

Por su seguridad

0-12 meses



Consejos sobre seguridad infantil

para padres con niños
entre 0 y 12 meses.

GOTHIA

© 2005 Författarna och Förlagshuset Gothia AB

ISBN 91-7205-464-6

Por su seguridad... ha sido totalmente revisado y actualizado por

Ulla Idenstedt y Monica Dozai, promotoras de los servicios de salud infantil de la Diputación Provincial de Estocolmo. El contenido ha sido supervisado por Konsumentverket.

Las anteriores versiones del mismo título han sido publicadas por Barnmiljörådet (Consejo del medioambiente infantil) /Barnombudsmannen (Defensor del niño).

Prohibida su reproducción. Conforme a las leyes de copyright, queda prohibida la reproducción de este folleto, parcialmente o en su totalidad, sin el consentimiento de la editorial, Förlagshuset Gothia AB, Estocolmo. Tal prohibición se refiere al contenido y a las ilustraciones y es aplicable a cualquier forma de reproducción.

Editado por: Anna-Lena Pehrsson

Cubierta, ilustraciones y diseño gráfico: Marie Kassman

Primera edición, primera impresión 2005

Impreso en: Grafiska Punkten, Växjö 2005

Este folleto ha sido impreso en papel reciclado.



FÖRLAGSHUSET GOTHIA
POST Box 15169, 104 65 Stockholm
KUNDTJÄNST 08-462 26 70 FAX 08-462 03 22
info.gothia@verbum.se www.gothia.nu



Para ti que tienes un bebé (0-12 meses)

Criar a un bebé es una tarea divertida y también laboriosa. Requiere un gran esfuerzo de adaptación asumir de un día para otro la responsabilidad de ofrecer continuos cuidados y atenciones a un pequeño que depende completamente de sus seres queridos. El niño no puede explicar lo que necesita. Tú eres la persona que antes puede interpretar las distintas expresiones de tu bebé. Poco a poco podrás distinguir el llanto de hambre del de cansancio o de necesidad de atención.

Como padre o madre de un bebé también es natural que te preocupes por la salud de tu hijo: de que no aumenta de peso, de los cólicos, de los costipados, de las enfermedades, etc. ¿Pero sabías que los accidentes constituyen uno de los mayores peligros para la salud de tu bebé, y que a menudo están directamente relacionados con el desarrollo del niño?

Tu hijo es único

Tu hijo es único. Y como padre o madre tienes un conocimiento único de tu hijo que ninguna otra persona comparte. No obstante, pueden producirse accidentes causados por el desarrollo natural del niño. Esto quiere decir que el niño puede de pronto hacer algo que nunca haya hecho antes.

El desarrollo del niño es un proceso estructurado que parece que se produzca 'a saltos'. Pero el momento en que se producen los distintos cambios del desarrollo varía de un bebé a otro, y depende mucho del temperamento y del carácter. Algunos niños desarrollan primero la habilidad motriz y pueden sentarse y andar en una fase muy temprana de su desarrollo, mientras que otros observan, exploran su entorno y emiten sonidos antes de comenzar su desarrollo motriz. Es precisamente durante el paso de una fase de desarrollo a la siguiente cuando los niños son más propensos a tener accidentes.

Algunos avisos

Este folleto tiene como objetivo advertir del riesgo de lesiones graves. Durante los primeros meses, que para muchos padres quizás sean los de mayor preocupación y los más desacostumbrados, los casos de accidentes son por lo general bastante inusuales. Puesto que tu hijo aún no puede controlar sus movimientos, los peligros más graves son el riesgo de caída y el riesgo de asfixia. Por eso es una buena idea planificar detenidamente los cuidados diarios del niño de forma que todo funcione de la manera mejor y más segura posible.



El cambiador



El cambiador es un espacio muy importante que puedes hacer más agradable a tu bebé poniendo cerca algo que mirar, como un móvil, una planta colgante o una caja musical de sonido suave. Utiliza un cambiador sólido y estable con espacio suficiente para todo lo que necesitas para cambiar al bebé. También es muy práctico tener fácil acceso al agua.

No es necesario comprar un cambiador nuevo. Sólo hay que tener en cuenta que ha de ser lo suficientemente espacioso para que el niño pueda girar media vuelta sin caerse. También es recomendable que cuente con bordes protectores en tres de los lados.

