



Consejos para  
**Prevenir  
y evitar  
accidentes  
y peligros  
a los niños**



**Ministerio de la  
Protección Social**  
República de Colombia



Derecho  
a la **felicidad**



**BIENESTAR  
FAMILIAR**

**Instituto Colombiano de Bienestar Familiar**

**Directora General**  
Elvira Forero Hernández

**Ministro de la Protección Social**  
Mauricio Santamaría Salamanca

**Autora**  
Aida de Estela

**Diagramación y Diseño**  
Ricardo Correa

**Ilustraciones**  
Hernando Ureña

**Impresión**  
Imprenta Nacional de Colombia

**Consejos para prevenir  
y evitar accidentes  
y peligros a los niños**

Edición noviembre 2010

# Contenido

<b>Introducción</b>	<b>5</b>
<b>1. ¿Cómo evitamos quemaduras y descargas eléctricas?</b>	<b>6</b>
• En todos los lugares de la casa	7
• En la cocina	8
• Con el gas propano y el gas natural	9
• En el baño	10
<b>2. ¿Qué cuidados debemos tener con los fillos de muebles y otros objetos?</b>	<b>12</b>
<b>3. ¿Cómo evitamos quemaduras y atoramientos en el baño diario y con las comidas?</b>	<b>14</b>
• En las comidas	14
• En el baño diario	16
<b>4. ¿Qué cuidados debemos tener con lo que corta y chuza?</b>	<b>18</b>
<b>5. ¿Cómo evitamos ahogamientos?</b>	<b>20</b>
• En el baño	20
• En las piscinas	22
<b>6. ¿Cómo evitamos accidentes en las ventanas y escaleras?</b>	<b>24</b>
• En las ventanas	24
• En las escaleras	26
<b>7. ¿Qué cuidados debemos tener cuando salimos con los niños a la calle?</b>	<b>28</b>
• Al pasar la calle	28
• En el carro	29
• Cuando vamos de compras	30
• El riesgo de perderse	31
• Frente a los posibles abusos	33
<b>8. ¿Cómo evitamos envenamientos?</b>	<b>34</b>
• Con las medicinas	35
• Con productos de limpieza y otros químicos de uso casero	36
• Con alcohol	37
• Con pólvora	38
• Con otros objetos	39
<b>9. Aprendiendo a obedecer</b>	<b>40</b>



# Introducción

Cuando los niños y niñas comienzan a gatear, la casa se convierte en un lugar lleno de emociones, y cuando son más grandecitos, en un lugar de exploraciones y grandes descubrimientos, sin embargo, no está exenta de riesgos.

Si usted tiene un bebé, un niño o niña en edad escolar, su hogar debe ser un refugio seguro, donde puedan explorar su entorno sin riesgos mientras se desarrollan. Después de todo, tocar, agarrar, trepar y explorar son las actividades que desarrollan el cuerpo y la mente de un niño o niña.

Por eso, tenga en cuenta que todos los lugares de la casa pueden ser peligrosos para los niños y niñas: la cocina, el baño, las habitaciones, porque en todas ellos podemos encontrar cables, enchufes, muebles con puntas, espejos, estufas, suelos resbaladizos, ventanas abiertas, escaleras, mesas de cristal, aparatos eléctricos, remedios, etc.

Los niños y niñas deben aprender a temprana edad que tienen que ser prudentes y cuidadosos con los objetos y artefactos que pueden causarles daño. Para lograrlo, antes de prohibir y alejar a los niños y niñas de los lugares donde pueden correr peligro, debemos explicarles y enseñarles como evitarlos a través del ejemplo y la buena comunicación y seguir las siguientes recomendaciones:

## Nunca deje solos a los niños y niñas

- La curiosidad de los niños y niñas causa muchos accidentes por lo que es muy importante vigilarlos cuando están activos.
- A veces los trabajos sencillos y domésticos como las tareas lo entretienen sanamente y le sirve de distracción.
- También es conveniente verificar el contenido de la televisión controlando el acceso a programas violentos o de sexo y ver con los niños algunos programas.
- Si fuera absolutamente necesario dejarlos solos, es importante que sepan los teléfonos de familiares cercanos o de vecinos para que los auxilien en una emergencia.

**Elvira Forero Hernández**

Directora General Instituto Colombiano de Bienestar Familiar

## Recuerde...

La supervisión es la mejor manera de prevenir que los niños(as) sufran lesiones.

