

ALL STAT  
HOME HEALTH



  
Bouchar Insurance

viva bien, trabaje bien

Consejos para la salud y el bienestar en el trabajo, el hogar y la vida, presentados por especialistas en prevención y seguridad de Bouchar Insurance.

# Salud infantil: la seguridad del bebé

Los padres se preocupan constantemente por proteger a sus hijos fuera de su hogar, pero a menudo pierden de vista los peligros que acechan justo debajo de su techo.

## Seguridad contra incendios

Deben instalarse detectores de humo en cada piso de la casa, cada dormitorio, los pasillos adyacentes y cerca de la cocina. Verifíquelos mensualmente para asegurarse de que funcionen bien, y cambie las baterías una vez al año. Si los detectores tienen más de 10 años de antigüedad, reemplácelos. En la casa, debe haber por lo menos un extintor de incendios en cada piso y un detector de monóxido de carbono cerca de los dormitorios.

## Seguridad con el agua

Elimine el agua u otros líquidos de baldes o recipientes. Si se descuida a un niño por incluso uno o dos minutos, puede ahogarse en sólo 2 pulgadas<sup>3</sup> (33 cm<sup>3</sup>) de líquido. Esta situación aparentemente improbable sucede porque los niños

pequeños tienen la cabeza muy pesada. Si pierden el equilibrio al inclinarse sobre un inodoro o balde, pueden caerse fácilmente de cabeza y no podrán levantarse.

## Seguridad contra la asfixia

Es importante supervisar cada vez que el bebé toma o come algo, y asegurarse de que esté derecho cuando se le suministren alimentos sólidos. No insista en que coma si está llorando o no quiere hacerlo. Pise o muele la comida a fin de que sea lo suficientemente blanda para que la procese con los dientes o las encías. Los niños pequeños tienden a tragar sin morder, así que no les dé mantequilla de maní, palomitas de maíz, galletas duras, zanahorias crudas, nueces, uvas, dulces duros, arvejas crudas ni salchichas hasta que tengan por lo menos tres años de edad.

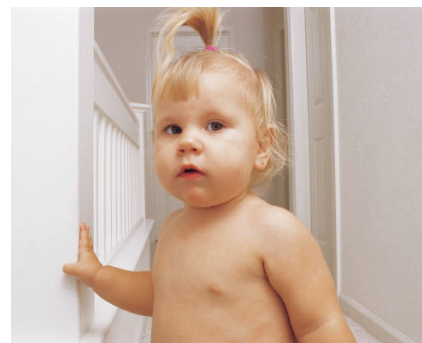
## Seguridad contra el envenenamiento

Los niños, especialmente los muy pequeños, exploran el mundo colocándose todo tipo de objeto en la boca. Ése es un motivo por el cual muchos son víctimas de envenenamientos

accidentales. Los padres pueden prevenir este tipo de accidentes identificando y escondiendo los materiales tóxicos. Los suplementos de hierro, por ejemplo, son los responsables del 30% de las muertes por envenenamiento con medicamentos en niños. Además, según la Asociación Estadounidense de Centros de Control de Envenenamientos (American Association of Poison Control Centers, AAPCC), las llamadas más comunes que reciben son sobre niños de 5 años de edad o menos relacionados con productos de limpieza y artículos de baño como aceites para bebés, enjuagues bucales y cosméticos.

## Seguridad contra caídas

Muchos padres creen que los mosquiteros son suficientes para evitar una caída, pero no es así. Abra siempre las



ventanas de hojas de la parte superior o colóqueles trabas para evitar que los niños pequeños puedan abrirlas. Las ventanas bajas no deben estar abiertas más de 4 pulgadas (10 cm). También considere instalar protecciones en las ventanas.

Existen muchos otros peligros en su hogar. Para evitar caídas, siga las siguientes sugerencias:

- Mantenga los objetos pesados o que puedan romperse lejos del alcance de los niños.
- Coloque los muebles lejos de los peligros como ventanas, correas de ventana y artículos colgantes.
- Asegure los muebles inestables.
- Asegure los cambiadores.

Siempre esté preparado para lo peor. Coloque los contactos de control de envenenamiento, paramédicos, bomberos y policía cerca del teléfono y asegúrese de tener el botiquín de primeros auxilios a mano.

## ¿Lo sabía?

Según los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC), casi 3.100 niños de 3 años de edad o menos murieron por lesiones en 2002. La mayor causa de muerte es la asfixia involuntaria, seguido por el ahogo. Haga de su hogar un lugar seguro para el bebé y cuide a su hijo para evitar una desgracia.