

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.

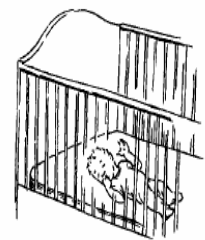
- ❑ Aseguro a mi bebé en su asiento de seguridad infantil, viendo hacia atrás. Coloco el asiento de seguridad en el asiento de atrás del carro. Aseguro que las cintas del arnés estén bien ajustadas y cómodas sobre el pecho de mi bebé.
- ❑ Nunca cargo a mi bebé sobre mis piernas cuando voy en el carro, 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 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 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.



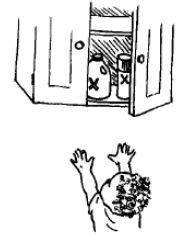
De quemaduras - su bebé tratará de alcanzar y coger cosas, hasta las cosas calientes.

- ❑ 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.



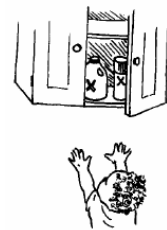
De que no se ahogue - s esta edad, su niño corre mucho riesgo de ahogarse especialmente en las albercas.

- ❑ 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.

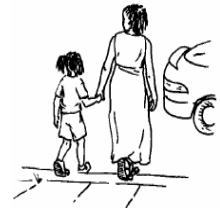
Por ley, su niño debe de viajar en el asiento trasero en un asiento de seguridad o "booster" hasta que tenga 6 años o pese 60 libras.

- ❑ 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.



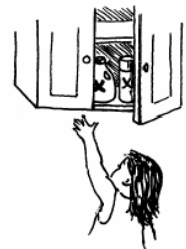
De que no se ahogue - a esta edad, su niño corre mucho riesgo de ahogarse, especialmente en las albercas.

- ❑ 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.



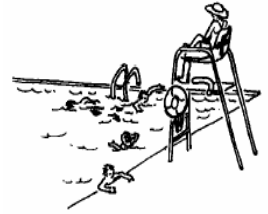
Cuando juega - participando en los deportes y jugando en los patios de recreo puede ser agradable y saludable para su niño. Siempre hay que mantener la seguridad en mente.

- ❑ 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

Las lesiones son el mayor peligro para la vida de su hijo/a.

A esta edad, los amigos son importantes para su hijo. Es normal que su hijo quiera seguir más los consejos de sus amigos. Su hijo aún no tiene un concepto claro del peligro y aceptará más retos. También, es normal que dude de su autoridad. Es importante que usted imponga las reglas de conducta establecidas.

Esté alerta. Enseñe y guíe a su hijo/a a que haga buenas decisiones.

¿Hace usted lo siguiente para proteger a su hijo/a?

Cuando viaja en carro

El cinturón de seguridad puede proteger a su hijo de sufrir lesiones o hasta de perder la vida en caso de un choque. Por ley, su hijo debe usar un cinturón de seguridad cuando viaja en carro.

- Aseguro que mi hijo 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 hombro atrás de la espalda o por debajo de los brazos.
- Aseguro que mi hijo este bien abrochado en su cinturón de seguridad. Aseguro que el cinturón de seguridad le quede sobre el hombro y las caderas, no sobre el cuello, la garganta y el estomago de el.
- Aseguro que mi hijo viaje en el asiento de atrás del carro porque es el lugar más seguro.

Cuando usa la bicicleta

Su hijo debe usar casco cuando usa la patineta, patines de ruedas, patines de cuchilla o el monopatín. Por ley, todos los niños deben usar cascos cuando andan en bicicleta.

- Aseguro que mi hijo use su casco cada vez que anda en su bicicleta. Su casco esta bien ajustado y no suelto. Aseguro que las correas y hebillas sujetan el casco para que no le quede suelto.
- Aseguro que mi hijo sepa las reglas de tránsito. Le enseño que viaje en la dirección del tráfico. Le enseño cómo usar las señales de mano para dar vuelta o hacer un alto.

Contra la violencia

Es importante hablar con su hijo sobre cómo evitar situaciones violentas.

- Enseño a mi hijo que evite la gente que parece ser violenta; y que no vaya a lugares donde pueda meterse en líos. Le enseño como alejarse de situaciones violentas y que debe acudir a un adulto de confianza si necesita ayuda.
- Enseño a mi hijo cómo controlar sus enojos o situaciones de conflicto. Pediré ayuda a algún doctor o consejero si noto que mi hijo no puede controlar su enojo o disgusto.
- Enseño a mi hijo a respetarse a sí mismo y a los demás. Por medio de mis palabras y mi conducta le demostraré que es el respeto.