Comprueba que tengas todo lo necesario antes de poner al niño sobre el cambiador.

Los niños tienen bastante movilidad incluso de recién nacidos, y en pocos meses ya empiezan a darse la vuelta y quizás intenten desplazarse por sí solos. Es entonces cuando hay que aumentar la alerta.

No dejes nunca al niño solo en el cambiador, ni siquiera un segundo. Puede ser que en ese preciso instante el bebé reaccione ante algún ruido fuerte que le sobresalte y mueva todo el cuerpo provocando su caída. Una regla muy sencilla es mantener siempre una mano sobre el bebé. Si tienes que alejarte del cambiador, coge al niño en brazos o ponlo sobre una manta o una alfombra en el suelo.

Por desgracia ocurre con frecuencia que el niño se cae del cambiador cuando el adulto se agacha a recoger algo del suelo o se estira para alcanzar algo. Una forma segura de evitar las caídas es arreglar el cambiador directamente sobre el suelo.

El baño



La hora del baño es un momento para establecer lazos afectivos, para disfrutar y jugar y no simplemente una ocasión para lavar al niño. Enseguida te darás cuenta por su alegre pataleo en el agua. A casi todos los niños les encanta el agua y bañarse.

Es también muy agradable bañarse con el niño en la bañera o dejar que sus hermanos mayores se bañen con el bebé, eso sí, siempre bajo la supervisión de un adulto.

Comprueba siempre la temperatura del agua para que no esté demasiado calien-



te. Para ello puedes utilizar un termómetro de baño, pero asegúrate introduciendo un codo en el agua. El agua tiene que estar a una temperatura agradable, caliente pero sin quemar. Las manos carecen de la sensibilidad suficiente para percibir la temperatura del agua.

Espera a meter el niño en el agua hasta que la hayas probado bien y esté lo suficientemente tibia. Sujeta al niño pasando un brazo bajo la cabeza y los hombros agarrando siempre el brazo del niño con la mano.

Silla de baño

Cuando el niño ya pueda sentarse en la bañera puede utilizarse una silla de baño. Hoy en día pueden encontrarse sillas que se fijan a la bañera con ventosas. Nunca dejes a tu hijo solo, ni siquiera utilizando una silla de baño. Se ha dado el caso de que las ventosas se desprenden y el niño se ha caído, ahogándose al quedar la boca y la nariz bajo el agua.

Y naturalmente, nunca dejes a tu hijo solo en la bañera. Un bebé puede ahogarse a una profundidad de 10 centímetros.

La cuna



El pequeño pasará mucho tiempo en la cuna, por eso la configuración es muy importante. Durante los primeros meses el bebé puede dormir en un cesto o en un capazo, pero pronto se le quedarán pequeños. Según tu hijo vaya haciendo intentos por darse la vuelta aumenta el riesgo de caída, ya que los cestos para bebés no son lo suficientemente estables.

Por eso vale la pena comenzar directamente con una cuna con fondo alto o de altura regulable, que puede utilizarse hasta los 3 años.

Las cunas que cumplen todos los requisitos vigentes de seguridad deberán llevar el marcado EN 716 e incluir especificaciones que la definan.

Si utilizas una cuna usada, asegúrate de que el pegamento de las juntas no esté pasado, que las barras no estén sueltas y que no falte ninguna pieza.

Un protector o chichonera de gomaespuma revestido de tela convierte la cuna en un espacio acogedor para el bebé. Además impide que el niño pueda sacar los brazos y piernas entre las barras al moverse durante el sueño. El protector no deberá tener una altura que sobrepase los

20 centímetros aproximadamente para no obstaculizar demasiado la visión.

Fija el protector a la base de la cuna para que no quede suelto por encima del colchón.

La distancia entre los barrotes de los laterales deberá estar entre los 4,5 y los 6,5 cm.

La máxima distancia entre el somier y los bordes deberá ser de 2,5 cm para evitar el riesgo de que pueda pillarse un pie o una mano. Examina la fijación de la base y de los extremos de la cuna. Los laterales de la cama deberán tener una altura interna mínima de 60 cm en la posición más baja de la base sin colchón.

Las cunas con ruedas deberán tener o bien dos patas con ruedas y dos sin ruedas, o bien cuatro ruedas con sistemas de bloqueo en dos de las ruedas.

