

Lista de verificación de seguridad para niños

Child Safety Checklist

Keep your home safe for babies and children. Share this checklist with anyone who cares for your child. **Keep emergency phone numbers, such as doctor, fire department, poison control (1-800-222-1222) and 911, close to the phone.** Teach your older children how and when to call 911 or other emergency phone numbers.

Watch Your Child Closely

- Never leave your baby or young child alone:
 - at home
 - in a bathtub
 - in a car, even when your child is sleeping
 - on a raised surface, such as a bed, changing table or sofa
- Do not leave your baby or young child alone with other children or uncaged pets.

Safety with Baby Care

- Do not let anyone drink hot liquids while holding your baby.
- Do not let anyone smoke around your baby.
- Place your baby on his or her back every time to sleep.
- Do not lay your baby on a waterbed, pillow or other soft surface that could suffocate him or her.
- Never prop a bottle during a feeding.

Haga que su hogar sea seguro para bebés y niños. Comparta esta lista de verificación con todo aquel que cuide a su bebé. **Mantenga los números de teléfono de emergencia (médicos, bomberos, control de envenenamientos (1-800-222-1222) y 911, cerca del teléfono.** Enseñe a sus hijos mayores cuándo y cómo llamar al 911 y a otros números de emergencia.

Observe a su hijo de cerca

- Nunca deje solos ni a su bebé ni a sus niños pequeños:
 - en el hogar
 - en una tina (bañera)
 - en un automóvil, incluso si está durmiendo
 - sobre una superficie elevada, como una cama, una mesa para cambiar pañales o un sofá
- Nunca deje solos ni a su bebé ni a sus niños pequeños con otros niños ni con mascotas fuera de sus jaulas.

Seguridad con el cuidado del bebé

- No deje que nadie beba líquidos calientes mientras sostiene a su bebé.
- No deje que nadie fume alrededor de su bebé.
- Ponga siempre a su bebé boca arriba cada vez que duerma.
- No acueste al bebé en una cama de agua, almohada u otra superficie blanda con la que se pudiera asfixiar.
- Nunca deje a un bebé solo con el biberón apoyado para inclinarlo.

Clothing Safety

- Remove drawstrings in clothing.
- Use flame retardant sleep sacks and onesies.
- Do not put necklaces, rings or bracelets on babies.
- Never tie anything around your baby's neck, even to hold a pacifier.

Nursery and Equipment Safety

- Buy baby furniture with the Consumer Product Safety Commission (CPSC) or the Juvenile Products Manufacturers Association (JPMA) label.
 - Choose a crib with slats no more than 2 3/8 inches apart and railing that measure 26 inches high from the mattress frame. Do not use a crib with chipped paint or broken parts. Do not use side drop models.
 - Choose playpens that have mesh with less than 1/4 inch spaces. Make sure the material is securely attached to the top rail and bottom. Never leave the side of a playpen lowered.
- Use a crib mattress that fits snugly.
- Never place pillows, padding, bumpers, toys or other items in your baby's crib or playpen. Babies can suffocate on these items.
- Do not use baby walkers. Each year babies are seriously injured from falls while in walkers.

Seguridad con la ropa

- Sáquele los cordones a la ropa.
- Use pijamas o enteritos a prueba de fuego.
- No les ponga collares, aros o brazaletes a los bebés.
- Nunca ate nada alrededor del cuello del bebé, ni para colgar un chupón.