Contra las armas de fuego

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 hijo visita, si tienen armas de fuego. No permito que mi hijo juegue en hogares donde las armas de fuego no son guardadas debidamente.

Cuando juega deportes

Los deportes pueden enseñar a su hijo como respetarse a si mismo y el trabajo en equipo. Es importante siempre tener la seguridad en mente.

- ❑ Aseguro que mi hijo use todo el equipo de protección para el deporte que juega. Lo usa aún cuando practica su deporte y cuando juega con sus amigos.
- ❑ Le enseño a mi hijo como jugar de manera justa y a obedecer las reglas del juego.

De que no se ahogue

Es importante que su hijo aprenda a nadar. Pero aunque sepa nadar, la realidad es que aún así se puede ahogar.

- ❑ No permito que mi hijo nade o juegue cerca del agua sin que haya un adulto que lo cuide. Nunca dejo que nade en canales o en agua de alta corriente.
- ❑ Aseguro que mi hijo lleve puesto un chaleco de salvavidas cuando pasea en barco, esquía o va "tubing en el río."
- ❑ Inscribiré a mi hijo en clases de natación. Aunque mi hijo sepa nadar, esto no quiere decir que no corre peligro cerca del agua.
- ❑ Cuando mi hijo quiera hecharse un clavado en el agua, le recordaré que entre de pies primero para medir la profundidad del agua.

Contra el alcohol y las drogas

No es demasiado temprano para hablar con su hijo acerca de los peligros del uso del alcohol y otras drogas. Escuche a su hijo y haga preguntas.

- ❑ Conozco las señales de advertencia del uso del alcohol y otras drogas. Las señales incluyen andar con nuevos amigos, baja repentina en el rendimiento escolar, faltar a la escuela, actitud hostil o pérdida de interés en sus pasatiempos o actividades favoritas.
- ❑ Le enseño a mi hijo cómo mantenerse alejado de las personas y de los lugares donde se pueden consumir el alcohol y otras drogas.
- ❑ Lo que yo hago y digo refleja lo que espero de mi hijo. Yo no abuso el alcohol o uso drogas.
- ❑ Mantengo, bajo llave, los productos caseros que pueden ser inhalados tales como la pintura en spray o solventes.
- ❑ Conozco los amigos de mi hijo, los padres de ellos y tengo sus números de teléfono. Siempre sé dónde está mi hijo.

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

Vale Mas Prevenir . . .

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

A esta edad, los amigos son muy importantes para su joven. Su joven puede hacer cosas peligrosas sólo porque sus amigos lo hacen. Hay muchos jóvenes que todavía no comprenden cómo sus acciones pueden hacerles daño. Su joven dudará de su autoridad. Esto es normal y está relacionado con el crecimiento. Pero, usted puede influir en las decisiones de su joven.

Sea parte de la vida de su joven. Enséñelo/a y guíelo/a para que tome buenas decisiones.

Contra la violencia

La violencia es la razón principal por la cual mueren muchos jóvenes. Usted puede ayudar a disminuir la incidencia de la violencia en la vida de su joven.

- ❑ Enseño a mi joven que evite la gente que parezca ser violenta y que no vaya a lugares donde pueda meterse en líos. Le enseñó como alejarse de situaciones violentas.
- ❑ Le enseñó cómo controlar sus enojos o situaciones de conflicto y que debe tomar tiempo para calmarse cuando se enoja. Le pediré ayuda a algún doctor o consejero si noto que mi joven batalla en controlarse.
- ❑ Platico con mi hijo sobre cómo llevarse bien con otras personas. La violencia o el control sobre otra persona nunca debe ser parte de una relación de novios o entre amigos. Nadie debe golpear, bofetear, empujar o controlar a otra persona.

Contra la depresión y el suicidio

No es fácil ser un joven. Puede ayudarlo a sobrevivir los tiempos difíciles. Escúchelo y hable con él.

Le pediré ayuda a un doctor o consejero si mi joven:

- Parece estar muy triste o deprimido. Hay cambios drásticos en su humor, hábitos de dormir, peso o amistades.
- Habla de que el o sus amigos quieren o intentan suicidarse.
- Usa alcohol o drogas para sentirse mejor o para escapar de sus problemas.

Contra el alcohol y las drogas

Escuche a su joven, haga preguntas y esté consciente de las señales y síntomas del uso de alcohol o drogas.

