

¿Es su casa “a prueba de bebés”?

Lista de seguridad

Proteja a su bebé de lesiones innecesarias:
revise su casa por estos riesgos a la seguridad



La seguridad en la casa

- Ponga los números **911**, el Centro de Control de Envenenamiento **800 222-1222** y los números de los contactos de emergencia cerca de cada teléfono y póngalos en su teléfono celular.
- Guarde todas las medicinas bajo llave (incluyendo las vitaminas y el fluoruro) y los productos de limpieza en gabinetes fuera del alcance en todo momento.
- Siempre debe seguir las instrucciones del fabricante cuando instale cualquier equipo nuevo. Si está usando equipo de segunda mano, asegúrese de que cumpla los requisitos de seguridad actuales y que no haya sido retirado por la Comisión de Seguridad de Productos para el Consumidor: www.cpsc.gov.
- Considere retirar las armas de su casa. Las armas siempre se deben guardar descargadas y bajo llave. Las municiones se deben guardar bajo llave por separado.
- Provea un ambiente libre de humo para su hijo

La seguridad en el agua

- Los baños de bebés no son un sistema de seguridad. Nunca deje a un bebé sin supervisión dentro del agua o cerca de la misma.
- Instale seguros en la tapa de la taza del baño o bloquee el acceso al baño. Vacíe toda el agua restante en tinas, lavamanos y baldes cuando no se estén usando.
- Cuando naden o salgan en barco, siempre deben ponerse un chaleco salvavidas y siempre debe supervisar a los niños. Los flotadores inflables no son un sustituto seguro.

La prevención de ahogamiento y asfixia

- Los bebés SIEMPRE se deben acostar boca arriba sobre un colchón firme.
- Asegúrese de que no haya cobijas, almohadas, juguetes ni otros peligros en el lugar donde duerme el bebé.
- Mantenga todos los cordones de las persianas de las ventanas fuera del alcance.
- Mantenga fuera del alcance todas las cosas peligrosas que pueden ahogar a su bebé como los globos desinflados, las bolsas de plástico y los juguetes pequeños diseñados para niños mayores.
- Vigile de cerca a los niños mientras comen y corte toda su comida en pedacitos que midan menos de media pulgada

La prevención de caídas

- Evite colocar los asientos rebotadores y los portabebés sobre los muebles, los mostradores de cocina o los carritos de compra. Cuando use el asiento de un carrito de compras, abróchele el cinturón de una manera segura.
- Su bebé pudiese aprender a voltearse sin avisar – siempre debe mantener a su bebé al alcance cuando esté en la mesa para cambiar pañales, la cama, el sofá o cualquier mueble alto.
- Las andaderas para bebés ya no se recomiendan debido al peligro de caídas y el acceso a objetos peligrosos. Use un centro de actividad inmóvil como una alternativa más segura.
- Use anclajes y correas para fijar los muebles pesados de la pared y para impedir que se caigan.
- Use protectores de esquinas o parachoques para las mesas para cubrir las esquinas agudas de los muebles.
- Instale trabas en las ventanas para impedir que se abran más de cuatro pulgadas.
- Bloquee el acceso a las escaleras instalando una puerta protectora en la parte de abajo y la de arriba. La puerta protectora de la parte de arriba de la escalera se debe fijar de una manera segura en la pared o el pasamano, no se debe montar a presión.

La seguridad contra incendios y prevención de quemaduras

- Instale protectores plásticos en los enchufes eléctricos que no se estén usando y recoja bien los cables. Mantenga los electrodomésticos desenchufados y alejados del agua.
- Instale un detector de humo en el techo de cada habitación.
- Instale un detector de monóxido de carbón en cada nivel de su casa. Revise el funcionamiento de todos los detectores una vez al mes.
- Bájele la temperatura al calentador de agua a 120 grados para prevenir las quemaduras graves.
- Los bebés menores de seis meses de edad no deben estar expuestos a la luz solar directa – por largos períodos de tiempo. Cuando estén afuera, vista al bebé con ropa ligera y un sombrero que le cubra la cara y el cuello. Si es inevitable estar al sol, use el protector solar (de factor 15 o más alto) y vuelva a aplicárselo cada dos horas.

Viaje de una manera más seguro

Tres de cada cuatro portabebés se usan de manera incorrecta: ayúdenos a proteger a su bebé



La seguridad de los niños como pasajeros

- La Academia Americana de Pediatría (AAP, siglas en inglés) junto con el Hospital de niños Doernbecher recomiendan mantener a los niños en asientos orientados hacia atrás hasta los 2 años de edad o hasta que alcancen la estatura y el peso máximos para su asiento. Revise el manual de propietario del asiento de carro y el manual de su vehículo para conseguir la posición correcta para su hijo en su asiento de carro y la instalación del asiento en su carro. No ponga nunca un asiento orientado hacia atrás en el asiento delantero del carro con una bolsa de aire frontal activa.
- Los niños que pesan más de 40 libras o que han llegado al límite de peso del sistema de arnés de su asiento de carro, deben usar un asiento elevador hasta que midan 4pies 9 pulgadas o tengan ocho años de edad y el asiento de seguridad adulto les ajuste correctamente. Acuérdesse: los niños deben estar listos del punto de vista de desarrollo y entender cómo sentarse correctamente cuando se está haciendo la transición a un asiento elevador (a los 5 años de edad aproximadamente).
- El asiento trasero es el lugar más seguro para los niños menores de 13 años. Aún con las bolsas de aire avanzadas, los niños puede fallecer o quedar seriamente lesionados debido a la bolsa de aire.
- Llame al Centro de Seguridad Tom Sargent para fijar una cita para una revisión gratuita del asiento de carro o visite nuestro sitio web para encontrar un evento de revisión de asientos en el área donde vive. Llame al **503 494-3735** o visite el portal **www.doernbecher.com/childsafety** para obtener más información
- La ley de Oregon dice que los padres o las personas encargadas de los niños no deben fumar en vehículos motorizados si hay niños presentes. Para obtener más información sobre la ley de Oregon visite el portal: **http://www.oregon.gov/ODOT/TS/pages/safetybelts.aspx**

Para obtener más información y sugerencias de cómo hacer su hogar un lugar seguro, pase por el Centro de Seguridad Tom Sargent en el Hospital de Doernbecher.

Lunes a viernes 9:30 a.m. - 3:30 p.m.

Los productos de seguridad para el hogar y los cascos para deportes a bajo costo están en exhibición y disponibles para la compra.

Centro de seguridad Tom Sargent de Doernbecher

Hospital de niños Doernbecher en OHSU Lobby
700 S.W. Campus Drive
Portland, OR 97239

503 418-5666

safety@ohsu.edu

www.doernbecher.com/childsafety



**DOERNBECHER
CHILDREN'S HOSPITAL**
Oregon Health & Science University