



Mantenga a su hijo apartado de segadoras de césped, puertas colgantes de garajes y herramientas eléctricas.



Asegúrese de que los terrenos de juego no presenten peligro. Evite bordes cortantes, astillas o equipo de juego roto, y compruebe que las superficies no presenten peligro.



Vigile a su hijo cuidadosamente cerca de la calle y de las vías de entrada de las viviendas.



Practique la seguridad con el agua. Vacíe la piscina, la bañera y los cubos de agua inmediatamente después de utilizarlos.



Aprenda las señales de enfermedad y primeros auxilios. Sepa qué hacer en caso de emergencia. Mantenga a la mano los números de emergencia.



Limite el tiempo de exposición de su hijo al sol. Aplíquese loción de protección solar (de al menos 15 SPF) antes de que salga al exterior.



Asegúrese de que otras personas que cuidan de su hijo siguen estos consejos de salud y seguridad.

### Para bebés



Para dormir, acueste a su hijo boca arriba o de lado (boca arriba es la mejor posición) a fin de reducir el riesgo de síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL).



No emplee mantas, edredones, almohadas ni juguetes blandos en la cuna de su hijo.



Nunca sacuda a su hijo ya que las sacudidas pueden ocasionarle lesiones graves.



No utilice andadores de bebé. Pueden volcarse o caer escaleras abajo.

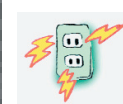
### Para bebés y niños que empiezan a andar



No deje nunca a su hijo solo en la bañera o en lugares elevados, tales como las mesas de cambiar pañales. Mantenga una mano sobre su hijo para evitar caídas.



Utilice puertas de seguridad en las escaleras y cierres de seguridad en las ventanas, armarios y estanterías.



Adecue su vivienda a las necesidades del niño. Compruebe la presencia de objetos punzantes, alambres y cordones sueltos. Cubra todos los tomacorrientes.



No proporcione a su hijo bolsas de plástico, globos de látex u objetos pequeños, tales como bolindres o canicas, botones o monedas.



No dé a su hijo alimentos que puedan atragantarse, tales como maní, caramelos duros, carne dura o trozos grandes de legumbres crudas.

### Para niños de corta edad



Enseñe a su hijo normas de seguridad para movilizarse por la calle y el barrio.



Enseñe a su hijo a no hablar con desconocidos.



Asegúrese de que su hijo lleva puesto un casco de seguridad cuando monta en bicicleta o patina.

© 2002 National Center for Education in Maternal and Child Health y Georgetown University.



BF0900023



# Bright Futures

## Registros de Salud desde el nacimiento hasta los seis años de edad, inclusive



Su hijo

Nombre del niño

Fecha de nacimiento

### Proveedor de atención de salud de su hijo

Nombre del proveedor de atención de salud

Dirección

Ciudad, Estado, Código postal

Número de teléfono

Nota a los padres y proveedores de atención de salud. Utilice este registro de salud para anotar información importante acerca de la salud y el desarrollo de su hijo. Trabaje junto con el proveedor de atención de salud de su hijo a fin de mantener actualizado el registro.

## Algunos consejos para Preservar la salud y seguridad de su hijo

### Para todos los niños y bebés



Utilice un asiento de seguridad cada vez que lleve a su hijo en el automóvil. Siga las instrucciones del fabricante para instalar el asiento. Asegúrese de que el asiento es del tamaño y tipo adecuados para la edad y el peso de su hijo.



No coloque nunca el asiento de seguridad de su hijo en el asiento delantero de un vehículo dotado de bolsas de aire para el pasajero. El asiento trasero es el lugar más seguro del automóvil para su hijo.



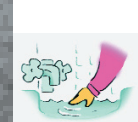
Mantenga su hogar y su automóvil libres de humo de cigarrillo. Mantenga los fósforos, encendedores y cigarrillos fuera de la vista y del alcance de los niños.



Instale alarmas de incendio y pruébelas con frecuencia.



Elimine de su hogar las armas de fuego o manténgalas descargadas y bajo llave. Utilice cierres de seguridad en el gatillo de las armas de fuego.



Ponga el termostato de su calentador de agua por debajo de 120 grados F de temperatura. Compruebe con su muñeca el agua que utilizará para bañar al niño para asegurarse de que no esté demasiado caliente.



Mantenga las medicinas, los líquidos de limpieza y los venenos bajo llave en un lugar seguro y fuera del alcance de los niños.



Mantenga los líquidos calientes y los utensilios calientes fuera del alcance de los niños. Mantenga a su hijo apartado de estufas, chimeneas, parrillas, planchas, secadoras de cabello y calefactores portátiles.



No deje nunca a su hijo solo en la casa, el automóvil o el patio.

