

Para evitar que el niño sufra una caída.....

- **Evite que hayan objetos en escaleras o lugares de paso:** El orden en casa es fundamental para evitar caídas. Enseñe al niño a que guarde los juguetes al completo cuando termine de jugar y compruébelo, en el suelo pueden provocar caídas. Asegúrese que ningún mueble, aparato u objeto pueda dificultar el paso del niño.
- **No deje nunca a un bebé en una silla de seguridad, un portabebés o una hamaquita sobre una mesa, mostrador o cualquier otra superficie de otro mueble.** La fuerza de los movimientos del bebé podrían desplazar y volcar el soporte del bebé, ocasionándole graves lesiones.
- **No deje al niño sólo sobre muebles o superficies en alto.** Emplee cinturones de seguridad en los cambiadores y levante las barandillas mientras el niño esté en la cuna y barandillas en los laterales de las camas.
- **Instale vallas de seguridad fijadas a la pared al principio y al final de cada una de las escaleras que tenga en casa.** Asegúrese de que la puerta esté ajustada. Mantenga las puertas cerradas y con seguro todo el tiempo.
- **Disponga de un sistema de bloqueo que impida la apertura de puertas, balcones, ventanas.** No confíe en los mosquiteros o rejillas que cubren las ventanas como sistema de prevención de posibles caídas desde las ventanas.
- **No tenga alfombras sueltas por la casa.** Coloque antideslizantes debajo de ellas para mantenerlas fijas a la superficie del suelo.
- **Utilice alfombrillas o pegatinas antideslizantes en el baño.** Nunca deje solo al niño durante el baño.
- **Evite en la limpieza de los suelos productos que conviertan la superficie resbaladiza** como ocurre con los abrillantadores o las ceras
- **Busque área de juegos que sea apropiada para la edad del niño.** Asegúrese de que todas las estructuras de las áreas recreativas donde juega su hijo son seguros, sin partes sueltas ni oxidadas. Evite las áreas recreativas de cemento, hormigón o tierra compacta. Asegúrese de que las superficies de estas áreas son lo bastante blandas como para absorber el impacto de las caídas. Unos buenos materiales para cubrir estas superficies son la arena, goma y las virutas de madera.

- **Vigile a su hijo mientras esté en áreas de juego.** Cuide a los niños todo el tiempo. Cuando su hijo esté en un columpio, este con él y enséñele que no debe de subir ni bajar mientras no esté parado. En el tobogán no debe de tirarse de cabeza sino de pie.
- **Si su hijo ha empezado a andar en bicicleta, asegúrese de que utiliza un casco y de que conoce las normas de seguridad y las señales de tráfico necesarias para andar en bici.** Los traumatismos craneoencefálicos son muy frecuentes a estas edades, de modo que enfatice la norma de usar el casco cuando se monta en bicicleta.

Pero, ¿qué hacer si el niño se cae?

La mayoría de las caídas no suelen producir lesiones graves, lo más común es que aparezcan moratones, hinchazón o cierto dolor en la zona dañada, pero no necesitan ningún tipo de tratamiento médico, se irán curando solas poco a poco. Aplique una bolsa de hielo o compresa fría sobre las contusiones y vigile al niño en las próximas 24h.

Vaya al médico si el niño:

- No deja de llorar, está irritable y difícil de tranquilizarlo
- Está muy adormecido y es difícil despertarlo
- Vomita más de dos o tres veces
- Se queja de dolor en el cuello o la espalda, o refiere que el dolor le va a más
- Presenta Problemas de caminar o desorientación
- Si tiene visión borrosa o alteraciones en el habla

No mueva al niño y pida ayuda al servicio de emergencias 112, si:

- El niño está inconsciente o perdió el conocimiento
- Haya sospecha de lesiones en cabeza, cuello y espalda
- Presenta dificultad para respirar
- Tenga convulsiones
- Le sale un líquido transparente o sangre por la nariz, oídos o boca.