Seguridad del cuarto del bebé y los equipos

- Compre muebles para bebé con la etiqueta de la Comisión para la Seguridad de los Productos de Consumo de Estados Unidos (Consumer Product Safety Commission, CPSC) y de la Asociación de Fabricantes de Productos infantiles (Juvenile Products Manufacturers Association, JPMA).
 - Elija una cuna con listones que no tengan más de 2 3/8 pulgadas de separación y una barandilla que mida 26 pulgadas de alto desde el armazón del colchón. No use cuna con pintura agrietada o piezas rotas. No use modelos con barandillas que suben y bajan.
 - Elija corralitos que tengan malla con espacios de menos de 1/4 de pulgada. Asegúrese de que el material esté atado al riel de arriba y a la parte de abajo. Nunca deje la pared lateral de un corralito abajo.
- Use un colchón que se ajuste perfectamente a la cuna.
- Nunca coloque almohadas, protectores, chichoneras, juguetes u otros artículos ni en la cuna ni en el corralito del bebé. Los bebés pueden sofocarse con estos artículos.
- No use andadores para bebés. Cada año los bebés sufren lesiones graves por caídas mientras están en andadores.

Safety in All Rooms of the House

- Put safety latches on all cabinets and drawers that contain sharp or breakable objects, chemicals or medicines.
- Put outlet covers on all electrical outlets.
- Put a baby gate at the top and bottom of all stairways.
- Cover corners and sharp edges of furniture with corner protectors.
- Keep items such as electrical cords and plants out of children's reach.
- Put screens around fire places, hot radiators, stoves, kerosene or space heaters.
- Lock or latch windows properly. Keep blind and drapery cords wrapped and out of reach to prevent accidental hanging.

Kitchen Safety

- Keep hot drinks and foods, knives, cleaning products, plastic bags, and electrical objects out of children's reach.
- Keep pot handles facing inward on the stove.
- Choose a high chair with a wide sturdy base and a tray table that securely attaches to both sides. The base should be wider than the top of the chair. Use the safety strap to hold your baby securely in the chair. Keep the chair away from the stove, windows and counters where unsafe items can be pulled off.
- Never hold or carry a child while using the stove.
- Do not heat baby food, formula or breastmilk in a microwave. It can create hot spots.

Seguridad en todas las habitaciones de la casa

- Instale cerrojos de seguridad en todos los gabinetes y cajones que contengan objetos afilados o quebradizos, sustancias químicas o medicamentos.
- Cubra todos los tomacorrientes.
- Instale una puerta para bebés en los extremos superior e inferior de todas las escaleras.
- Cubra las esquinas y los bordes afilados de los muebles con protectores de esquinas.
- Mantenga cables eléctricos y plantas fuera del alcance de los niños.
- Coloque pantallas alrededor de chimeneas, radiadores, cocinas o estufas, kerosén o calentadores de ambiente.
- Cierre y asegure las ventanas correctamente. Mantenga las persianas y cortinas fuera de alcance para prevenir ahorcamiento accidental.

Seguridad en la cocina

- Mantenga las bebidas y los alimentos calientes, los productos de limpieza, las bolsas plásticas y los artefactos eléctricos fuera del alcance de los niños.
- Mantenga los mangos de las ollas mirando hacia dentro de la estufa.
- Elija una silla alta con una base amplia firme y una bandeja que se ajuste de manera segura a ambos lados. La base debería ser más ancha que la parte superior de la silla. Use el cinturón de seguridad para sostener a su bebé de manera segura en la silla. Mantenga la silla lejos de la estufa, ventanas y encimeras donde artículos inseguros puedan desprenderse.
- Nunca sujete ni lleve a un niño mientras usa la estufa.
- No caliente la comida del bebé, fórmula o la leche materna en el microondas. Esto puede crear puntos calientes.

Water Safety

- Adjust the temperature on the water heater to 120 degrees Fahrenheit or less.
- Check that the bath water is warm, not hot, before putting your baby or young child in the water. The temperature of the water should be 100 degrees F or 37 degrees C. Use only a small amount of water in the bathtub.
- Use a baby tub for at least the first 5 months. Then use a tub seat when your baby is able to sit without help.
- Never leave your baby or young child alone in the bathtub**, hot tub or backyard pool – even for a second. If the telephone or doorbell rings, ignore it or take your child with you to answer it. Young children can drown very quickly in a small amount of water.
- Keep toilet lids down.
- Do not leave buckets or inflatable pools around with water in them.