Si utilizas tejidos plásticos para proteger el colchón, pon una sábana encima remetiéndola bien para evitar riesgo de asfixia.

Estos requisitos de seguridad también son aplicables a las cunas de viaje.

Coloca la cuna en un lugar donde enchufes, cordones de persianas y alargadores estén fuera del alcance del niño.

Para más información visita la página web de Konsumentverket (Asociación de consumidores y usuarios de Suecia): www.konsumentverket.se

Se lleva todo a la boca



La forma que tienen los bebés de conocer su entorno es llevarse cosas a la boca y descubrir las cualidades del objeto chupando o mordiendo. Antes de que el niño comience a agarrar los objetos conscientemente, se lleva las cosas directamente a la boca por reflejo.

Su curiosidad aumenta y el niño está cada vez más despabilado. Cuando ya puede desplazarse, sentarse solo, deslizarse, gatear, ponerse de pie y pronto también coger cosas conscientemente y llevárselas a la boca, aumenta el riesgo de asfixia.

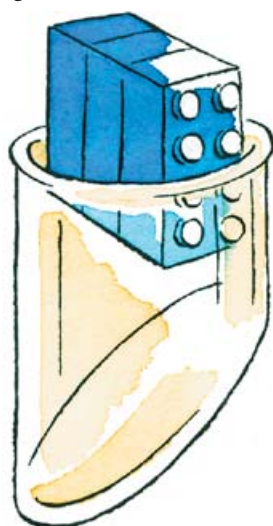
Ahora es cuando también el niño comienza a perfeccionar la coordinación entre los ojos y las manos y ya ve objetos pequeños. Desarrolla la capacidad de agarrar cosas, desde agarrar con ambas manos simultáneamente y utilizar toda la mano, hasta agarrar objetos sólo con el pulgar y el índice.

Muchos niños a la edad de 9–10 meses ya tienen desarrollado este movimiento de pinza y pueden agarrar pequeños objetos que se llevan directamente a la boca. Los cacahuetses son un ejemplo perfecto del tipo de cosas que a menudo se llevan a la boca y que fácilmente puede llegar a los pulmones y provocar lesiones.

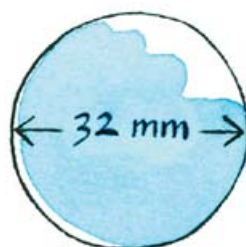
Cilindro de prueba

Konsumentverket ha sacado un cilindro de plástico del mismo tamaño que la garganta de un niño de 3 años, es decir, de 3,2 centímetros de diámetro. Los objetos

pequeños que puedan pasar por el cilindro son los que hay que vigilar especialmente porque representan riesgo de asfixia.



El cilindro puede encargarse en Konsumentverket.



El chupete



Hay que estar atentos a la forma en que el niño utiliza el chupete. Si tiene tendencia a meterse todo el chupete en la boca, elige un chupete más grande. Como garantía de que el chupete cumple con todos los requisitos de seguridad, el envase deberá llevar el marcado EN 1400.

Antes de dar el chupete al niño comprueba su firmeza tirando de la pieza de succión. Comprueba también las tetinas.

Puedes utilizar varios chupetes alternativamente. No laves nunca los chupetes en el lavavajillas ya que desgasta los materiales.

Tira los chupetes desgastados o rotos. Para sujetar el chupete utiliza pinzas en vez de colgarlos con cordones o cintas alrededor del cuello del niño para evitar el riesgo de asfixia.

El cochecito



Ya sea nuevo o usado, hay que tener muchas cosas en cuenta a la hora de adquirir un cochecito. Los aspectos más importantes son la seguridad, la estabilidad y unos buenos frenos. En www.konsumentverket.se encontrarás información sobre todo lo que hay que considerar a la hora de elegir cochecito. El cochecito deberá poder resistir un uso diario durante el primer año de vida del niño en cualquier circunstancia climática: nieve, lluvia o sol.