- ❑ Estoy consciente de las señales de advertencia del uso del alcohol y otras drogas. Las señales incluyen andar con nuevos amigos, baja repentina en el rendimiento escolar, faltar a la escuela, actitud hostil o pérdida de interés en sus pasatiempos o actividades favoritas.
- ❑ Conozco los amigos/as de mi hijo/a, los padres de ellos y tengo sus números de teléfono. Siempre sé dónde está mi joven.

Cuando juega deportes

Los deportes pueden enseñar a su joven como respetarse a si mismo y el trabajo en equipo. Es importante tener la seguridad en mente.

- ❑ Animo a mi joven a que use todo el equipo de protección para el deporte que juega. Le enseñó a mi hijo/a como jugar de manera justa y a obedecer las reglas del juego.

Cuando anda en bicicleta

- ❑ Su joven debe usar un casco cuando anda en bicicleta, patines de rueda o en patineta. Por ley, cualquier persona menor de 18 años debe usar un casco cuando anda en la bicicleta.
- ❑ Le recuerdo a mi joven que use su casco cada vez que anda en su bicicleta. Su casco esta bien ajustado y no suelto. Le recuerdo que las correas y hebillas sujetan el casco para que no le quede suelto.
- ❑ Enseño a mi joven a seguir las reglas de tránsito. Le recuerdo que vaya en la dirección del tráfico y que use las señales de mano apropiadas.
- ❑ Platico con mi hijo acerca del peligro asociado con el uso del alcohol y otras drogas cuando anda en los patines de ruedas, la bicicleta, el monopatín o la patineta.

Contra las armas de fuego

Las armas de fuego en la casa son peligrosas para los jóvenes. 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 las armas.

- ❑ Pregunto a los adultos de las casas que mi joven visita si tienen armas de fuego. No permito que mi hijo juegue en hogares donde las armas de fuego no son guardadas debidamente.
- ❑ Platico con mi joven sobre los peligros de las armas de fuego. Hablamos de cómo evitar la violencia relacionada con armas de fuego.
- ❑ Le enseño a mi joven que se distancie de otros jóvenes que tienen armas de fuego.

Cuando viaja en carro

Los choques de automóvil son la segunda causa principal por la que mueren muchos jóvenes. Los cinturones de seguridad impiden que su joven se lastime seriamente o pierda la vida en un choque. Por ley, todos deben usar el cinturón de seguridad cuando viajan en un vehículo.

- ❑ Aseguro que mi joven y cualquier otra persona en el carro usen su cinturón de seguridad cada vez que viajan en carro-aunque vaya de pasajero con sus amigos. Le ayudo a mi joven a ser un conductor competente. Aseguro que sigamos todos las reglamentos para obtener la licencia de manejar.
- ❑ Digo a mi joven que nunca tome alcohol cuando maneja. También le aconsejo que nunca se suba a carro con alguien que ha estado tomando alcohol o drogas.

De que no se ahogue

Su joven puede ser fuerte y saber nadar. Pero esto no quiere decir que el siempre esta seguro en el agua.

- ❑ Platico con mi joven sobre los peligros del uso del alcohol y otras drogas cuando está cerca o adentro del agua. Mi joven no nada en canales o en agua de alta corriente. No va a nadar o a pasear en lancha solo. Si lo hiciera, estas le podrían quitar su vida.
- ❑ Mi joven usa un chaleco de salvavidas cuando se va pasear en lancha, a esquiar o cuando va "tubing."
- ❑ Cuando mi hijo quiera hecharse un clavado en el agua, le recordaré que entre de pies primero para medir la profundidad del agua.
- ❑ Voy a inscribir a mi joven en clases de natación.

**Aprenderé como dar Resucitación Cardio Pulmonar y Primeros Auxilios.
Estos pueden salvarle la vida a su joven.**

Las lesiones son el mayor peligro para la vida de su joven. ^{Años}

A esta edad, su joven es más independiente y tal vez pase más tiempo fuera de la casa. Su joven quizás haga cosas que son peligrosas, si sus amigos las hacen. Pero aún así, usted puede influir en sus decisiones.

Platique con su joven acerca de como tomar decisiones seguras.

Contra la violencia

La violencia es la razón principal por la cual muchos jóvenes pierden la vida. Usted puede ayudar a disminuir la incidencia de violencia en la vida de su joven.