**Por eso nunca los deje solos.**

# 1.

## ¿Cómo evitamos quemaduras y descargas eléctricas?

*Dado que el fuego, la electricidad y el calor son indispensables en la vida cotidiana, debemos dar especial atención a los riesgos que tiene el uso de los artefactos eléctricos y a gas, a los cables, interruptores e instalaciones eléctricas, así como al uso de fósforos, encendedores y velas.*



## En todos los lugares de la **casa**:



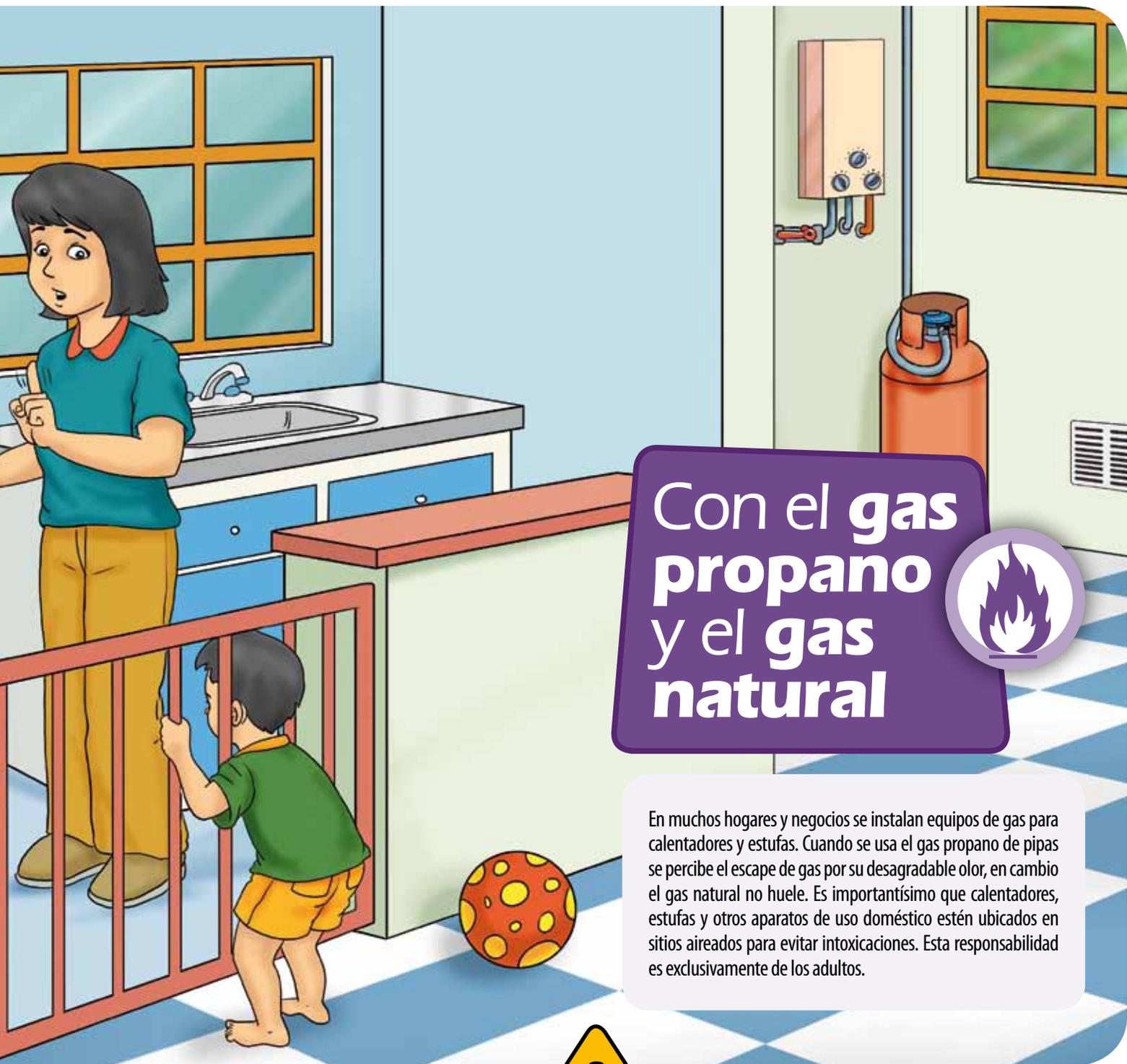
- Nunca deje fósforos al alcance de los niños y niñas..
- Para impedir la curiosidad de los niños, niñas y de los bebés que gatean, cubra con protectores o enchufes falsos todos los tomacorrientes y las extensiones que estén a su alcance.
- Es conveniente que todos los aparatos eléctricos tengan toma a tierra y los contactos estén en buen estado.
- Nunca desconecte los enchufes tirando del cable sino del enchufe mismo y enseñe este hábito a sus hijos.
- Ponga fuera del alcance de los niños y niñas todos los cables y evite que estén sueltos y sin aislante.
- Los cables eléctricos no deben pasar debajo de las puertas ni de las alfombras, ya que el constante abrir y cerrar de las primeras y el caminar sobre las segundas, dañan el material aislador.
- Nunca deje conectada la plancha eléctrica si no la está usando, ni la deje cerca del alcance de los niños y niñas, ni con el cordón desenrollado. No permita que los niños y niñas se acerquen cuando se está planchando.
- Muchos aparatos eléctricos como planchas, hornos y cocinas eléctricas, conservan el calor aún cuando han sido apagados, por lo que deben ser manejados con especial atención y cuidado y mantenerlos alejados a los niños y niñas.