Algunas consideraciones

- ♦ Todos los cochecitos plegables deberán tener un dispositivo de bloqueo que evite que el cochecito se cierre inadvertidamente. Comprueba regularmente el buen funcionamiento de este dispositivo.
- ♦ Los frenos deberán ser fácilmente accesibles.
- ♦ Comprueba que la sillita y el capazo estén bien fijados al chasis.
- ♦ En la sillita la cabeza del niño no deberá poder deslizarse entre la capota y el respaldo cuando está reclinado y el niño está tumbado. Deberá contar con un dispositivo de protección que amortigüe los golpes si el cochecito choca con algo.
- ♦ Comprueba que las varillas laterales de la capota estén protegidas para evitar que el bebé pueda pillarse los dedos.
- ♦ Es muy útil que vaya equipado con una cesta resistente para poner las cosas más pesadas. El cochecito puede volcarse si se cuelgan bolsas pesadas del manillar.

No laves el cochecito por delante al cruzar una calle. No es lo suficientemente alto para que pueda ser visto por el conductor, especialmente si hay coches aparcados en la calle.

No pases con el cochecito por delante del tubo de escape ya que el niño está sentado a la misma altura. Los niños se ven más afectados por los gases tóxicos de

los coches que los adultos.

Bloquea los frenos cada vez que pares el cochecito. Si paras en un terreno inclinado, coloca el cochecito transversalmente en relación a la cuesta para que esté lo más nivelado posible. No confíes en que el freno estabilice el cochecito en los autobuses, ya que se mueven y balancean constantemente.

Comprueba que el cochecito vaya provisto de reflectores, y equípalo con algunos más.

Más consideraciones.

- ♦ Bajo una capota extendida puede acumularse mucho calor. Comprueba la temperatura con la mano.
- ♦ Protege al niño contra las picaduras de los insectos cubriendo la capota con una red. Fíjala bien para que el niño no pueda alcanzarla y llevársela a la boca.
- ♦ Si quieres colgar algo en la capota para que el niño se distraiga mirándolo, elige objetos grandes que el niño no pueda tragarse. Comprueba que la cuerda sea resistente y esté bien atada, y que no sobrepase los 30 cm de largo para que evitar que el niño pueda enredarse.
- ♦ Durante ciertos períodos los niños son algo más inquietos y resulta necesario utilizar arnés.

Sentado y seguro



Puedes empezar a utilizar gandulitas casi desde el nacimiento del bebé. El niño está algo más elevado y puede ver mejor su entorno. Cuanto más pequeño sea el bebé cuando empiece a sentarse en la gandulita, más breves han de ser los intervalos en que esté sentado. Pronto aprenderás el “lenguaje” de tu hijo y sabrás cuando no quiere seguir sentado.

Muchas personas utilizan las sillitas de seguridad para el coche también en casa. Aquí también es importante que el niño no esté mucho tiempo sentado sin cambiar de posición. Encontrarás más información sobre sillas de seguridad en la página 19.

No coloques la gandulita ni la sillita de seguridad a gran altura, sobre una mesa o similar. Cuando el niño patalea o se mueve puede desplazarse y provocar su caída.

Cuando el niño sea algo más mayor y pueda sentarse solo, puede sentarse a la mesa en una trona. Al principio es muy útil utilizar un cojín como soporte. Una

trona tiene que ser estable y firme. Nunca dejes a tu hijo solo en la trona. Puede levantarse y caerse o empujar la mesa con los pies haciendo que la trona vuelque.

Existen correas especiales para fijar la trona. Si el niño es muy inquieto es aconsejable utilizar arnés. No obstante, el peligro del arnés es que el niño puede quedarse atascado al intentar sentarse.

Para las sillas de mesa la seguridad depende completamente de fijarlas bien a una mesa estable. Una silla de mesa no es apta para niños de más de 15 kilos de peso.

Mochilas portabebés



Las mochilas portabebés son un buen recurso que ofrece al niño la posibilidad de estar muy cerca de mamá o papá. El niño reconoce el ritmo de andar de su período en el vientre, reconoce olores y se siente seguro y protegido.

Las mochilas portabebés se pueden utilizar desde las primeras semanas. Sienta al niño lo más alto posible en la mochila para que cargues adecuadamente el peso en la espalda y los hombros. Elige un modelo que te permita sentar al niño en la mochila sin ayuda.

El niño deberá quedar mirando hacia ti. Comprueba que la mochila esté provista de una buena sujeción en la cabeza. Hay que estar atento a las señales del niño para poder percibir si ya no quiere estar en la mochila.

Cuando el niño es algo más mayor, a los 6 ó 7 meses, resulta muy práctico utilizar una mochila de espalda para paseos más largos o excursiones.

