

Proteja a sus seres queridos de las lesiones viales

[Locutor] Este podcast es una presentación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. CDC – gente - segura - saludable.

Cada hora, 150 niños de entre 0 y 19 años de edad reciben tratamiento en salas de emergencia por lesiones causadas en accidentes vehiculares. Más niños entre los 5 y 19 años de edad mueren debido a lesiones vehiculares que por cualquier otro tipo de lesión. Muchas de estas lesiones se pueden prevenir y usted puede desempeñar un papel fundamental para proteger a sus niños queridos.

Una de las mejores medidas de protección que usted puede tomar es usar cinturones de seguridad, sillitas para bebé y asientos elevados de seguridad adecuados para la edad y el peso de su niño. Centenares de niños que mueren en accidentes vehiculares todos los años no llevaban cinturón de seguridad.

¿Cómo saber qué tipo de sillita o asiento de seguridad elevado para el automóvil es adecuado para su niño? Por lo general, los bebés se deben sentar en sillitas infantiles mirando hacia atrás del vehículo, hasta que tengan por lo menos 1 año de edad y pesen 20 libras. Cuando estos crezcan y ya no quepan en sus sillitas, pueden comenzar a usar asientos de seguridad que miran hacia adelante. Deben mantenerse en estos asientos al menos hasta los cuatro años de edad o hasta que pesen 40 libras.

Algunos de estos asientos de seguridad que miran hacia adelante están diseñados para acomodar en forma segura a niños de hasta 50 y 60 libras de peso. Así que los padres no necesariamente tienen que mover a su niño a un asiento elevado justo cuando cumpla cuatro años o pese 40 libras, ya que esto es solo una referencia.

Los asientos elevados están diseñados para niños de cuatro a ocho años de edad, o hasta que midan cuatro pies y nueve pulgadas. Para sentar a su niño adecuadamente en un asiento elevado, el cinturón de hombro deberá cruzarle el pecho y ajustarse bien al hombro. El cinturón de cadera deberá estar colocado por debajo de la cadera y por encima de los muslos y nunca en el área del estómago.

Los padres de familia se deben de asegurar que los pasajeros menores de 12 años viajen todo el tiempo en el asiento trasero. Cuando su niño crezca y comience a conducir, usted también puede hacer algo por su seguridad. Hágale firmar un contrato para evitar que conduzca en condiciones riesgosas, como por ejemplo, manejar con varios pasajeros adolescentes y durante la noche.

Las lesiones viales no siempre ocurren cuando uno viaja en automóvil. Los niños deben usar casco siempre que monten bicicleta o motocicleta. El casco puede ayudar a prevenir una lesión cerebral traumática y sus graves consecuencias.

Cuando se trata de los niños que amamos, por supuesto que queremos protegerlos de cualquier daño. Usted tiene el poder de ayudarlos a que aprovechen sus vidas al máximo, sin tener que padecer el dolor y el sufrimiento que provocan las lesiones.

Proteja a sus seres queridos: Las lesiones infantiles se pueden prevenir es una iniciativa de los CDC para aumentar la concientización de los padres sobre las principales causas de las lesiones en los niños de los Estados Unidos y la forma en que se pueden prevenir. Para obtener más información visite la página www.cdc.gov/safechild.

[Locutor] Para obtener la información de salud más precisa visite www.cdc.gov/español o llame a cualquier hora al 1-800 CDC-INFO, es decir, 1-800-232-4636.

Versión en español aprobada por *CDC Multilingual Services – Order # 6132*