## En la cocina

- Nunca deje que los niños y niñas estén cerca de la estufa cuando en el fogón están las ollas calientes, y por ningún motivo les pida que manipulen una olla con agua caliente.
- El horno pueden producir quemaduras después de estar apagado, por eso si no está instalado a una altura superior a la de los niños y niñas (mínimo 70 cms.), no permita que estén cerca cuando lo use.
- La estufa a gas es muy fácil de prender, por eso, si no la está usando, lo mejor es apagar el piloto para que los niños y niñas no logren prenderla e introduzcan objetos que puedan arder.
- No los deje solos en la cocina. Lo más aconsejable es colocar una barrera que les impida el acceso a su interior. Si no es posible, hay que mantener la puerta siempre cerrada. No se les debe dejar entrar descalzos.
- Cuando cocine, utilice las hornillas interiores de la estufa, los que estén más cercanas a la pared, y ponga los mangos de cazuelas y sartenes hacia dentro, de manera que no sobresalgan del fogón.





## Con el gas propano y el gas natural



En muchos hogares y negocios se instalan equipos de gas para calentadores y estufas. Cuando se usa el gas propano de pipas se percibe el escape de gas por su desagradable olor, en cambio el gas natural no huele. Es importantísimo que calentadores, estufas y otros aparatos de uso doméstico estén ubicados en sitios aireados para evitar intoxicaciones. Esta responsabilidad es exclusivamente de los adultos.



## En el baño

- Ni sus hijos, ni usted deben tocar los aparatos eléctricos en la ducha, ni cuando están parados sobre un piso húmedo en cualquier parte de la casa (cocina, lavandería) o tienen las manos mojadas.





# 2.

## ¿Qué cuidados debemos tener con los fillos de muebles y otros objetos?

*A continuación algunos consejos para reducir las posibilidades a los niños y niñas de causarse golpes y cortaduras con los distintos muebles que se encuentran en el hogar:*

- Nunca ponga a los bebés en sillas de bebé u otro tipo de sillas encima de muebles, porque el movimiento del bebé puede impulsar la silla y causar serios accidentes.
- Asegúrese que todos los muebles en los que los niños puedan subirse: mesas, escritorios, gabinetes, muebles para la televisión, etc., sean fuertes y no fáciles de tumbar.
- Se deben fijar a la pared las estanterías y los muebles altos o pesados que los niños y niñas puedan volcar.
- Es muy útil colocar protectores en las esquinas y en las salientes de los muebles.
- Hay que retirar las mesas y otras superficies de cristal. Si las puertas son de este material, conviene cambiar los cristales por otros de seguridad; en su defecto, se pueden colocar stickers que impidan que en caso de rotura los pedazos caigan al suelo.
- Se deben colocar topes en las puertas de las habitaciones para evitar que se cierren y golpeen los dedos.
- Cuando los niños y niñas ya duermen en la cama, hay que instalar una barandilla o barra de seguridad para evitar que se caigan.



# 3.

## ¿Cómo evitamos quemaduras y atoramientos en el baño diario y con las comidas?



### En las **comidas**

- Antes de dar el tetero y los alimentos a un bebé, es indispensable comprobar la temperatura (aproximadamente 32°C). Pruebe la temperatura en el dorso de su mano.
- También es recomendable probar los alimentos. Esto evita que los niños y niñas se quemen, se indigesten o intoxiquen por una comida alterada.
- En las primeras comidas del bebé, en las papillas, nunca introduzca galletas, ni azúcar, ni miel, ni pan para evitar que se atore con un pedazo.
- Ya más grandecitos, es recomendable que ellos coman trozos de frutas o verduras, sin embargo, hay que tener mucho cuidado que no se atoren con una porción pequeña.
- A la hora de comer deben estar sentados en su mesita o en una mesa grande.
- Nunca debemos darles bombones porque puede atragantarse o hacerse daño con el palo en el paladar.







## En el baño diario

- Es muy importante probar la temperatura del agua caliente para el baño con el codo o con la mano antes de bañar al niño y niña, porque el agua puede estar muy caliente y quemarlo.
- En toda ocasión, cuando se utiliza agua caliente y se vuelve a abrir el grifo, parte del agua queda retenida. Muchas quemaduras leves se producen por este motivo. Para evitarlo, después de utilizar el agua caliente hay que dejar correr la fría hasta que la temperatura se estabilice.





