



Proporcione a su niño un
Comienzo Seguro



Adaptado y reproducido por



En colaboración con



Generosamente apoyado por





Las lesiones no ocurren por casualidad...

La mayoría de las lesiones son predecibles y evitables.

¿Sabía usted...?

Las lesiones son la causa número uno de muerte de niños.



Aprenda más....

visite www.healthunit.com/safe-start para ver el DVD Give Your Child a Safe Start. (Brinde a su niño un comienzo seguro).

Cada año...

el Children's Hospital (Hospital de Niños) del London Health Sciences Centre (Centro de Ciencias de la Salud de London) atiende a miles de niños lesionados. "Brinde a su niño un comienzo seguro" quiere ayudarle a mantener a sus niños saludables y seguros.

En los niños pequeños, la mayoría de las lesiones suceden en el hogar.

Puede evitar las lesiones siguiendo unos pocos pasos simples.

● Caídas.....	6
● Quemaduras y escaldaduras	8
● Envenenamiento.....	10
● Asfixia.....	12
● Seguridad en el auto	14
● Seguridad de los productos	16
● Seguridad en el agua	18
● Dormir seguro	20
● Recursos	22

Caídas

¿Sabía usted...?

Las caídas son la causa más común de lesiones en bebés y niños. Pueden caerse fácilmente por las escaleras, desde la cama, el sillón, la mesa e incluso por una ventana abierta.

Las caídas pueden causar de huesos rotos y serias lesiones en la cabeza.

La vigilancia es el mejor modo de mantener a su hijo a salvo de las caídas.



Instale una compuerta de seguridad montada en la pared en la parte superior e inferior de las escaleras.



Mantenga la cuna y otros muebles alejados de las ventanas para evitar que su niño se trepe a ellos y se caiga hacia afuera.



Manténgase cerca en el patio de juegos y asegúrese de que estén usando elementos de juego con una altura menor que 1,50 metros.



Mantenga siempre una mano sosteniendo a su niño mientras se encuentre en el cambiador.

¿Cómo puedo evitar las caídas?



Use siempre correctamente las tiras para sujetar provistas en los equipos para los niños de acuerdo a las instrucciones del fabricante.



Use productos de seguridad para fijar los aparatos de televisión o muebles a la pared, de modo que no caigan sobre su niño.



Coloque las sillas mecedoras o los asientos para el auto en el piso en lugar de hacerlo sobre una mesa o encimera.

Su niño podría moverse y causar que la mecedora o el asiento para el auto caigan al suelo.



Bloquee las ventanas abiertas a 10 centímetros (4 pulgadas) o menos usando dispositivos de seguridad para ventanas. Su niño podría caerse por una ventana abierta.

Las pantallas o cortinas no protegerán a su hijo de una caída por la ventana.

Quemaduras y escaldaduras

¿Sabía usted...?

Las quemaduras son la segunda causa principal de lesiones en niños menores de 5 años de edad.

La vigilancia es el mejor modo de mantener a su niño a salvo de quemaduras y escaldaduras.



Instale una alarma de humo en cada nivel de su hogar y fuera de todas las áreas de dormir.



Disminuya la temperatura de sus grifos de agua caliente a 49 °C.



Asegúrese de que los enchufes eléctricos estén completamente cubiertos.



Verifique que los fósforos y encendedores estén bajo llave y fuera de la vista y el alcance del niño.

¿Cómo puedo evitar las quemaduras?



Mantenga las bebidas y comidas calientes fuera del alcance de su niño. Use un jarro con una tapa firmemente ajustada.



Use los quemadores traseros cuando cocina y dirija las manijas de cacerolas y sartenes hacia la parte trasera del artefacto.



Verifique siempre la temperatura del agua del baño con el brazo o el codo, antes de colocar a su niño en la bañera.



Instale una compuerta o pantalla de seguridad atornillada alrededor su chimenea.



Mantenga todos los aparatos electrodomesticos y sus cables alejados del borde de la encimera.

Envenenamiento

¿Sabía usted...?

