con mascotas.

Tome Medidas de Seguridad en cada Habitación

- Coloque cierres de seguridad en todos los armarios y cajones que contengan objetos filosos, productos químicos o medicamentos.
- Coloque cubiertas en todos los tomacorrientes.
- Coloque una barrera de seguridad al comienzo y final de todas las escaleras.
- Cubra las esquinas y los bordes filosos de los muebles con cantoneros.
- Coloque pantallas alrededor de objetos calientes como radiadores, estufas y calentadores ambientales.

Seguridad con los Juguetes

- Mantenga los objetos pequeños alejados de su bebé. Si un juguete es lo suficientemente pequeño para caber dentro de un rollo de papel higiénico, es demasiado pequeño para su bebé.
- Revise los juguetes para asegurarse de que sean adecuados para la edad de su hijo.
- Compre juguetes resistentes al fuego, lavables y no tóxicos.



Seguridad en la Habitación y con la Ropa del Bebé

- Compre muebles infantiles que tengan la etiqueta de la Comisión de Seguridad de los Productos de Consumo (CPSC, Consumer Product Safety Commission) o de la Asociación de Fabricantes de Productos Juveniles (JPMA, Juvenile Products Manufacturers Association).
- Use un colchón para cuna que encaje perfectamente en la cama. Fije los seguros de las barandas laterales cuando estén elevadas.
- Coloque a su bebé boca arriba para dormir.
- Quite los cordones ajustables de la ropa del bebé. No le ponga collares, anillos o pulseras al bebé. Nunca ate moños o cordones alrededor del cuello del bebé para sujetar un chupete.
- Use pijamas resistentes a las llamas.

Para obtener más información, llame a Servicio al Cliente al **(415) 615-4555**.

O visite **www.healthysanfrancisco.org**

Seguridad en la Cocina y el Baño

- Mantenga las bebidas y los alimentos calientes, los cuchillos y los artefactos eléctricos fuera del alcance de su hijo.
- Ajuste el calentador de agua a 120 °F o menos.
- Use una bañera para bebé al menos durante los primeros 5 meses. Después use un asiento para bañera cuando su bebé sea lo suficientemente grande para bañarlo en la bañera.
- Compruebe que el agua de la bañera esté tibia, no caliente, y use solamente poca agua en la bañera.

Seguridad con los Medicamentos

- Mantenga los medicamentos y las vitaminas fuera del alcance de su hijo, en un cajón o armario cerrados con llave.
- Nunca dé a su bebé medicamentos o remedios caseros sin consultar primero con el médico.
- Consulte al proveedor de salud de su bebé para conocer la dosis de medicamento adecuada para la edad o el peso de su bebé.

Seguridad en el Auto

- Use siempre asientos de seguridad aprobados para niños que sean adecuados para la edad y el peso de su hijo.
- Nunca sostenga un bebé o un niño en su regazo mientras conduce un auto o una camioneta.
- Todas las personas del vehículo deben usar el cinturón de seguridad.

Prevención de Incendios

- Mantenga los fósforos y los encendedores fuera del alcance de su hijo.
- Revise los detectores de humo todos los meses y cambie las baterías todos los años.
- Prevea más de una vía de escape en cada habitación de la casa.

Otros Aspectos de Seguridad

- No permita que nadie fume ni beba líquidos calientes mientras sostiene a su bebé.
- Coloque protector solar a todos los niños. Coloque un sombrero a los bebés de menos de 6 meses de edad.
- Considere realizar un curso de reanimación cardiopulmonar (RCP) para bebés y niños y una clase de primeros auxilios.

Fuentes:

"Vaccinations for Children" (Vacunas para los niños)
National Health Information Center
(Centro Nacional de Información sobre la Salud),
www.healthfinder.gov

"Child Safety Checklist"
(Lista de verificación de seguridad para los niños)
www.healthinfotranslations.com