# 4.

## ¿Qué cuidados se deben tener con lo que corta y chuzza?

*Para evitar que los niños y niñas se hagan daño con agujas, alfileres, tijeras, cuchillos u otros objetos corto punzantes, debemos tener en cuenta que:*

- Los armarios y los cajones donde guardamos estos objetos deben disponer de llave o de un candado.
- Siempre y sin excepción los niños y niñas deben usar vasos plásticos y nunca debemos permitirles comer o tomar alimentos y bebidas en todos los espacios de la casa.
- Los niños y niñas no deben caminar con objetos que se quiebren.
- Aunque no tengan filo, nunca dejemos cuchillos en manos de ellos. Se le debe prevenir sobre los gravísimos peligros que estos conllevan.
- Casi todos los niños y niñas sienten gran afición por las tijeras cuando las pueden manipular, por lo que a los muy pequeñitos no se les debe facilitar tijeras sin punta o de punta roma. Cuando estén en el jardín se les puede enseñar a cortar papel o similares, pero únicamente en su mesita de trabajo.





# 5.

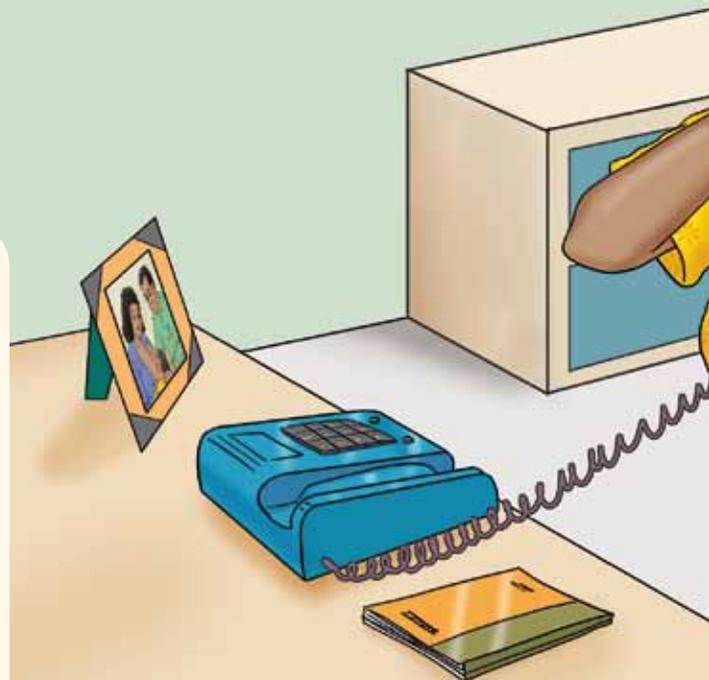
## ¿Cómo evitamos ahogamientos?

*La seguridad en el agua es importante a cualquier edad pero si usted tiene bebés o niños pequeños, es crucial. Ellos pueden ahogarse muy rápido y en menos de 3 centímetros de agua, así que las bañeras llenas, las piscinas, las tinas calientes e incluso los cubos de agua o lavaderos pueden resultar peligrosos. Para reducir el riesgo de ahogamiento es recomendable observar a las siguientes recomendaciones:*



### En el baño

- Nunca deje a los niños y niñas desatendidos en un baño. Si usted tiene que responder al teléfono o a la puerta, no confíe en que otro niño (a) cuide del bebé, envuelva al niño o niña en una toalla y llévelo(a) consigo.
- Nunca deje a un niño o niña desatendido cerca de un cubo lleno de agua u otro líquido.
- Nunca utilice un asiento de bañera que se fije a la superficie con botones de succión. La silla puede voltearse y hacer que el bebé o infante caiga de cabeza en el agua.
- Instale un dispositivo para cerrar el inodoro o mantenga la puerta del baño cerrada en todo momento. Para mantener al niño o niña alejados del baño en todo momento, puede que necesite un cobertor para la manivela de la puerta del baño).





**Una regla de oro...**

**Nunca deje a los niños o niñas solos en la bañera, pueden ahogarse en pocos segundos y con sólo tres centímetros de agua cuando son muy pequeños.**