Café y té



Muchas veces se tiene al niño en los brazos o en el regazo. ¡Pero nunca tomes bebidas calientes como té o café con el niño en el regazo! El riesgo de que el niño sufra severas quemaduras es elevado.

Los movimientos del niño son como ya sabes muy rápidos y bruscos, y mueve todo el cuerpo, especialmente los brazos. Estos movimientos convulsivos no los puedes predecir. El apoyo que tiene el niño cuando está sentado en el regazo puede darle más alcance de lo esperado, y puede golpear la taza con los brazos y quemarse. Recuérdaselo también a familiares y amigos.

Evita también utilizar manteles largos de los que el niño pueda tirar.

Escaleras



Subir y bajar escaleras es una actividad muy interesante para el niño en cuanto aprende a desplazarse solo. El niño aprende mucho antes a subir escaleras que a bajarlas. Una barrera en la parte superior e inferior de las escaleras es la mejor medida de precaución para evitar caídas.

En la parte superior de la escalera es absolutamente necesario contar con una barrera que pueda fijarse al marco. No pongas nunca barreras expandibles a presión en la parte superior de la escalera ya que éstas no se mantienen fijas si el niño ejerce presión con el cuerpo.

- ♦ Según la normativa vigente, la barrera deberá tener una altura mínima de 65 cm, medido desde el suelo una vez montada la barrera conforme a las instrucciones del fabricante.
- ♦ Las barras deberán estar a un máximo de 9 centímetros de distancia cuando la barrera está desplegada y no tener barras transversales por las que el niño pueda trepar.
- ♦ La barrera también deberá poderse abrir hacia adentro (no hacia la escalera) y tener seguro por fuera.

En la parte inferior de la escalera puedes poner una chapa de conglomerado en vez de barrera. El conglomerado deberá cubrir totalmente los 2 ó 3 primeros escalones. Deja la superficie brillante hacia arriba. De esta forma si el niño comienza a subir, se deslizará de nuevo hacia abajo.

La barrera es también un recurso práctico para bloquear el paso a habitaciones que el niño no deba visitar por propia cuenta.

Cables y enchufes



El suelo es el mejor espacio de juego. Por eso es importante controlar lo que hay en el suelo y justo encima del mismo. Evita los cables sueltos. Hay riesgo de que el niño se los lleve a la boca y los muerda.

A menudo las planchas se dejan con el cable suelto. Si el niño tira del cable se le puede caer la plancha encima. Las teteras eléctricas pueden tener cables largos que pueden colgar de la encimera. No obstante actualmente hay modelos con recogedor de cable. Presta también atención a los cables de las lámparas y similares.

Los cables sueltos de aparatos eléctricos también entrañan peligro cuando están

enchufados sin estar conectados al aparato. Si el niño chupa el extremo de conexión puede provocarle quemaduras graves.

Ahora también es el momento de instalar protectores en todos los enchufes de tu casa. ¡Pero recuerda que no siempre son seguros! Muchos niños pueden sacarlos, aún cuando les lleve mucho tiempo. Además los protectores pueden estar estropeados sin que pueda detectarse a primera vista.

Guarda las agujas y otros objetos metálicos estrechos fuera del alcance del niño. Los accidentes que provocan son generalmente muy graves.

Nunca dejes que tu hijo juegue con enchufes, ni siquiera con protector.

Para más información sobre electricidad y seguridad, visita la página web de El-säkerhetsverket: www.elsak.se



De pie – al suelo – aúpa otra vez



El mundo se ensancha cuando el niño puede levantarse y comienza a andar. El niño explora su entorno con un auténtico frenesí. Antes de que el niño pueda ponerse de pie o andar se cae a menudo, y puede golpearse la cabeza en algunos bordes al intentar levantarse de nuevo. Para estos casos es una buena idea utilizar protectores de esquinas, especialmente si en las partes de la casa donde más tiempo está hay esquinas o bordes afilados.

Los niños sanos aprenden a andar cuando están listos para ello. Los ejercicios de andar son una interacción importante entre el niño y sus padres, por lo que los llamados andadores o tacatás no son necesarios. Además pueden constituir un mayor riesgo para el niño ya que pueden tropezar fácilmente en los umbrales de las puertas o los bordes de las alfombras, y también caerse por las escaleras.

