

# Lista de control sobre la seguridad en el hogar

¿Sabe qué tan seguro es su hogar para su bebé o hijo pequeño?  
Use esta lista de control como ayuda para descubrir qué partes de su hogar son seguras y en qué aspectos puede mejorar su seguridad.

## 1 Sueño seguro

- ¿Duerme siempre su bebé boca arriba?
- ¿Duerme su bebé solo en una cama tipo cuna durante la noche y las siestas en el hogar y fuera de este?
- ¿Ha revisado la cama de su bebé para asegurarse de que no falten tablillas de la cuna ni que estén rotas? Las tablillas de la cuna deben tener una separación de no más de  $2\frac{3}{8}$  pulgadas (6 cm; tamaño de la parte superior de una lata de refresco).
- ¿Es el colchón de la cuna firme y se ajusta perfectamente a la cuna (sin dejar espacio adicional en los extremos)?
- ¿Está la cuna de su bebé libre de almohadas, chupetes, juguetes de peluche, protectores para cunas y otros objetos blandos?



## 2 Baño

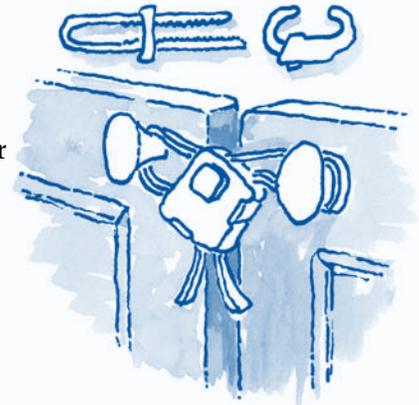
- ¿Hay siempre un adulto presente cuando su hijo está en la bañera?
- ¿Está su calentador de agua regulado para que nunca supere los 120 °F (49 °C)?
- ¿Controla primero la temperatura con la muñeca o el codo cuando abre el grifo del agua del baño?
- ¿Hay bandas antideslizantes o un tapete en la parte inferior de la bañera?

## 3 Almacenamiento seguro

- ¿Hay pestillos o cerraduras en armarios y cajones que contengan elementos que puedan representar un peligro? Estos elementos incluyen lo siguiente:

- Vitaminas
- Cigarrillos
- Bolsas de plástico
- Fósforos y encendedores
- Cuchillos, tijeras, hojas de afeitar y otros objetos filosos
- Artículos de limpieza, pesticidas y otros materiales venenosos; mantenga estos elementos en sus envases originales
- Armas y municiones; deben almacenarse por separado
- Medicamentos, incluidos los de venta libre

Recuerde: el embalaje de seguridad para niños no es a prueba de niños.

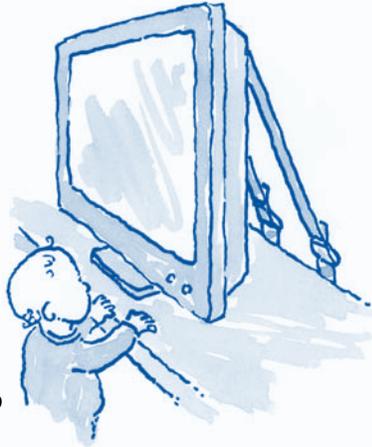


## 4 Cocina

- ¿Están los electrodomésticos pequeños de la cocina (cafetera, tostadora) y del baño (secador de pelo, rizadoras) desenchufados y guardados? Si no se pueden almacenar en un armario o cajón, colóquelos sobre la parte posterior de la encimera.
- ¿Se usan para cocinar los quemadores posteriores de la cocina?
- ¿Están colocadas las asas de ollas en dirección a la parte posterior de la cocina?

## 5 En la casa

- ¿Tiene anotado el número de teléfono del Centro de Envenenamiento de Minnesota (Minnesota Poison Center) (1-800-222-1222) y otros contactos de emergencia cerca de todos los teléfonos, están programados en su teléfono celular o en un sitio evidente de su hogar? No es necesario que tenga jarabe de ipecacuana en su hogar. En caso de envenenamiento, comuníquese siempre con el centro de envenenamiento y allí los especialistas le indicarán lo que debe hacer.
- ¿Están los juguetes y objetos pequeños con los que su bebé podría atragantarse fuera de su alcance y se han levantado del suelo?
- ¿Están los detectores de monóxido de carbono en funcionamiento instalados a 10 pies (3 metros) de cada habitación que se usa para dormir? Se deben controlar los detectores de monóxido de carbono una vez por mes y se les debe cambiar la batería una vez por año.
- ¿Están los detectores de humo en funcionamiento colocados en cada dormitorio al igual que en los pasillos fuera de los dormitorios? Se deben controlar los detectores de humo una vez por mes y se les debe cambiar la batería una vez por año.
- ¿Conocen todos los integrantes de su hogar un plan de salida de emergencia en caso de producirse un incendio?
- ¿Es su hogar un lugar libre de humo (nadie fuma dentro de su hogar)?
- ¿Están los muebles pesados o poco firmes como televisores, centros de entretenimiento y estantes fijados al piso o contra la pared?
- ¿Hay puertas para bebés o de seguridad instaladas en la parte superior e inferior de todas las escaleras?



- ¿Hay tapas o enchufes para evitar descargas eléctricas en todos los tomacorrientes eléctricos sin uso?
- ¿Hay ventanas en su hogar o departamento seguras para los niños? Precauciones que se deben tomar:
  - Aleje los muebles de las ventanas.
  - Mantenga las ventanas cerradas, especialmente las que estén al alcance de los niños, o coloque seguros o topes en ellas para evitar que se abran más de cuatro pulgadas (10 cm).
- ¿Están los cables eléctricos en buenas condiciones (no están pelados)? Coloque los cables de manera tal que estén fuera del alcance de los niños.
- ¿Mantiene a su hijo seguro contra el envenenamiento con plomo?
  - Es posible que el polvo de pintura o la pintura que se desprende de las paredes y ventanas contengan plomo si su hogar se construyó antes de 1978.
  - Ciertos remedios populares pueden contener plomo.
- ¿Están los cordones de persianas o cortinas fuera del alcance de los niños? Si los cordones de persianas o cortinas están enrollados, córtelos para crear dos cordones pequeños.



## 6 En el automóvil

- ¿Están los asientos de seguridad para niños apropiados para cada edad instalados correctamente y se usan cuando los niños viajan en automóvil?
- ¿Usan todos los pasajeros cinturón de seguridad (o viajan en asientos de seguridad para niños instalados correctamente y apropiados para cada edad) cuando viajan en automóvil?