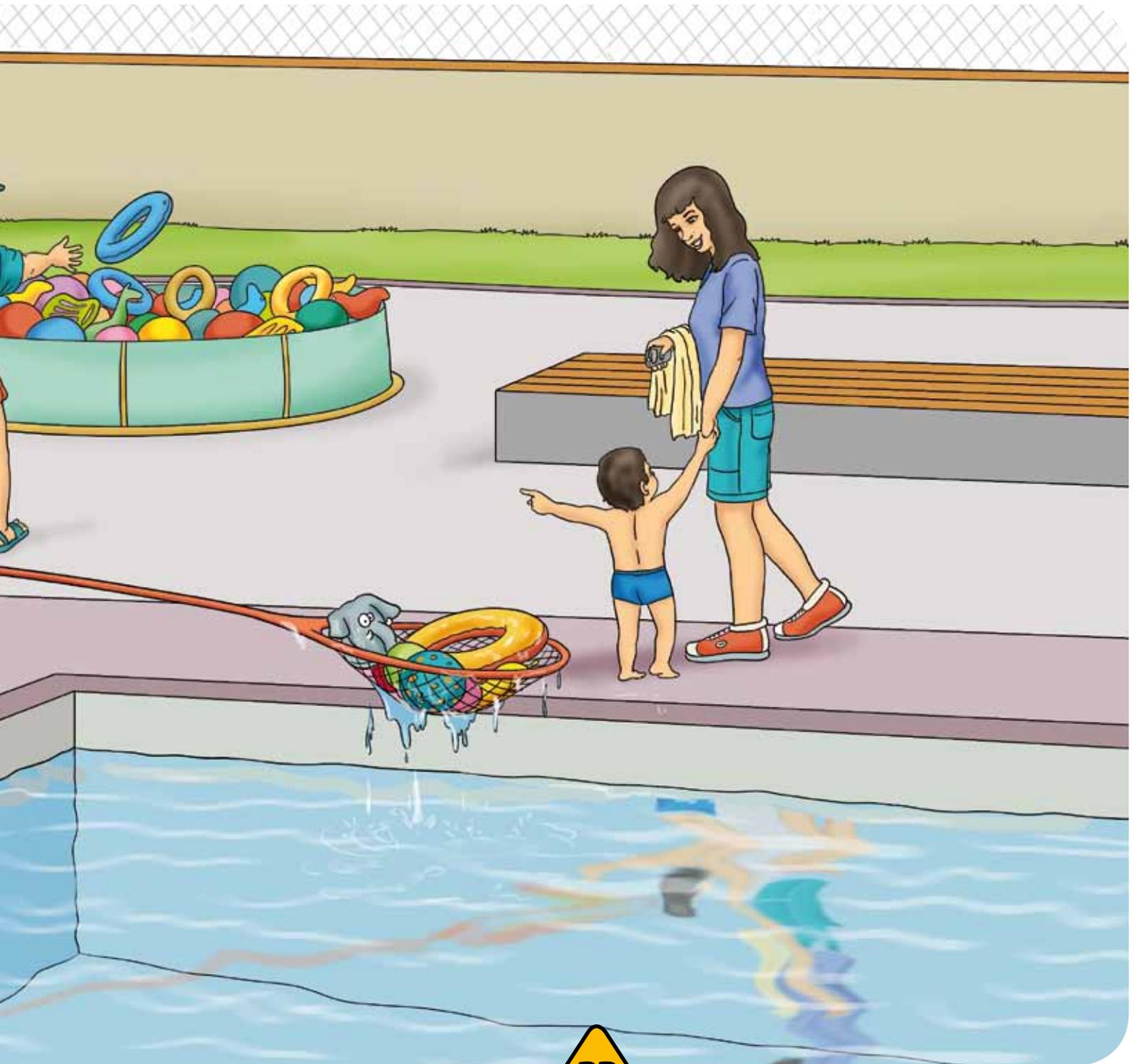


## En las piscinas

Los niños y niñas deben estar siempre vigilados pero a la vez entrenados para evitar riesgos en las piscinas. Los ahogamientos suceden por no prevenirlos sobre los posibles peligros.

- Remueva todos los juguetes del área de la piscina una vez que los niños y niñas hayan terminado de nadar para prevenir que intenten recuperarlos cuando no estén bajo supervisión.
- Nunca utilice los flotadores inflables como sustitutos a la supervisión.
- Cuando utilice piscinas plásticas, vacíelas completamente luego de que hayan sido utilizadas.
- Remueva todas las escaleras que se encuentren cerca de una piscina que este más alta de la superficie cuando ya no se esté utilizando.
- Si usted deja a los niños y niñas a cargo de una cuidadora, asegúrese que le ha explicado todas las reglas del uso seguro de la piscina.





