

## Preparándose para la escuela: Seguridad para su niño de cinco años



### Su niño depende de usted

En este punto de la vida de su niño, su niño lo ve a usted como a un héroe. Su niño y usted deben de estar preparados para los siguientes años en la escuela. Enséñele comportamientos que le ayudarán a estar seguro en el camino para la escuela, en la escuela y al regreso a casa. Muéstrole las formas apropiadas de tratar y hablar con otros.

- Practique abiertamente maneras positivas para hablar con su niño.
- Enséñele y muéstrole a su niño cómo respetar adultos y otros niños.
- Esté segura de que su niño sepa qué hacer en caso de una emergencia, incluyendo llamar al 9-1-1.
- Llame al 2-1-1 si necesita consejos. El 2-1-1 le puede dar información sobre el cuidado de niños de alta calidad, programas para después de la escuela, Head Start, centros del recurso para familias, campos de verano y programas de recreación, cursos particulares, y servicios protectores.

# Seguridad para su niño

*Los consejos sobre seguridad en este folleto, hablan sobre las lesiones más comunes cuando los niños empiezan la escuela. Lea este folleto y hable con su niño sobre las reglas que usted quiera que siga, para que su niño se divierta en la escuela y se mantenga seguro.*

Su niño es activo, imaginativo y le gusta explorar. Está aprendiendo rápidamente y le interesa tratar cosas nuevas, especialmente actividades y tareas de la vida real. Le gusta ser activo, seguir las reglas y compartir con amigos. ¡Su niño está listo para la escuela! Su niño ha entrado en una etapa nueva de su vida. Es importante que la seguridad siga siendo una prioridad mientras su niño va a la escuela.

## ¡LISTO PARA LA ESCUELA!

Este es un paso excitante en la vida de su niño. Aprenderá rutinas nuevas, conocerá lugares nuevos y hará amigos. El comienzo de la escuela es un tiempo apropiado para que examine el equipo de seguridad de su niño. Por ejemplo, puede examinar la seguridad de su casco y del asiento de refuerzo (“booster”). Asegúrese que estén en buenas condiciones y que estén bien ajustados.

**Asegúrese que toda su familia aprenda resucitación cardiopulmonar y primeros auxilios para niños. Póngase en contacto con un hospital en su área o con la Cruz Roja Americana para recibir información sobre las clases que ofrecen.**

# I EN CAMINO PAI

## EN CAMINO PARA LA ESCUELA



Caminar a la escuela es saludable, pero su niño no está listo para caminar solo. Su niño no entiende los peligros de los automóviles o de la calle. Acompañar a su niño a la escuela y de regreso a casa, es la mejor manera de que su niño esté seguro. Es importante que usted demuestre conductas correctas al cruzar las calles.

- Tome de la mano a su niño cuando crucen la calle, y obedezcan las leyes de tránsito.
  - Observe todas las señales de tráfico y permita que el guardia de cruce de la escuela le ayude.
  - Asegúrese de mirar para ambos lados antes de cruzar la calle.
- Invite a familias en su vecindario a caminar a grupos de niños a la escuela. Tomen turnos caminando grupos de niños a la escuela todos los días. Asegúrese de que cada niño conozca a todos los adultos en el grupo de caminar.
  - Siempre acompañe a su niño a la escuela y de regreso a casa. Enséñele a su niño a como decir “no,” si un desconocido le ofrece a su niño caminar con él o le ofrece llevarlo a casa en un coche.

## EL AUTOBÚS ESCOLAR

La transportación en el autobús escolar es segura. Pero las lesiones pueden suceder en el autobús o también al abordar o bajarse de él. Su niño siempre debe ser supervisado por un adulto en la parada del autobús. Enséñele a su niño reglas de seguridad antes de que su niño aborde el autobús.

- Llegue 5 minutos temprano a la parada del autobús. Encuentre un lugar seguro, fuera del peligro del tráfico, mientras que espera la llegada del autobús.
- Asegúrese de que su niño se mantenga por lo menos a 3 pasos largos de distancia de la vía mientras espera por el autobús.
- Siempre use las guías para abordar.
- Para mejor protección, asegúrese que el autobús venga equipado con cinturones de seguridad.
- Si su niño no está listo para usar el cinturón de seguridad para adultos, debe sentarlo en un asiento de refuerzo (“booster”) en el autobús.
- Cuando se baje del autobús, nunca camine por detrás del autobús. Si tiene que cruzar la calle, primero camine en la acera y a un lugar donde tenga una distancia de 5 pasos largos adelante del autobús.
- Cuando esté manejando, y un autobús escolar para en frente de usted con luces rojas que destellan, usted tiene que parar antes de llegar cerca del autobús. Niños pueden estar abordando o bajándose del autobús.



# RA LA ESCUELA!

## SEGURIDAD EN EL COCHE

### Seguridad alrededor del coche

El aparcamiento de la escuela y las paradas designadas para recoger su niño pueden ser muy ocupados. Puede que un conductor retrocediendo el coche no vea a su niño y su niño podría ser atropellado. Asegúrese de que tome de la mano al niño cuando estén en un aparcamiento.

- Mira detrás de su propio coche cada vez que lo retrocede, especialmente en la entrada del estacionamiento.

