



## La seguridad de su hijo(a)

¿Sabía que las lesiones son la mayor amenaza a la vida y salud de su hijo(a)? Las lesiones son la principal causa de muerte entre niños de edad escolar. **¡Sin embargo, la mayoría de lesiones se pueden prevenir!**

A los 5 años, su hijo(a) está aprendiendo a hacer muchas cosas que pueden lastimarlo seriamente, tales como montar en bicicleta o cruzar la calle. Aunque los niños *aprenden con rapidez*, aún no pueden juzgar lo que es seguro. Por eso, usted debe protegerlo(a). Hay algunos pasos simples que puede tomar para prevenir las lesiones más comunes.

### Precauciones al montar en bicicleta

Siempre que monte en bicicleta, su hijo(a) debe ponerse un casco. ¡Compre el casco cuando compre la bicicleta! **Asegúrese de que su hijo(a) use el casco cada vez que monta en bicicleta.** El casco ayuda a prevenir lesiones en la cabeza y puede salvarle la vida a su hijo(a).

No permita nunca que su hijo(a) monte en bicicleta en la calle.

**Aún es demasiado pequeño para montar en la calle sin correr peligro.**

Asegúrese de que la bicicleta sea del tamaño adecuado para su hijo(a). Al sentarse en la silla de la bicicleta con las manos en el manubrio, debe poder poner la base de ambos pies en el piso. La primera bicicleta del niño debe tener freno de rueda libre ya que a los 5 años un niño no es capaz de frenar adecuadamente con el freno de mano.



### Precauciones en la calle

Su hijo(a) corre peligro de ser golpeado por un auto si sale corriendo a la calle cuando está jugando. Llévelo a jugar a un patio de juegos o al parque. Muéstrelle el borde de la acera y **enséñele a que se detenga siempre en el borde de la acera y a no cruzar nunca la calle sin una persona mayor.**



### Precauciones en el agua

Éste es el momento para enseñarle a su hijo(a) a nadar. Pero aunque sepa nadar, **nunca lo deje nadar solo.**

No le permita jugar alrededor de ningún depósito de agua (lago, quebrada, piscina o mar) a menos que haya un adulto supervisándolo. **NUNCA** lo deje nadar en canales ni en una corriente de agua rápida.

Enséñele al niño que nunca debe lanzarse al agua sin que un adulto haya revisado la profundidad del agua. **Y si van en barco, asegúrese de que su hijo(a) tenga puesto un chaleco salvavidas.**