Cerca de la mitad de todos los casos de envenenamiento se producen en niños menores de 6 años de edad. La mayor parte de estos envenenamientos suceden en el hogar.

La vigilancia es el mejor modo de mantener a su niño a salvo de los envenenamientos.



Mantenga los productos tóxicos en sus envases originales.

Instale una alarma de monóxido de carbono de acuerdo a las instrucciones del fabricante.



¿Cómo puedo evitar el envenenamiento?



Coloque los productos tóxicos bajo llave y fuera de la vista y el alcance de los niños pequeños.



Coloque las botellas con tapas de seguridad en un armario también bajo llave. Estas botellas no son a prueba de niños. Los niños pequeños pueden retirar estas tapas fácilmente.



A menudo los niños no pueden advertir la diferencia entre los productos dañinos y los que son inofensivos. Algunos productos que son tóxicos pueden verse igual que los que son seguros.



Mantenga las plantas alejadas de los bebés y niños pequeños. Muchas plantas son venenosas. Es importante que usted descubra cuáles son venenosas.

Asfixia

¿Sabía usted...?

A los bebés, deambuladores y niños de corta edad les gusta ponerse cosas en la boca.

Pueden asfixiarse si algún alimento u objeto pequeño quedan atrapado en su garganta y bloquean su respiración.

La vigilancia es el mejor modo de mantener a su niño a salvo de la asfixia.

Asfixia



¿Qué puedo hacer para evitar la asfixia?



Siempre siéntese con su niño y préstele atención mientras come.



Mantenga monedas, todo tipo de pilas, globos, imanes, caramelos duros y otros elementos pequeños alejados de los bebés y niños pequeños edad.



Corte las salchichas, las uvas y otros alimentos en pedazos pequeños antes de ofrecerlos a su niño, para evitar que se asfixie.



Enseñe a los niños mayores a no dejar juguetes u otros objetos pequeños tirados a su alrededor.

Seguridad en el auto

¿Sabía usted...?

Los choques de vehículos son la causa principal de muerte y lesiones graves de niños en Canadá.

En todos los viajes, los niños tienen que ser sujetados en su asiento de seguridad correctamente instalado y adecuado a su edad, altura y peso.



¿Cómo puedo llevar a mi niño seguro en el auto?



Asegúrese de tener un asiento para auto aprobado para su uso en Canadá y sepa cómo instalarlo y usarlo correctamente.



Utilice las instrucciones del asiento para auto y su manual de usuario del auto como guías. Hay videos con instrucciones para asistirle disponibles en www.mto.gov.on.ca



Los niños deben ubicarse siempre en el asiento trasero del auto. Toda vez que sea posible, use el asiento trasero central.



A medida que su niño crezca, asegúrese de hacer los cambios necesarios al asiento y/o pasar a la etapa o modelo siguiente según sea necesario.

Seguridad de los productos

¿Sabía usted...?

Todos los días se retiran del mercado productos para niños debido a problemas de seguridad.



Cuando compre o reciba productos de segunda mano para su niño, esté atento. Algunos de estos productos no cumplen con las normas de seguridad regulatorios actuales.



Siga siempre todas las instrucciones del fabricante.



Si compra productos fuera del país, asegúrese de que estén aprobados para su uso en Canadá.

¿Qué necesito saber?



Revise que los juguetes de su niño no tengan imanes pequeños y manténgalos fuera de su alcance. Si se tragan uno o más imanes, se puede provocar un daño grave al organismo.



Verifique la presencia de plomo en los juguetes de su niño. El plomo puede ser muy dañino para los bebés y niños.



No use andadores, velas con reencendido o dispositivos de auto-alimentación para infantes. Estos productos están prohibidos en Canadá debido que han causado gran número de lesiones.



Complete y envíe la tarjeta de registro de todos los productos nuevos para su niño y suscríbase o verifique las listas de productos retirados del mercado en el sitio web de Healthy Canadians en www.healthycanadians.gc.ca

Seguridad en el agua

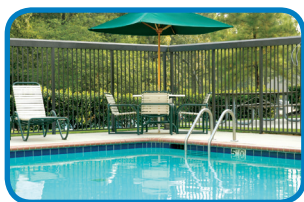
¿Sabía usted...?