# 6.

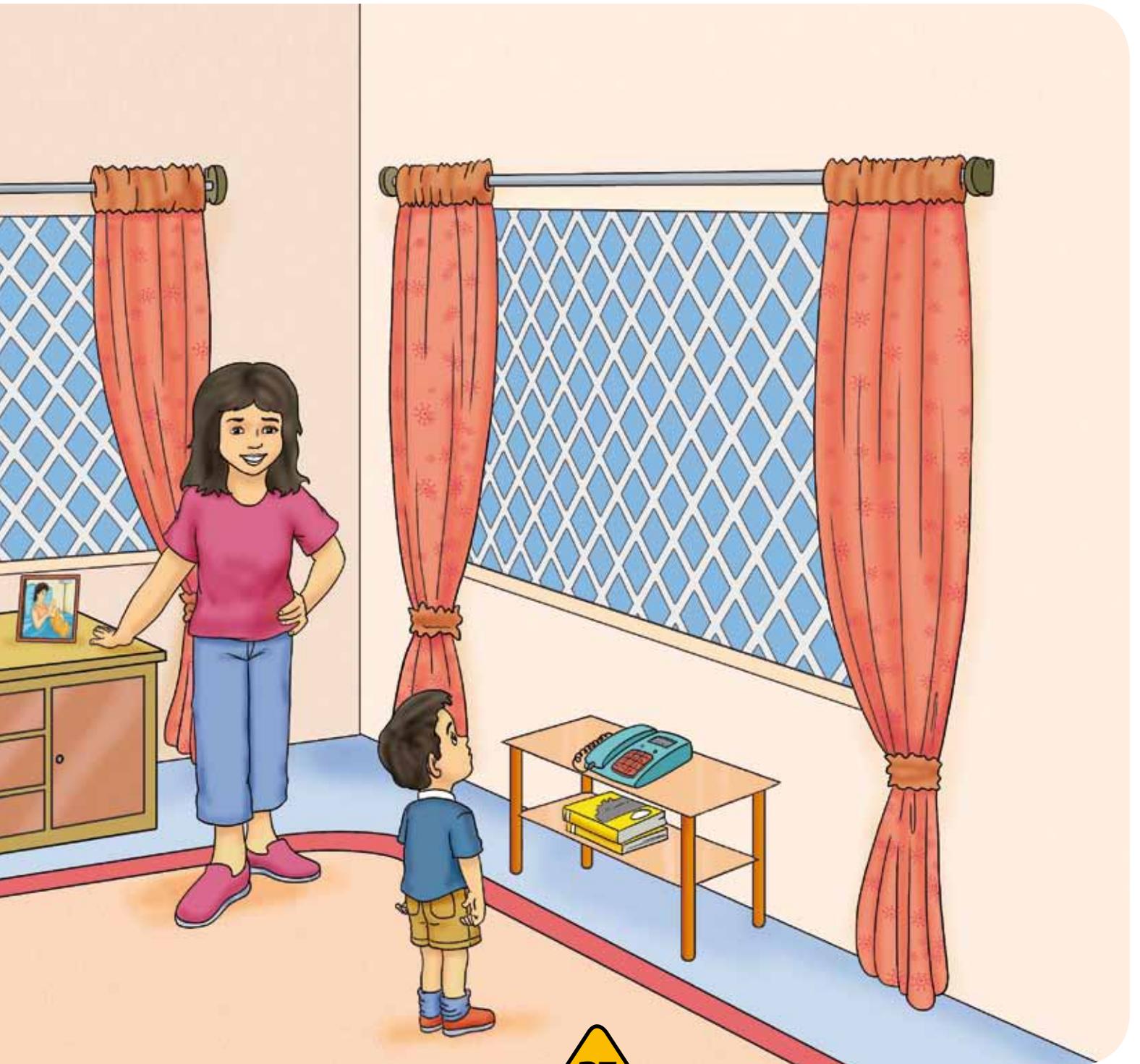
## ¿Cómo evitamos accidentes en las ventanas y escaleras?

*Los accidentes causados por caídas son los más comunes en el hogar. De hecho, casi la mitad de las muertes por accidentes domésticos, son consecuencia de caídas. Para ayudar a eliminar las causas se recomiendan las siguientes precauciones:*



### En las ventanas

- Enséñele a los niños y niñas a no jugar en balcones y ventanas, para que en nuestra ausencia no acerquen un asiento e intenten subir a la ventana o al balcón.
- Use protectores de ventanas para prevenir que ellos se caigan por una ventana abierta o sus rejillas (los niños se pueden caer por ventanas que estén abiertas aunque la abertura sea de tan sólo 13 centímetros).
- Asegúrese que los protectores de las ventanas estén fijos y seguros.
- Asegúrese de los protectores de ventanas sean a prueba de niños pero que un adulto pueda abrirlas en caso de incendio.
- Mueva las sillas, cunas, camas, y otros muebles lejos de las ventanas para prevenir que ellos se trepen desde estos objetos hacia la base de las ventanas.