Medicine Safety

- Store medicines and vitamins out of children's reach in a locked drawer or cabinet.
- Never give home remedies or medicine to your child without first checking with a doctor.
- Check with a doctor or pharmacist for the right medicine dose for your child's age or weight.

Seguridad del agua

- Ajuste la temperatura del calentador de agua a 120 °F (49 °C) o menos.
- Verifique que el agua del baño esté tibia, no caliente, antes de poner al bebé o a un niño pequeño en el agua. La temperatura del agua debe ser de 100 °F (37 °C). Use únicamente una pequeña cantidad de agua en la tina (bañera).
- Use una tina (bañera) para bebés durante al menos los 5 primeros meses. Luego use un asiento para la tina cuando su bebé sea lo suficientemente grande para bañarse sin ayuda.
- Nunca deje solo a su bebé ni a los niños pequeños en la tina (bañera)**, jacuzzi o piscina del patio trasero, ni un segundo. Si suena el teléfono o el timbre, ignórelo o lleve al bebé con usted para responder. Los niños pequeños pueden ahogarse rápidamente en poca cantidad de agua.
- Mantenga las tapas de los inodoros abajo.
- No deje baldes ni piscinas inflables en los alrededores con agua dentro de ellos.

Seguridad de los medicamentos

- Almacene los medicamentos y las vitaminas fuera del alcance de los niños, en un gabinete o cajón bajo llave.
- Nunca dé remedios caseros ni medicamentos a su bebé sin consultarlo antes con un médico.
- Consulte al médico de su hijo la dosis adecuada de los medicamentos para la edad y el peso de su hijo.

Toy Safety

- Always buy flame resistant, washable, non-toxic toys.
- Check toys to be sure they are for the right age for your child.
- Keep small objects, balloons, and plastic bags away from your baby or young child. If objects can fit into a toilet paper roll, they are too small for your baby or young child.
- Teach your child to wear a bike helmet when using a bike, scooter, skateboard and other wheeled toys. Helmets reduce the risk of serious head injury.

Car Safety

- Always use approved child safety seats for your child's age and weight.
- Install safety seats in the back seat. Place babies in a rear-facing seat until 2 years old or until they reach the highest height and weight allowed by the manufacturer—usually about 35 pounds.
- Check with your local children's hospital, health department or fire department to have someone check that the seat is in the car the right way.
- Never hold a baby or child on your lap while riding in a car or truck.
- Everyone in the car should be wearing a seat belt, or be in a car seat or booster seat that is right for the child's age, weight and height.

Seguridad de los juguetes

- Compre juguetes resistentes al fuego, lavables y no tóxicos.
- Revise que los juguetes sean adecuados para la edad de su hijo.
- Mantenga los objetos pequeños, globos y bolsa plásticas fuera del alcance de su bebé o niño pequeño. Si un objeto cabe dentro de un tubo de papel higiénico, es porque es demasiado pequeño para su bebé o niño pequeño.
- Enseñe a su hijo a usar un casco de seguridad para andar en bicicleta, scooter, patineta y otros juguetes con ruedas. Los cascos de seguridad reducen el riesgo de lesiones graves en la cabeza.

Seguridad en el automóvil

- Siempre use asientos de seguridad para automóviles aprobados para la edad y el peso de su hijo.
- Instale los asientos de seguridad en el asiento trasero. Coloque a los bebés en un asiento que mire hacia atrás hasta que cumplan los 2 años de edad o hasta que alcancen la estatura máxima y el peso permitido por el fabricante, normalmente unas 35 libras.
- Consulte a su hospital infantil, Departamento de Salud o Departamento de Bomberos local para que alguien vea si el asiento está colocado de la manera correcta.
- Nunca sostenga a un bebé en su regazo cuando viaje en automóvil o camión.
- Todos los que vayan en el auto deben usar un cinturón de seguridad, o estar en un asiento de automóvil o asiento elevador que sea adecuado para la edad, peso y estatura del niño.