El ahogarse es la segunda causa principal de muerte de niños entre 1-14 años de edad en Canadá.

La vigilancia es el mejor modo de mantener a su niño a salvo de ahogarse.



Tenga siempre a su niño a su alcance y a la vista en todo momento cuando el niño esté en o cerca del agua.



Las piscinas del patio trasero deben estar cercadas en los cuatro lados con puertas autobloqueo y pestillo de seguridad.

¿Cómo puedo evitar el ahogarse?



Siempre esté bien al lado de su niño cuando él está en la bañera. Si tiene que retirarse, lleve al niño con usted.



Los aros y los asientos para bañera no son seguros. Su niño puede deslizarse y hundirse en el agua. Permanezca junto a su niño en todo momento.



Asegúrese de que los niños pequeños, los que recién aprendieron o no pueden nadar usen un chaleco salvavidas o un dispositivo de flotación individual cuando se encuentren en o cerca del agua.



Cualquier acumulación de agua, no importa cuán poco profunda o pequeña sea, puede significar un peligro de ahogarse para su niño.

Seguridad al dormir

¿Sabía usted...?

La creación de un entorno seguro para que el bebé duerma puede reducir el riesgo del síndrome de muerte súbita.

La cuna, camita con barrotes o cuna de mimbre de su niño debe cumplir las normas de seguridad de Canadá.

Middlesex-London Health Unit (Unidad de Salud de Middlesex-London) recomienda compartir el dormitorio durante los primeros seis meses de vida de su niño.



¿Qué necesito saber?



Ponga siempre a su bebé a dormir boca arriba. El lugar más seguro para que duerma su bebé es solo en una cuna, camita con barrotes o cuna de mimbre cerca de su cama.



Mantenga la cuna, camita con barrotes o cuna de mimbre libre de cualquier protector de cuna, almohada, acolchado, manta pesada, juguete o cuña posicionadora para dormir.



Mantenga los cordeles de las cortinas altos y fuera del alcance de modo que el cuello de su niño no pueda quedar atrapado en ellos.



Verifique que el colchón de la cuna de su bebé sea firme y calce justo. Si hay un espacio, la cabeza de su bebé puede quedar atrapada y podría dejar de respirar.

Recursos

Asientos de seguridad para el auto

www.buckleupbaby.ca

Instituto Canadiense de la salud de niño

www.cich.ca

Asociacion Canadiense de Pediatría

www.cps.ca

Cruz Roja Canadiense

www.redcross.ca

Hospital de niños en al London Health Sciences Centre

www.lhsc.on.ca/About_Us/Childrens_Hospital

Salud en Canada

www.hc-sc.gc.ca

Canadienses saludables

www.healthycanadians.gc.ca

**Asociación para la Seguridad de Infantes y
Deambuladores**

www.InfantandToddlerSafety.ca

Departamento de Bomberos de London

www.london.ca/fire

Recursos

Unidad de salud de Middlesex-London

www.healthunit.com

Ministerio de Transporte

www.mto.gov.on.ca

Centros de edad temprana en Ontario

www.ontarioearlyyears.ca

Centro de Control de Venenos de Ontario

www.ontariopoisoncentre.ca

Parachute Canada

www.parachutecanada.org

Agencia de Salud Pública de Canadá

www.phac-aspc.gc.ca

St. John Ambulance

www.sja.ca

Ministerio de Transporte de Canadá

www.tc.gc.ca

Brinde a su niño un comienzo seguro

aprendiendo como mantener a tu hijo
seguridad y libre de lesiones.

Sabiendo que hacer en caso de emergency
puede salvar la vida de tu hijo.



Recuerde...

- Tome un curso de Primeros Auxilios y Resucitación Cardiopulmonar (CPR).
- Inscríbese en un programa para aprender a nadar usted y su niño.

Para mayor informacion visite:
www.healthunit.com/safe-start