

SAFETY AND INJURY PREVENTION



NATIONAL CENTER ON
Early Childhood Health and Wellness

Tips for Families from the National Center on Early Childhood Health and Wellness

Safety and Injury Prevention for Young Children Is:

- Making sure children have safe places to grow and learn
- Protecting children from danger
- Teaching children what to do to be safe

Why Is It Important?

Children Like to Explore But Need:

- Safe places to play
- Adults who watch and listen so they can prevent an injury before it happens
- Opportunities to practice new skills safely

When Children Are Safe, They Are More Likely To:

- Be injury-free
- Focus on learning
- Explore new situations with confidence



Things You Can Do to Help Your Child

- **At Home:**
 - Keep all medicine, cleaning and harmful products away from children.
 - Use cabinet locks and electrical socket covers.
 - Use safety gates on stairs.
 - Use cribs with fixed sides rather than drop sides.
 - Keep cribs away from windows and blind cords.
 - It is best to use cordless window coverings, if possible. If not, keep cords tied high out of children's reach.
 - Put babies to sleep on their backs in a crib with no soft blankets, pillows or bumpers.
 - Keep children away from hot foods and liquids.
 - Turn pot handles to the back of the stove.
 - Set your water-heater thermostat to 120 degrees or less.
 - Keep children away from heaters or fires.
 - Have a smoke alarm on every floor. Replace batteries in the spring and fall.
 - Get a carbon monoxide detector, if you do not have one.
 - Check with your local fire station to see if they can help you find a smoke alarm or carbon monoxide detector.
 - Ask your pediatrician about foods and small objects that can cause choking.
 - Make and practice an escape plan.

Things You Can Do to Help Your Child

Continued from previous page

● Outside:

- Use sunscreen.
- Teach your child to stay out of the street.
- Look for playgrounds with soft surfaces instead of dirt or grass.
- Watch your child closely on the playground.
- Remove drawstrings from clothing.
- Keep shoelaces short and tied.

● Water Safety

- Know that a child can drown in any amount of water that covers his mouth and nose.
- Always stay within arm's reach of your child if he is in or near water.
- Learn to swim, and take your child to professionally supervised swim lessons.
- Use four-sided fences with self-latching gates around pools.
- Learn cardiopulmonary resuscitation (CPR).

● Car and Truck Safety

- Choose a car seat that is right for your child's age, height and weight.
- Choose a seat that fits in your car or truck and use it all the time.
- Ask your Head Start staff where you can go in your community to learn how to install your child's car seat safely.
- Be sure that children younger than 13 only sit in the back seat.
- Never leave your child in a car without an adult.
- Teach children that vehicles are never safe places to play. Even if the windows are open, young children can become dangerously overheated within the first 10 minutes.



SEGURIDAD Y PREVENCIÓN DE LESIONES



NATIONAL CENTER ON
Early Childhood Health and Wellness

Consejos prácticos para las familias del Centro nacional sobre la salud de Head Start

La seguridad y la prevención de lesiones para los niños pequeños consiste en:

- Asegurarse de que los niños tengan lugares para desarrollarse y aprender
- Proteger a los niños de los peligros
- Enseñar a los niños lo que deben hacer para mantenerse seguros

¿Por qué es importante?

A los niños les gusta explorar, pero necesitan:

- Lugares seguros para jugar
- Adultos que monitoreen y escuchen para que puedan prevenir lesiones antes de que sucedan
- Oportunidades para practicar nuevas habilidades de manera segura

Cuando los niños se encuentran seguros, tienen más tendencia a:

- No sufrir lesiones
- Concentrarse en el aprendizaje
- Explorar situaciones nuevas con más confianza en sí mismos



Lo que usted puede hacer para ayudar a su hijo

● En el hogar:

- Coloque todos los medicamentos, productos para la limpieza y productos nocivos para la salud en lugares alejados del alcance de los niños.
- Utilice cerraduras para los gabinetes y cubiertas para los tomacorrientes.
- Coloque pueritas de seguridad en las escaleras.
- Utilice cunas que no sean convertibles y que tengan los costados fijos e inamovibles.
- Coloque las cunas lejos de ventanas y cordones de persianas.
- Levante los cordones de las persianas más allá del alcance de los niños.
- Ponga a los niños a dormir boca arriba en la cuna sin cobijas suaves, almohadas o chichoneras para cuna.
- Mantenga a los niños alejados de cualquier alimento o bebida caliente.
- Coloque las agarraderas de los sartenes y ollas de manera que no sobresalgan de la estufa.
- Ponga el termostato del calentador del agua a 120 grados o menos.
- Mantenga a los niños alejados de calentadores o llamas.
- Tenga detectores de humo en cada uno de los pisos de la casa. Reemplace las pilas en la primavera y en el otoño.

Continuación en la siguiente página

Lo que usted puede hacer para ayudar a su hijo

Continuación de la página anterior

- Si no tiene todavía un detector de monóxido de carbono, obtenga uno.
- Verifique con la estación de bomberos de su localidad si le pueden ayudar a encontrar alarmas de humo o detectores de monóxido de carbono.
- Pregúntele a su pediatra sobre alimentos y objetos pequeños que pueden presentar un peligro de atragantamiento y asfixia.
- Elabore y practique un plan de escape.

● Al aire libre:

- Utilice protector solar.
- Enseñe a su hijo a que no se ponga a media calle.
- Busque campos de recreo que tengan superficies suaves en vez de tierra o pasto.
- Vigile atentamente a su hijo en el campo de recreo.
- Quite cualquier cinta o cordón de amarrar que tenga la ropa de su hijo.
- Asegúrese de que las cintas de los zapatos de su hijo sean cortas y que siempre estén atadas

● Seguridad en el agua

- Tenga presente que un niño puede ahogarse en cualquier cantidad de agua que le cubra la boca y la nariz.
- Siempre manténgase al alcance de su hijo cuando él se encuentre cerca o adentro del agua.