Radiadores



Cuando el niño intenta levantarse se apoya en los objetos que le rodean. Si hay un radiador cerca el niño puede buscar apoyo en él. Por eso es importante que los radiadores no estén a altas temperaturas.

La mayor parte de los radiadores antiguos pueden estar muy calientes y provocar quemaduras profundas y graves en los más pequeños. Si no puedes ajustar la temperatura del radiador a unos 60°, es importante que utilices protectores. Sólo algunas marcas pueden montarse en radiadores eléctricos. Consulta al fabricante o al vendedor para que te informen del sistema de protección que tienes que utilizar.

Algunos de los radiadores por agua antiguos requieren protección en los bordes.

La cocina



La cocina con sus aromas, sonidos y el continuo trajín, es uno de los lugares más atractivos para un niño pequeño. Es un espacio muy frecuentado por toda la familia, y por tanto el lugar preferido para jugar. En la cocina hay también gran cantidad de objetos interesantes, como tapaderas o cucharas de palo con las que hacer ruido. Coloca algunos de estos objetos en los estantes más bajos de la cocina accesibles para el niño.

Cuando tu hijo ya pueda ponerse de pie también podrá abrir cajones que con-

tienen cosas con las que no es conveniente que juegue. Existen seguros y sistemas de bloqueo que pueden montarse en la cocina. Si los cajones tienen asas cerradas, también puedes bloquearlos pasando un palo por el asa.

La cocina y el horno también pueden despertar su curiosidad.


Algunas consideraciones

- ◆ Comprueba que la cocina está bien fija a la pared utilizando algún sistema de protección que evite que pueda volcarse si el niño intenta trepar por la puerta del horno.
- ◆ Coloca también un protector de hornillas para que el niño no pueda alcanzar las sartenes. También las hornillas de vitrocerámica pueden equiparse con protector.
- ◆ Hazte al hábito de girar siempre el mango de las sartenes hacia adentro y utilizar un embudo más alargado para el café.
- ◆ Ten en cuenta que las hornillas tardan un ratito en enfriarse.
- ◆ Comprueba que la puerta del horno sea aislante para que el niño no pueda quemarse. En caso contrario deberás adquirir un sistema de protección para la puerta del horno.



Envenenamiento

Medicamentos – productos químicos

 Los medicamentos entrañan riesgo de envenenamiento y siempre deberán guardarse en un botiquín cerrado. Incluidos los medicamentos que no necesitan receta, como los comprimidos de hierro y las aspirinas. Si en el bolso tienes medicamentos, colócalo fuera del alcance del niño. ¡No olvides tampoco los bolsos de tus invitados!

Guarda siempre las sustancias químicas peligrosas como productos de limpieza en gabinetes cerrados con cerrojo. No olvides nunca volver a meter el producto de limpieza en el gabinete aunque sólo sea por un período de tiempo breve, como por ejemplo para responder al teléfono. Los accidentes se producen con gran rapidez.

Algunos preparados de uso doméstico vienen en envases con cierre de seguridad difíciles de abrir para niños pequeños. Pero estos envases no siempre son a prueba de niños, simplemente prolongan el tiempo que les lleva abrirlos.

Los lavavajillas producen irritación, y algunos son altamente corrosivos. Comprueba que no haya restos de lavavajillas en la máquina.



Los líquidos para encender barbacoas entrañan un gran peligro para el niño ya que pueden llegar hasta los pulmones y provocar una inflamación química de pulmón.

Cigarrillos



A pesar de que el riesgo de intoxicación se considera bastante bajo, el que el niño haya comido cigarrillos preocupa a muchos padres. Hábitate a guardar el tabaco en un armario alto y vacía todos los ceniceros rápidamente.

Ventanas



Aunque tu hijo aún no pueda subirse a las sillas es conveniente que pongas sistemas de bloqueo en las ventanas que eviten que el niño pueda abrirlas. Pronto tu hijo aprenderá a trepar y cada vez irá a más.

No hay ningún sistema de cierre ni ganchos que sean cien por cien seguros, pero al niño le llevará más tiempo abrirlos.

Juguetes



Cuando el niño empiece a agarrar, soltar, tirar y golpear cosas, podrá disfrutar más de los juguetes. Los colores y los sonidos estimulan al niño desde que es muy pequeño.