- ❑ Platico con mi joven acerca de cómo evitar gente que parece ser violenta y lugares donde pueda meterse en líos. Le enseño como alejarse de situaciones violentas.
- ❑ Platicamos de maneras sanas para controlar sus enojos y situaciones de conflicto. Le aconsejo que tome tiempo para calmarse cuando se enoja. Si es necesario, le pediré ayuda a un doctor o consejero.
- ❑ Platicamos sobre cómo llevarse bien con otras personas. La violencia o el control sobre otra persona nunca debe ser parte de una relación de novios o entre amigos. Nadie debe golpear, bofetear, empujar o controlar a otra persona.

Contra la depresión y el suicidio

No es fácil ser adulto. Usted puede ayudar a su joven a sobrevivir los tiempos duros.

Le pediré ayuda a un doctor o consejero si mi joven:

- Parece estar muy triste o deprimido. Hay cambios drásticos en su humor, hábitos de dormir, peso o amistades.
- Habla de que el o sus amigos quieren o intentan suicidarse.
- Usa alcohol u otras drogas para sentirse mejor o escapar de sus problemas.

Cuando juega deportes

Los deportes pueden enseñar a su joven como respetarse a si mismo y el trabajar en equipo. Es importante tener la seguridad en mente.

- ❑ Animo a mi joven a que use todo el equipo de protección para el deporte que juega.
- ❑ Le enseño a mi joven como jugar de manera justa y a obedecer las reglas del juego.

Contra las armas de fuego

Es muy peligroso tener armas de fuego en casa.

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 las armas.

- ❑ Platico con mi joven sobre los peligros de las armas de fuego y cómo evitar la violencia relacionada con ellas. Esto significa que mi joven debe alejarse de personas que tienen armas.

Cuando viaja en carro

Los choques de automóvil son la segunda causa principal por la que jóvenes pierden la vida. En caso de choque, los cinturones impiden que su joven sea lastimado seriamente o pierda la vida. Por ley, todos deben usar el cinturón de seguridad cuando viajan en un vehículo.

- ❑ Le pido a mi hijo que use su cinturón de seguridad cada vez que maneja o viaja en carro. También cuando sale con sus amigos. Le recuerdo que nunca tome alcohol y maneje. También le aconsejo que no se suba a un carro con alguien que ha estado tomando alcohol o usando drogas.
- ❑ Le enseño a mi joven a ser un conductor competente. Aseguro de seguir todas las reglamentos para que obtenga su licencia de manejar.

Cuando anda en bicicleta o motocicleta

Por ley, todas las personas que viajan en motocicleta deben usar un casco de motocicleta. Cualquier persona menor de 18 años debe de usar un casco de seguridad.

- ❑ Le pido a mi joven que use su casco cada vez que ande en bicicleta o motocicleta.
- ❑ Platicamos sobre los peligros de conducir bajo el efecto del alcohol y otras drogas.
- ❑ Le recuerdo a mi joven que maneje con cuidado, use las señales correctas de tránsito y observé las reglas de tránsito.

De que no se ahogue

Su joven puede ser fuerte y saber nadar. Pero esto no quiere decir que siempre estará seguro en el agua.

- ❑ Platico con mi joven sobre los peligros relacionados con el uso de alcohol y las drogas cuando está cerca o dentro del agua.
- ❑ Mi joven no nada en canales o en agua de alta corriente. No va a nadar o viajar en lancha solo. Si lo hiciera, estas le podría quitarle la vida.
- ❑ Le pido a mi joven que use un chaleco de salvavidas cuando se va a pasear en un barco, a esquiar o va "tubing."
- ❑ Cuando mi joven quiera hecharse un clavado en el agua, le recordaré que entre de pies primero para medir la profundidad del agua.
- ❑ Inscribiré a mi joven en clases de natación.

Contra el alcohol y las drogas

Escuche bien a su joven. Haga preguntas y esté consciente de las señales y síntomas del uso del alcohol y drogas.

- ❑ Estoy consciente de las señales de advertencia del uso del alcohol y drogas. Las señales incluyen andar con nuevos amigos, baja repentina en el rendimiento escolar, faltar a la escuela, actitud hostil o pérdida de interés en sus pasatiempos o actividades favoritas.
- ❑ Platicamos sobre los peligros del uso de alcohol y otras drogas. Le enseño como salirse de situaciones incómodas y que me llame para ir por él.
- ❑ Conozco los amigos de mi hijo/a, los padres de ellos y tengo sus números de teléfono. Siempre sé dónde está mi hijo/a.

Aprenderé como dar Resucitación Cardio Pulmonar y Primeros Auxilios. Estos le pueden salvar la vida a su joven.