- Aprenda a nadar, y lleve a su hijo a clases de natación con supervisión profesional.
- Utilice una cerca que rodee la alberca totalmente y con puertas que se cierren automáticamente.
- Aprenda resucitación cardiopulmonar o RCP (CPR, por sus siglas en inglés).

● Seguridad en los coches y las camionetas

- Elija un asiento para el coche que sea apropiado a la edad, la estatura y el peso de su hijo.
- Elija un asiento que encaje bien en su coche o camioneta y utilícelo en todo momento.
- Pregúntele al personal del centro de Head Start al que acude su hijo adónde dirigirse en la comunidad para que le instalen el asiento de su hijo con las medidas de seguridad requeridas.
- Asegúrese de que los niños menores de 12 años se sienten únicamente en el asiento trasero del vehículo.
- Nunca deje a su hijo en el coche sin un adulto.
- Enséñeles a los niños que los vehículos nunca son lugares seguros para jugar. Aun si las ventanas están abiertas, los niños pequeños pueden acalorarse de manera peligrosa dentro de los primeros diez minutos.



Prevención de intoxicaciones en el hogar: Manténgase seguro mientras se mantiene limpio

Los centros de toxicología de todo el país reportan un aumento en las llamadas relacionadas con desinfectantes de manos, productos de limpieza y desinfectantes en general. Muchas de estas llamadas tienen que ver con niños de 5 años o menos. Incluso ingerir pequeñas cantidades de estos productos puede envenenar a un niño. Se necesita supervisión de adultos siempre que se utilicen. La intoxicación puede causar confusión, vómitos, somnolencia, convulsiones, dificultad para respirar e incluso la muerte. A continuación, encuentre consejos de prevención y respuestas a las intoxicaciones.

1

Esté preparado

Envíe un texto con la palabra “veneno” al 484848 para enviar la información de contacto de Poison Control a su teléfono inteligente. Ponga el número gratuito, 800-222-1222, cerca de cada teléfono de su casa.

Visite el [sitio web de Poison Control \(en inglés\)](#) para obtener orientación sobre cómo prevenir las intoxicaciones y qué hacer si alguien ingiere o se salpica con algo que podría ser dañino.



2

Lea la etiqueta

La Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, sigla en inglés) ha descubierto que algunos desinfectantes de manos no son seguros. Asegúrese de que su desinfectante de manos no contenga metanol, también conocido como alcohol metílico o alcohol de madera. Compruebe las [actualizaciones de la FDA en los desinfectantes de mano](#) que los consumidores no deben usar para averiguar si el suyo es seguro.

Siga las instrucciones sobre cómo mezclar y ventilar todos los limpiadores y desinfectantes.



3

Manténgalos fuera del alcance

Mantenga los desinfectantes de manos, los paquetes de detergente para ropa y los productos de limpieza en sus envases originales y en estantes altos o en gabinetes a prueba de niños. No se olvide de asegurar las botellas pequeñas en los bolsos, las bolsas de pañales, las mochilas y los automóviles.



Recursos relacionados

- [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de EE. UU.: Prevención de intoxicaciones \(en inglés\)](#)
- [Asociación de Estados Unidos de Centros de Control de Envenenamientos \(en inglés\)](#)

En caso de emergencia

Póngase en contacto con Poison Control por teléfono o utilice la herramienta en línea si cree que un niño ha sido envenenado, pero está despierto y alerta. Estos servicios están disponibles 24/7.

- 800-222-1222 (gratuito)
- [Poison Control \(en inglés\)](#)

Llame al 911 si un niño se ha desmayado o no está respirando.



National Center on
Health, Behavioral Health, and Safety

1-888-227-5125
health@ecetta.info

Poison Prevention at Home:

Stay Safe While Staying Clean

Poison Control centers across the country report an increase in calls related to hand sanitizers, cleaning products, and disinfectants. Many are about children ages 5 and younger. Swallowing even tiny amounts of these products can poison children. Adult supervision is needed whenever they are used. Poisoning may cause confusion, vomiting, drowsiness, seizures, difficulty breathing, and even death. Find poison prevention and response tips below.

1 Be Prepared

Send a text with the word “poison” to 484848 to have Poison Control contact information sent to your smartphone. Put the toll-free number, 800-222-1222, near every phone in your home.

Visit www.poison.org for guidance on preventing poisoning and what to do if someone swallows or splashes something that might be harmful.



2 Read the Label

Follow directions about mixing and ventilation for all cleaners and disinfectants. The Food and Drug Administration (FDA) has found some hand sanitizers are not safe. Make sure your hand sanitizer does not contain methanol, also known as methyl alcohol or wood alcohol. Check the [FDA updates on hand sanitizers consumers should not use](#) to find out if yours is safe.



3 Keep Out of Reach

Keep hand sanitizers, laundry detergent packets, and cleaning products in their original containers and on high shelves or in child-proof cabinets. Keep small bottles in purses, diaper bags, backpacks, and cars away from children.



Related Resources

- [U.S. Centers for Disease Control and Prevention: Poisoning Prevention](#)
- [American Association of Poison Control Centers](#)

In Case of Emergency

Contact Poison Control by phone or use the online tool if you think a child has been poisoned but they are awake and alert. These services are available 24/7.

- 800-222-1222 (toll-free)
- www.poison.org

Call 911 if a child has collapsed or is not breathing.



National Center on
Health, Behavioral Health, and Safety

1-888-227-5125
health@ecetta.info