### Seguridad en el coche: El asiento apropiado

Si usted u otra persona va a conducir a su niño a la escuela, ¡no se olvide del básico! Cada vez que su niño está en el coche, debe quedarse en el asiento trasero, bien abrochado en un asiento de seguridad o un asiento elevado que es apropiado para su peso, altura y edad.

- Nunca ponga a su niño en el asiento delantero si el asiento viene con una bolsa de aire. La bolsa de aire en el asiento delantero puede causar los daños a su niño o aún matarlo.
- No deje a su niño solo en el coche, ni por un minuto. Es peligroso y en California es contra la ley.

### Asiento que mira hacia adelante:

- Hasta 40-65 o 80 libras.
- Utilice un arnés de seguridad con 5 puntos de apoyo para aumentar el límite de peso o de altura del asiento.

### Asiento elevado:

- Hasta que su niño mida 4'9" y tenga de 8 a 12 años.
- Siempre use cinturones que crucen el regazo y los hombros.
- Nunca ponga el cinturón de los hombros atrás de la espalda o bajo el brazo.
- Use un asiento elevado con espalda alta en vehículos que no tengan apoyacabezas.

*Siempre lea el manual del asiento de seguridad y del vehículo para instrucciones precisas.*



Arnés con 5 puntos de apoyo



Asiento mirando hacia adelante



Asiento elevado



## BICICLETAS, SCOOTERS Y CUALQUIER JUGUETE QUE TENGA RUEDAS

¡Una bicicleta o scooter es el primer vehículo para su niño! Su niño debe usar un casco cada vez que monte una bicicleta, scooter, patineta u otro juguete que tenga ruedas. Asegúrese de que el casco esté bien ajustado y siempre supervise a su niño cuando esté montando cualquier juguete que tenga ruedas.

- Los cascos deben de ser aprobados por la Comisión de Seguridad para Productos del Consumidor (CPSC). La etiqueta de CPSC debe de estar pegada adentro del casco.
- Los cascos deben de ir bien ajustados y solo debe de haber un espacio de dos dedos entre el casco y la ceja. También, solo debe de haber un dedo entre el tirante y la barbilla.
- Su niño debe de usar un casco y protectores de codos y rodillas cada vez que monta un scooter. Se deben de usar protectores de muñeca cuando montan patines o patinetas.
- Los niños menores de 8 años no deben de montar scooters sin la supervisión de un adulto.
- Si su niño está montando su bicicleta en la acera, no se aleje de su lado y manténgase entre el niño y la acera. Siempre supervise a su niño y nunca deje que monte su bicicleta en plena calle.

# ¡SEGURIDAD AL JUGAR!

## JARDÍN PARA JUGAR



La mayoría de las caídas ocurren en el área de jugar. Asegúrese de que los niños estén vigilados en el área de jugar de la escuela. Hable con los administradores de la escuela y pídale que revisen el área de jugar antes que los niños empiecen a jugar. Siempre revise que los juegos estén en buenas condiciones antes de que su niño empiece a jugar:

- Asegúrese de que en el área de jugar tengan tapetes de goma, pajote, arena o grava de madera para que absorba el choque del niño. El material de relleno de las superficies debe de tener 12 pulgadas de profundidad, y extenderse hasta 6 pies en todas las direcciones del equipo.

- Revise el equipo para ver si hay ganchos abiertos en “S” o extremos de perno que se pegan hacia fuera. También asegúrese de que no hay bordes afilados en el equipo.
- Asegúrese de que no hay objetos afilados alrededor del equipo ni en las superficies.

*Nota: Eviten usar collares, bufandas o ropa con cuerdas cuando juegan por que pueden estrangularse.*

## NIÑOS QUE MALTRATAN A OTROS NIÑOS

Los niños que maltratan a otros niños escogen niños que son pasivos, más pequeños y que se intimidan con facilidad. Para mantener a su niño seguro, infórmese de lo que es el maltrato y cómo reaccionar. Su niño puede ser víctima de un niño maltratante en la escuela o cerca de su casa. Nunca es muy tarde para enseñarle a su niño a cómo protegerse de una manera sana y segura de un niño que maltrata a otros. También enséñele a su niño a cómo tratar a sus compañeros con respeto.

- Dígle a su niño lo que tiene que hacer en caso que sea testigo de alguien que lo están maltratando. Aconseje a su niño que le diga a un adulto de lo que está pasando. Dígle a su niño que no anime o que se quede callado mirando el conflicto.
- Enséñele a su niño en la forma apropiada, a cómo tratar a otros por la manera en cómo usted actúa. Acuérdesse que usted tiene que mostrar el ejemplo para su niño.

### Si sospecha que a su niño lo están maltratando:

- Enséñele a su niño a cómo pedirle ayuda a los adultos si se siente que lo están maltratando.
- Hable con el maestro de su niño o el director de la escuela. El maltrato seguirá sin la ayuda de adultos. Deje que uno de ellos hable con el niño que maltrata o con los padres del niño maltratante.
- Ayúdele a su niño a hacer amistades con sus compañeros de la escuela. A los niños maltratantes les gusta intimidar a niños que se encuentran solos.
- Ayúdele a su niño desarrollar confianza en sí mismo a través de sus actividades favoritas.