Juega con todo

Los niños juegan con todo lo que puedan agarrar en casa. El juego es la forma que tienen los niños de aprender y los “juguetes” que encuentra por toda la casa dan para mucho. Es importante para el desarrollo del niño probar distintos materiales y explorar todas sus posibilidades.

El dejar que el niño juegue con “todo” requiere un buen criterio sobre lo que es adecuado y lo que no. Cuando se juega con todo puede pasar que algo se rompa y el niño se haga una pequeña herida. Pero lo más importante es que esto no influya sobre las ganas del niño de descubrir.

Los tacatás y andadores que pueden desplazarse hasta las escaleras han causado gran número de lesiones graves.

Juguetes peligrosos

Existen distintas normas de seguridad para juguetes que especifican que no debieran ser peligrosos para los niños. El marcado CE garantiza que el juguete cumple con los requisitos mínimos de las normas de seguridad.

Los juguetes peligrosos son sobretodo los que pueden romperse en trozos pequeños o los que tienen esquinas o bordes afilados. No tienen que contener partes pequeñas lo suficientemente sueltas como para que el niño pueda desprenderlas mordiéndolas o tirando. Los juguetes tampoco deben contener piezas pequeñas que entrañen riesgo de asfixia. Comprueba la resistencia de los juguetes del mismo



modo que con los chupetes.

Presta también atención a los cordones o cintas largas que puedan enredarse en el cuello del niño. Los cordones no deberán tener una longitud superior a los 22 cm.

Los juguetes diseñados para niños mayores deberán ir marcados con “Ej lämplig för barn under 3 år” (no adecuado para niños menores de 3 años) y una explicación breve. Puede leerse en el envase. Ahora hay también un símbolo de advertencia para juguetes no adecuados para niños menores de 3 años.

Enseña a los hermanos mayores a guardar sus juguetes pequeños cuando el pe-

queño está con ellos.

Las pelotas para niños menores de 3 años deberán ser algo más grandes que una pelota de golf ya que el niño puede atragantarse y provocar su asfixia.

El cilindro de prueba (ver pág. 8) puede ayudarte a eliminar los juguetes y las piezas pequeñas que el niño pueda meterse en la boca y provocarle asfixia.

Tira los juguetes rotos que tengan bordes afilados y las costuras gastadas.

Protección en el coche



Según la legislación sueca, desde que llegas a casa de la maternidad tienes la responsabilidad de que tu hijo viaje sujeto en el coche.

La forma más segura de viajar en coche con un bebé es utilizar un capazo o una silla de coche mirando hacia atrás. Ya que la cabeza del niño es grande y pesada en proporción al cuerpo y los músculos del cuello y el esqueleto no están completamente desarrollados, en caso de colisión el riesgo de sufrir lesiones es elevado. En una silla mirando en sentido contrario al de avance el vehículo la cabeza se mantiene fija al respaldo disminuyendo así la carga sobre el cuello.

A la hora de elegir capazo o silla de coche comprueba que esté homologados, es decir, deben llevar el marcado T (normativa sueca) o E (normativa europea).

Ten en cuenta que el capazo o la silla de coche no puede montarse ni utilizarse en el asientos delantero si éste lleva incorporado airbag. En este caso deberá ser desconectado por un taller autorizado.

El niño puede ir en un capazo hasta los 6 ó 9 meses. El niño deberá llevar puesto el arnés del capazo y éste deberá fijarse al cinturón de seguridad del coche mirando hacia atrás en el asiento delantero o trasero del coche. La distancia al salpicadero deberá ser de 20 cm. como mínimo. Sigue las instrucciones de uso al fijar la silla.

Cuida de la espalda de tu hijo. No le dejes sentado en el capazo durante largos períodos de tiempo. En los viajes largos realiza paradas frecuentes para que el niño pueda cambiar de posición.

Algunos municipios ofrecen a los padres primerizos la posibilidad de alquilar o tomar prestado una silla para coche, a veces desde la maternidad. Pregunta en tu


clínica prenatal, centro pediátrico, o en el centro de orientación al consumidor de tu municipio cuáles son las reglas a este respecto.

Cuando el capazo se le haya quedado pequeño y ya pueda sentarse con más estabilidad hay que pasar a una silla mirando hacia atrás que puede montarse en el asiento delantero o trasero del coche. El niño deberá llevar puesto el arnés de la silla, y ésta deberá ir fijada al coche con el cinturón de seguridad del coche y anclajes especiales.