## En las escaleras

- Nunca deje a los niños y niñas desatendidos cerca de las escaleras - incluso aquellas que estén protegidas con una puerta protectora. Los bebés pueden trepar por estas puertas colocadas en los escalones más altos y caerse desde una mayor altura.
- Instale apropiadamente una puerta protectora en la entrada de la habitación de los niños o niñas para prevenir que accedan la parte más alta de las escaleras.
- Evite instalar puertas portátiles protectoras tipo acordeón ya que pueden atrapar la cabeza de su hijo(a).
- Mantenga las escaleras libres de juguetes, zapatos y alfombras mal ajustadas, etc.
- Revise periódicamente los escalones para ver si son necesarias algunas reparaciones.
- Use escaleras portátiles firmemente colocadas, en vez de cajas o sillas.
- No deje subir a los niños y niñas las escaleras con los brazos llenos de objetos, ni trepar los escalones de dos en dos o más.
- Cuando los bebés cumplen 10 ó 12 meses de edad están preparados para bajarse de la cama y bajar escaleras. Enséñeles haciéndolo al revés (de espalda). Recuerde que el único ejemplo que tiene su hijo hasta ahora es usted bajándolas hacia adelante.



# 7.

## ¿Qué cuidados debemos tener cuando salimos con los niños a la calle?



### Al pasar la calle

Desde que el niño (a) empieza a caminar o correr hay que prevenirlo de los peligros de la calle. Nunca podemos dejar a un niño o niña pequeño solo. En caso de que esto sucediera, debe estar preparado para pasar la calle sin ser atropellado por un carro u otro vehículo. Le debemos explicar mostrando que puede llegar hasta el borde del andén. Luego, desde el andén y cogido de la mano le explicamos que debe mirar para los dos lados para poder pasar sin peligro.



## En el **carro**



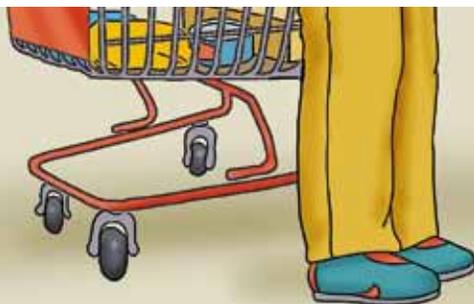
Al principio es difícil que el niño (a) se acostumbre a llevar el cinturón de seguridad, pero sin él no debemos nunca poner en marcha el vehículo. Es indispensable que este comportamiento se vuelva algo tan mecánico como cerrar las puertas antes de arrancar.

Una vez en marcha, debemos tener muy en cuenta que las ventanas estén cerradas. Si es necesario las podemos abrir muy poco (dos centímetros) o totalmente porque los niños (as) pueden reventarse la boca o perder sus dientes cuando la abertura queda a la altura de su rostro.



## Cuando vamos de **compras**

Cuando el niño (a) ya sabe caminar y hablar, es muy frecuente que empiecen a pedir todo lo que ven y les interesa, convirtiendo el tiempo de compras en un verdadero calvario. Si el niño está muy pequeño, la verdadera solución es el caminador o el coche. Cuando está más grande hay que tomar precauciones como las siguientes: antes de salir de casa podemos elaborar una lista que contenga los artículos seleccionados y necesarios que se van a comprar puesto que no debemos comprar cosas por antojo. Leemos la lista al niño antes de salir y le indicamos que si quiere acompañar a la mamá debe comprometerse a no pedir nada fuera de la lista, sino la mamá tendrá que volverse a casa con él.



**Nunca deje solo al niño o niña al otro lado de la calle porque puede pasar sin mirar los carros.**





## El riesgo de perderse ?

Más que cuidar a los niños y niñas se le debe enseñar a no perder de vista a sus padres. Si por casualidad se perdiera, se le enseña a buscar un vigilante, a una vendedora o a una persona del almacén que pueda ayudarlo con altavoz a buscar a sus papás. Es conveniente entrenarlos con antelación preguntándole donde quién iría si perdiera de vista a sus familiares. Nunca deben irse lejos del sitio donde se perdió y menos de la mano de un extraño.





## Frente a los **posibles abusos**



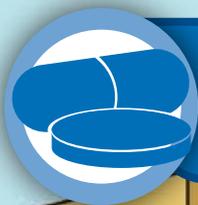
Es también muy importante enseñarle al niño (a) que nadie más que su mamá, su papá o su cuidador debe verlo sin ropa, por ejemplo, mientras se bañan. Si alguien quiere jugar con ellos quitándoles la ropa, deben correr donde la persona que los cuida y contar lo que les sucede.

# 8.

## ¿Cómo evitar envenenamientos?

*Desde las medicinas, el maquillaje, hasta los productos de limpieza, pueden constituir un peligro para los niños y niñas porque pueden ser causantes de envenenamientos. Para ayudar a prevenir que ingieran una sustancia venenosa debe guardar las siguientes precauciones:*