Fire Prevention

- Keep matches, lighters and flammables (like gasoline) out of your child's reach.
- Install smoke alarms with working batteries on every floor of your home. Be sure to place alarms near rooms where you and your children sleep.
- Check smoke alarm batteries each month and change them every six months.
- Plan more than one escape route from each room in the house and pick a place for everyone to meet outside. Practice this plan with your children.
- Teach your child about fire safety.
- Do not leave candles lit unless an adult is in the room and blow them all out when you go to sleep.

Other Safety Measures

- Carbon monoxide (CO) is a colorless, odorless gas that can kill.
- Install a CO detector on each floor of your home. CO comes from unvented space heaters, blocked chimneys, leaking furnaces, gas water heaters, wood or gas stoves, gasoline powered equipment such as generators and car exhaust from attached garages.
- Contact your local health department to learn about lead poisoning dangers if you live in a home or use a daycare that was built before 1978. Painted toys or furniture that are older or come from another country may also have lead in them. Children under 6 years old are at the most risk for lead poisoning.

Prevención de incendios

- Mantenga los fósforos, encendedores y productos inflamables (como gasolina) fuera del alcance de los niños.
- Instale detectores de humo con baterías que funcionen en cada piso de su hogar. Cerciórese de colocar los detectores cerca de las habitaciones donde usted y sus hijos duermen.
- Revise las baterías de los detectores de humo cada mes y cámbielas cada seis meses.
- Planifique más de una ruta de escape desde cada habitación de la casa y elija un lugar donde todos se reúnan afuera. Practique este plan con sus hijos.
- Enséñele a su hijo sobre seguridad contra incendios.
- No deje velas encendidas a menos que un adulto esté en la habitación y apáguelas todas cuando vaya a dormir.

Otras medidas de seguridad

- El monóxido de carbono (Carbon Monoxide, CO) es un gas incoloro e inodoro que puede matar.
- Instale un detector de CO en cada piso de su casa. El CO viene de calefactores sin ventilación, chimeneas bloqueadas, hornos con escapes, calentadores de agua a gas, estufas de madera o gas, equipos que funcionan con gasolina como generadores y escapes de los automóviles de los garajes adjuntos.
- Comuníquese con el Departamento de Salud local para conocer los peligros del envenenamiento con plomo si vive en una casa o usa centros de cuidado construidos antes de 1978. Los juguetes pintados o muebles que sean más antiguos o vengan de otro país también pueden tener plomo. Los niños menores de 6 años son los que corren más riesgo de envenenamiento con plomo.

- ❑ Keep guns and other firearms out of your home. If they must be in the home, unload them and put them in a locked place. Keep the keys out of children's reach. Store the gun in a separate place from the bullets.
 - ❑ Consider taking an infant/child CPR course and first aid class.
 - ❑ Teach your child how to cross the street safely.
 - ❑ Put sunscreen of SPF 15 or higher on your child. Put a hat on babies less than 6 months old. Try to keep children under age 1 out of the sun.
- ❑ Mantenga las pistolas y otras armas de fuego fuera de su casa. Si deben permanecer en el hogar, descárguelas y colóquelas en lugar bajo llave. Mantenga las llaves fuera del alcance de los niños. Guarde las armas en un lugar separado de las balas.
 - ❑ Considere asistir a un curso de RCP para niños y bebés y a clases de primeros auxilios.
 - ❑ Enseñe a sus hijos cómo cruzar la calle de forma segura.
 - ❑ Aplíquese protector solar de SPF 15 o más a su bebé. Los bebés de menos de 6 meses deben usar sombrero. Trate de mantener a los niños menores de 1 año a la sombra.

Talk to your children's doctor or nurse if you have any questions or concerns about their safety.

Hable con su médico o enfermera si tiene alguna pregunta o inquietud acerca de la seguridad de sus hijos.