

About 4.5 million children are injured in the home every year.* Young children ages 4 and under are most at risk for injury because they spend most of their time at home. Even the most common item can injure or be fatal to children if left within their reach. You can cut the risk of injuries by checking every room in your house and following these simple tips.

Room by Room

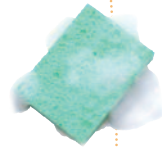
Make sure your home has a smoke detector in most rooms. Batteries should be checked every month. Pick an easy day to remember and change the batteries on that day every year. You should also have a carbon monoxide detector in your home.

Reduce the risk of fire and electric shock by using electrical appliances safely. Tie up loose cords to avoid falls and strangulation. Protect your family by covering open outlets, and remembering not to overload circuits.

Get down on your hands and knees to see the world from a child's point of view and spot any dangers. Check carpets/floors for pins or coins. Be sure to keep windows closed, or place supports on screened windows to prevent toddlers from pushing on the screens and falling out. Stairs also pose a danger to toddlers and children. Childproof gates should be placed at the top and bottom of every stairwell to prevent falls.



Kitchen. The kitchen is one of the most dangerous places for small children. Hot stoves, sharp utensils and toxic chemicals can cause harm in a matter of seconds. Place knives, other sharp utensils and cleaning solutions in a locked drawer or cabinet. When cooking, use the back burners and turn in pot handles so children can't pull down on them and spill the hot food and liquids on themselves. It's also important to make sure children know not to touch the stove at any time. Keep glass, knives, cords and tablecloths out of reach and away from edges of counters or tables. The National Fire Protection Association recommends having a three-foot "safe zone" marked with masking tape around the stove to serve as a reminder.



Bathroom. Since bathrooms tend to be small, it can be one of the easiest rooms to baby-proof. A toilet lock and non-slip bath mats can be simple fixes. Adjust your water heater to have the maximum temperature of 120°F and **NEVER** leave a child alone during bath time. Lock medicine cabinets that hide hazards behind their doors. All medications (even vitamins or iron pills) should be in child-resistant containers and **LOCKED**.



Bedroom. Keep the crib, bed or furniture (bookshelves, toy boxes, chairs, desks) away from windows (a screen will not prevent a fall). For infants, remove heavy blankets, pillows and stuffed animals from cribs to prevent suffocation. Once a child begins pulling him or herself up, the crib mattress should be placed on the lowest setting. Any objects that could be used as a step should also be removed. Anchor any other heavy TVs or furniture in the room to the wall so your child cannot cause it to fall over on him or herself.

“Trauma is the leading cause of death in children between the ages of 1 and 14 years. It accounts for more deaths than heart disease, cancer, infectious diseases, diabetes, HIV and cystic fibrosis combined. It is truly the No. 1 disease of childhood.”

-Henri R. Ford, M.D., Vice President and Chief of Surgery, Childrens Hospital Los Angeles

Teach Safety

A child's mind is always growing, so why not fill it with useful information to keep him or her safe? An easy way to help your children learn about safety is to make it a game. Have them try to spot danger, such as a hot stove, items on the stairs or dangerous objects placed within their reach. Practice a fire drill to make sure everyone knows what to do and where to meet.



Safety Checklist

Use the tips below to make sure your house is safe for children. Then share them with grandparents and babysitters.

- Supervise your children at all times, especially around water or wherever known hazards exist.
- Never leave a child alone during bath time.
- Install child locks on cabinets and drawers.
- Tie up cords from blinds, phone and electrical cords to prevent falls or strangulation.
- Place pads on table corners, hearths and other sharp edges to soften any falls.
- Cover electrical outlets with appropriate covers.
- Install door guards to prevent pinched fingers and unwanted exits.
- Fix or throw out unstable furniture.
- Unplug appliances when they are not in use, and keep the cords out of reach.
- Use child-safety locks on all cabinets or drawers that contain sharp items, chemicals or other potentially dangerous items.
- Remove all poisonous houseplants.
- Keep a list of emergency numbers, such as the number to the Poison Control Center, and place it by every phone.
- Make sure your child knows how to dial 911.

* Source: Safe Kids USA, www.usasafekids.org.

Seguridad en el hogar

UN HOGAR SEGURO PARA LOS NIÑOS



ChildrensHospitalLosAngeles
International Leader in Pediatrics

KOHL'S
expect great things

PARTNERS IN INJURY PREVENTION

Cada año, cerca de 4,5 millones de niños sufren algún accidente en el hogar.* Los niños pequeños de 4 años o menos, son los que más riesgos tienen de sufrir algún accidente, ya que pasan la mayor parte del tiempo en casa. Incluso el objeto más cotidiano puede provocarles una lesión o resultar fatal si se deja a su alcance. Puede reducir el riesgo de accidentes revisando todas las habitaciones de la casa y siguiendo los consejos prácticos que se enumeran a continuación.

Habitación por habitación

Asegúrese de tener instalado un detector de humo en la mayoría de las habitaciones y revise las pilas una vez al mes. Elija un día que le resulte práctico para cambiar las pilas y sustitúyalas todos los años en ese día. También deberá tener con un detector de monóxido de carbono en su hogar.

Reduzca el riesgo de incendio y de descarga eléctrica utilizando los aparatos eléctricos de una manera segura. Fije los cables sueltos para evitar caídas y estrangulaciones. Proteja a su familia cubriendo las tomas de corriente y recuerde no sobrecargar los circuitos.