En el asiento delantero la silla deberá colocarse mirando hacia el salpicadero (nunca al parabrisas). Es importante seguir al pie de la letra las instrucciones de montaje para que el niño esté óptimamente protegido.

Encontrarás más información sobre la seguridad de tu hijo en el coche en la página web de NTF: www.ntf.se

Humos y gases del tubo de escape

 No fumes nunca cerca del niño y nunca en el coche. El humo del tabaco en combinación con los gases del tubo de escape son especialmente nocivos para los niños. No pongas el calefactor del coche cuando hay un tráfico muy intenso o en embotellamientos a menos que sea imprescindible para tener una buena visión. Abre en vez una ventana.

No entres en aparcamientos con el niño si puedes evitarlo. Los gases de los coches son más peligrosos cuanto más cerca estén los coches, y en los aparcamientos la concentración de gases es muy alta.



Seguros para niños

Un seguro normal cubre automáticamente atención médica, tratamiento hospitalario y servicio dental para todos los niños en caso de accidente o enfermedad. El seguro especial para niños es un suplemento a lo que recibes de las autoridades públicas en caso de que el niño quedara parcial o totalmente inválido.

En guarderías y colegios, los niños están asegurados contra accidentes a través del municipio, y en la mayor parte de los municipios este seguro es válido las 24 horas. No obstante en algunos municipios el seguro no cubre las actividades recreativas. Infórmate de las reglas vigentes en tu municipio.

Si se desea ampliar la cobertura, puedes contratar un seguro para niños privado que cubre enfermedades y accidentes. Es importante que el seguro cubra las enfermedades, ya que la mayor parte de los niños sufren más discapacitaciones permanentes por enfermedad que por accidente.

Para más información y consejos sobre seguros para niño, ponte en contacto con Konsumenternas Försäkringsbyrå al número de teléfono 08-22 58 00, o visita la página web:

www.konsumenternasforsakringsbyra.se

Lista de control

Recién nacidos

Sí No



El cambiador es estable y lo suficientemente ancho como para que el niño pueda girar media vuelta sin caerse o está provisto de protección en tres de los lados.

Cambio al bebé en el suelo.

Siempre pongo una mano sobre el niño si tengo que agacharme o estirarme para alcanzar algo, o me llevo al niño conmigo si tengo que alejarme del cambiador.

La cuna no tiene materiales plásticos y el niño no tiene juguetes en la cama mientras duerme. Si hay algún móvil está a una altura que el niño no puede alcanzar.

Compruebo la temperatura del agua del baño con termómetro y/o con el codo.

Nunca dejo la gandulita o el capazo sobre la mesa con el niño dentro.

Compruebo los chupetes todos los días.

Nunca tengo al niño en el regazo cuando tomo bebidas calientes.

En el coche el niño va siempre sentado en un capazo o una silla de coche homologada.

Compruebo que los frenos, los dispositivos de fijación y plegables funcionan y el capazo del cochecito está bien fijado al cahsis.

Nunca dejo el niño en el cochecito sin supervisión.

El niño algo mayor

Sí No



Todos los enchufes, ladrones y cables llevan dispositivos de protección.

No hay ningún cable suelto de lámparas, plancha o similares en el suelo.

Todas las lámparas, cables y equipos eléctricos están completamente protegidos.

Las escaleras del interior de la casa están provistas de barreras.

Siempre levanto al niño de la silla si tengo que abandonar la habitación.

Los radiadores llevan protectores o están a una temperatura inferior a los 60°.

Todos los cuchillos y herramientas afiladas están fuera del alcance del niño.

La cocina está bien fijada a la pared y está provista de protección anti-vuelco.

Las hornillas de la cocina tienen protectores.

La puerta del horno tiene un protector o es aislante.

El lavavajillas, los productos de limpieza, los disolventes etc están siempre fuera del alcance del niño.

Los medicamentos están guardados bajo llave en un gabinete fuera del alcance de los niños y al menos 1 1/2 metros del suelo.

No hay plantas venenosas en casa..

Me encargo de que los cigarrillos, el tabaco para mascar y las cerillas nunca estén a la vista

No se fuma en el interior de la casa.

Me he deshecho de todos los juegos peligrosos y rotos.

Por su seguridad...

también está disponible con consejos para padres
con hijos entre 1 y 6 años.

www.gothia.nu