## Con las **medicinas**

- No le diga a los niños y niñas que sus medicinas son golosinas para conseguir que las tomen sin protestar. Si lo hace los invita a buscarlas para tomarlas por su cuenta.
- No hay que convertir el botiquín en un lugar secreto que despierte la curiosidad de los más pequeños.
- Es mejor no tomar medicinas en presencia de ellos.
- Hay que prestar una atención especial a los analgésicos. Sus colores y su sabor resultan muy atractivos para los niños y niñas.
- No confíe en los envases, envase resistente a los niños y niñas no significa empaquetamiento a prueba de ellos.
- Nunca proporcione una medicina a un niño(a) en la oscuridad, podría darle la dosis equivocada o incluso la medicina equivocada.
- No deje los envases de vitaminas, aspirinas u otras medicinas sobre la mesa de la cocina, de noche, los aparadores o mesas para cambiar. Puede que los niños y niñas quieran imitar a los adultos e intenten tomar las medicinas.
- No le diga a un niño (a) que la medicina es una golosina.
- Guarde todas las medicinas con o sin receta en un gabinete cerrado, lejos del alcance de los niños y niñas.
- Siempre mantenga las píldoras y medicinas líquidas en sus envases originales.

**Ojo...No les diga a los niños y niñas que sus medicinas son golosinas para conseguir que las tomen sin protestar.**



## Con productos de **limpieza** y otros **químicos** de uso casero

Hay líquidos y productos de limpieza muy peligrosos que pueden ser fatales como el ácido muriático, líquidos para limpiar el horno y el cloro. En lo posible si tenemos niños o niñas pequeños es mejor no tener en nuestra casa este tipo de líquidos, sin embargo, debemos además tomar todas las precauciones posibles, explicarles a ellos sus peligros e insistir varias veces porque es la única manera de evitar una tragedia impredecible.

- No mantenga ningún producto de limpieza, incluyendo detergentes para lavar los platos debajo del fregadero de la cocina.
- Nunca envase productos de limpieza en botellas de refresco usadas o en recipientes que hayan sido utilizados para almacenar comida.
- Guarde los productos de limpieza y los aerosoles en lugares ubicados en altura, fuera del alcance de los niños y niñas.
- Cuando esté limpiando o utilizando limpiadores, nunca deje las botellas desatendidas si los niños están alrededor.
- Utilice candados en todos los cajones que contengan sustancias peligrosas.
- Nunca ponga en el piso de su casa veneno en polvo para insectos o para ratas.
- Mantenga los productos que utiliza para el mantenimiento del auto y el jardín guardados en un área cerrada.





## Con **alcohol**



- No deje bebidas alcohólicas en lugares donde los niños y niñas puedan acceder a ellas. Preste especial cuidado durante las reuniones y fiestas, los invitados puede que no recuerden dónde dejaron sus bebidas. Haga la limpieza rápidamente después de la fiesta.
- Mantenga las botellas de alcohol en un cajón cerrado lejos del alcance de ellos.
- Mantenga el enjuague bucal lejos del alcance de los niños. Muchos contienen cantidades elevadas de alcohol.



## Con pólvora

Sobra explicar que la pólvora es muy peligrosa por lo que ya es prohibida en la mayoría de los países del mundo quedando su manejo únicamente en manos de expertos. Las "estrellitas", supuestamente inofensivas para los niños, también son peligrosas, porque una chispa puede saltar y quemar la piel de ellos o encender su vestido cuando está hecho de poliéster o plástico. Por otro lado, la pólvora es un veneno y puede ser mortal ingerirla. Está prohibida la manipulación de la pólvora para niños y adultos y es responsabilidad de estos últimos el no poner en riesgo la salud e integridad de los niños.

## Envenenamiento con **otros objetos**



- Nunca deje cosméticos y artículos de tocador al alcance de los niños y niñas. Preste atención especial a los perfumes, los tintes y laca para el cabello, esmalte y removedor de esmalte para uñas, y el betún para los zapatos. Incluso elementos aparentemente inofensivos como los extracto de vainilla y almendra pueden ser altamente venenosos.
- Mantenga alejados a los niños y niñas de las plantas que puedan ser venenosas. Si las tiene en su casa, cámbielas por plantas que no lo sean. Algunas plantas venenosas son: rododendro, yedra inglesa, muguete, y plantas navideñas como el acebo y el muérdago.
- Deshágase de las pilas que suelen utilizarse para los relojes de forma segura, y almacene las pilas que no haya utilizado lejos del alcance de los niños.

# 9.

## Aprendiendo a obedecer

- Todas las mamás, papás y cuidadores requieren de cierta instrucción para hacerse obedecer.
- Tenga en cuenta que las órdenes deben ser fáciles de cumplir por los niños y niñas. Nunca demos órdenes que los niños no van o no pueden cumplir.
- Cuando se da una orden hay que estar cerca del niño y listo a convalidarlo con la mano amablemente a obedecer.
- Si se niega, se le puede obligar ofreciéndole después una actividad más atractiva. Todos los niños normalmente desobedecen cuando se le da la orden de bañarse o de cepillarse los dientes, pero si se les explica que después de lavarse van a hacer otra cosa que les gusta, los niños aceptan con gusto.