Póngase a gatas para ver el mundo desde la perspectiva de un niño y detecte posibles peligros. Revise las alfombras y el suelo por si ve alguna moneda u otro objeto pequeño. No olvide cerrar las ventanas, o coloque protecciones en las ventanas con mosquitero para evitar que los más pequeños empujen el mosquitero y se caigan. Las escaleras también representan un peligro para los bebés que gatean y los niños pequeños. Coloque barreras arriba y abajo de la escalera para evitar que el niño se caiga.



Cocina. La cocina es uno de los lugares más peligrosos para los niños pequeños. Las estufas calientes, los utensilios afilados y los productos de limpieza químicos y venenosos pueden provocar lesiones en cuestión de segundos. Coloque los cuchillos, otros utensilios afilados y los productos de limpieza en cajones o armarios cerrados con llave. Cuando cocine, intente utilizar las homillas traseras de la estufa y coloque las asas de los cazos en la parte interior, de modo que los niños no puedan tirar de ellas y derramarse la comida caliente encima. También es importante enseñar a los niños que nunca deben tocar ni la estufa ni el horno. Mantenga los objetos de cristal, los cuchillos, los cables y los manteles fuera del alcance de los niños y alejados de los bordes de mesas y encimeras. La Asociación Nacional de Protección contra Incendios (National Fire Protection Association) recomienda marcar con cinta adhesiva una "zona de seguridad" de unos tres pies alrededor de la cocina para que sirva de recordatorio.

Baño. Dado que los cuartos de baño suelen ser pequeños, aquí es más fácil crear un entorno seguro para los niños. Un cierre de seguridad para el inodoro y alfombrillas de baño antideslizantes pueden ser algunas medidas sencillas. Regule el calentador de agua de manera que la temperatura máxima sea de 120 °F y **NUNCA** deje a un niño sólo mientras se baña. Cierre con llave el armario o cajón de los medicamentos. Todos los medicamentos (incluso las vitaminas y las pastillas de hierro) deben dejarse fuera del alcance de los niños y **BAJO LLAVE**.

Habitación. Coloque la cuna, la cama o los muebles (estantes, cajas de juguetes, sillas, mesas) lejos de las ventanas (un mosquitero no evitará una caída). En el caso de los bebés, retire las mantas pesadas, las almohadas y peluches grandes de la cuna para evitar que se asfixien. Cuando el niño comience a

El traumatismo es la causa principal de muerte en niños de entre 1 y 14 años. Causa más muertes que las enfermedades de corazón, el cáncer, las enfermedades infecciosas, la diabetes, el VIH y la fibrosis quística combinadas. Es realmente la enfermedad infantil número uno.

- Henri R. Ford, M.D., Vice Presidente y Jefe de Cirugía de Childrens Hospital Los Angeles

pararse, ajuste el colchón de la cuna en el nivel más bajo y retire de su alcance cualquier objeto que pueda servirle de escalón. Fije a la pared cualquier otro mueble pesado en la habitación, de modo que el niño no pueda volcarlo encima de él.

Enséñele seguridad

La mente de un niño está en constante crecimiento, así que ¿por qué no contribuir con información útil para protegerlo? Una manera sencilla de enseñar seguridad a sus hijos es mediante juegos. Enséñeles a identificar situaciones peligrosas, como un horno caliente, cosas en la escalera u otros objetos peligrosos que se encuentren a su alcance. Realice un simulacro de incendio para comprobar que todos saben cómo actuar y adónde dirigirse.



Lista para revisar la seguridad

Puede utilizar los consejos enumerados a continuación para comprobar si su casa es segura para los niños. Posteriormente, comparta esta información con los abuelos y las niñeras.

- Vigile a los niños en todo momento, especialmente cuando estén en el agua o en los lugares donde pueda haber un riesgo conocido.
- Nunca deje a un niño solo mientras se baña.
- Instale cierres de seguridad para niños en los armarios y cajones.
- Ate las cuerdas de las cortinas y los cables del teléfono y de los aparatos eléctricos para evitar caídas o estrangulación.
- Coloque protecciones en las esquinas de las mesas, de las chimeneas y en otros bordes afilados para proteger contra posibles caídas.
- Cubra las tomas de corriente con protectores especiales.
- Coloque protectores en las puertas para evitar que los dedos queden atrapados o que el niño salga de la habitación.
- Fije o retire todos los muebles inestables.
- Desconecte los aparatos eléctricos si están apagados y mantenga los cables fuera del alcance de los niños.
- Utilice cierres de seguridad en todos los armarios y cajones que contengan objetos afilados, productos de limpieza u otros productos que puedan resultar peligrosos.
- Retire todas las plantas de interior que puedan ser venenosas.
- Prepare una lista de los números de emergencia, como el número del Centro de Control de Envenenamientos (Poison Control Center), y déjela junto a cada teléfono.
- Enseñe a su hijo a llamar al 911 en caso necesario.

* Fuente: Safe Kids USA, www.usasafekids.org.

Home Safety

CHILDPROOFING YOUR HOME



ChildrensHospitalLosAngeles
International Leader in Pediatrics

KOHL'S
expect great things

PARTNERS IN INJURY PREVENTION