

# Mantente Seguro

CONSEJOS PARA QUE SUS NIÑOS ESTÉN SEGUROS DURANTE Y DESPUÉS DEL HORARIO ESCOLAR

Esta información llega a usted por cortesía de Holtz Children's Hospital



## Ir y regresar de la escuela seguros

**Si sus hijos tienen que esperar el autobús, o caminar hacia o desde la escuela, los siguientes consejos le ayudarán a prepararlos para un recorrido seguro.**

- 1.** Enséñele a sus hijos a llevar un amigo cuando estén caminando o corriendo bicicleta hacia o desde la escuela. Hable con otros padres de su vecindario para organizar un grupo de caminata.
- 2.** Sus hijos deben esperar el autobús acompañados por un grupo de gente, nunca solos.
- 3.** Enséñele a sus hijos a alejarse inmediatamente de cualquier persona que los esté molestando o haciendo sentir incómodos, y recuérdelos que debe decírselo a usted o a otro adulto de confianza.
- 4.** Dígale a sus hijos que NUNCA acepten que nadie los lleve en su vehículo a casa, mientras esté esperando en la parada de autobuses. Repítale que eso quiere decir que NUNCA, ni siquiera si esta lloviendo, nevando o si hace mucho calor, deben aceptarlo.
- 5.** Enséñele a sus hijos que si sienten que alguien los sigue mientras caminan, debe entrar rápidamente a una tienda o un edificio de oficinas que tenga una recepción; y que debe contarle al dueño de la tienda o al recepcionista, que alguien lo está siguiendo y pedirle permiso para esperar en ese lugar mientras que la persona que los seguía se va.
- 6.** Dígale a sus hijos que si alguien trata de agarrarlos alguna vez, ellos deben tratar de escaparse rápidamente y gritar: “Esta persona esta tratando de raptarme” o “Esta persona no es mi mamá (papá).” Este es el único caso para el cual los niños deben ser enseñados a gritar, patear, morder y hacer un escándalo.
- 7.** Asegúrese de que sus hijos sepan el número de teléfono y la dirección de su casa, el teléfono de su trabajo y el teléfono de otro adulto de confianza, y que sepan como marcar el 911.
- 8.** Camine junto a sus hijos la ruta de ida y de regreso de la escuela, señálele los lugares seguros a los que pueden ir en caso de que alguien los siga o necesiten ayuda. Haga un mapa con sus hijos, mostrándole la ruta más segura para ir a la escuela, usando las calles principales y evitando atajos o calles solitarias.
- 9.** Enséñele a sus hijos a obedecer las señales de tránsito, los avisos, a los oficiales tránsito y a las patrullas de seguridad cuando vaya camino a la escuela o de regreso a casa, bien sea caminando, corriendo bicicleta o tomando el bus.
- 10.** Recuerde practicar estas medidas de seguridad con sus hijos, para asegurarse de que ellos realmente las entienden.



Holtz Children's  
Hospital

UM/JACKSON MEMORIAL  
MEDICAL CENTER

# Si sus hijos se van a quedar solos en la casa después de la escuela, puede seguir los siguientes consejos para que sus hijos se mantengan seguros:

- Póngase de acuerdo con sus hijos, para que se reporten con usted cuando lleguen a la casa; establezcan una hora cuando usted o sus hijos van a llamar para que usted sepa que sus hijos están en casa seguros.
- Dígale a sus hijos que NUNCA dejen entrar a nadie en la casa sin su permiso.
- Dígale a sus hijos que nunca le digan que están solos a una persona que llame o toque la puerta de la casa.
- Haga una lista de los números de teléfono de emergencia y colóquela en un lugar a la vista cerca de todos los teléfonos que hayan en su casa. La lista debe incluir el 911, el centro de control de envenenamientos, la sala de emergencia de un hospital, los bomberos, la policía, el doctor de sus hijos, el número del trabajo de los padres, sus celulares y su “beeper”, al igual que los teléfonos de vecinos o familiares de confianza.
- Hable con sus hijos acerca de los vecinos a los que deben recurrir en caso de algún problema. Indíquele a su vecino, que lo ha puesto en la lista de teléfonos de emergencia de su casa.
- De un paseo por su casa o apartamento e identifique las cosas que podrían representar peligros para sus hijos, tales como artefactos eléctricos y calentadores. Dígale a sus hijos que NUNCA deben prender el horno o la hornilla cuando estén solos, y que NUNCA deben jugar con fósforos.
- Prepárele una merienda a sus hijos antes de ir al trabajo, preferiblemente que no necesite ser recalentada.
- Asegúrese de que sus hijos estén familiarizados con el sonido de las alarmas de incendios de su casa. Enséñele que ese ruido significa que deben llamar al 911 e ir a la casa de un vecino de confianza. Si no tiene alarma de incendio, debe comprar una inmediatamente, ya que no son caras y pueden salvarle la vida a su familia.
- Enséñele a sus hijos como salir de la casa en caso de incendio, y a donde deben ir.
- Si tiene una pistola en casa, asegúrese de que tenga un seguro para niños y que esté guardada bajo llave en una gaveta o gabinete; guarde siempre la llave y nunca la deje en la casa cuando los niños estén solos. Los niños siempre encuentran hasta los lugares más escondidos y pueden agarrar su pistola, con resultados mortales.

## Cuando se debe llamar al 911

Enséñele a sus hijos lo que deben saber para poder llamar al 911 y hablar con la operadora.

- Como marcar el 911 (enséñele en el tablero de marcar el teléfono)
- Como decir su nombre completo
- Su dirección completa
- Una descripción corta de la emergencia

1. Recuérdele a sus hijos que debe marcar el 911 para salvar una vida, parar un crimen o reportar un incendio.
2. Dígale a sus hijos que si ellos alguna vez tienen que llamar al 911, va a haber alguien al otro lado de la línea que los va a ayudar.
3. Enséñele a sus hijos a no marcar el 911 (o jugar con el teléfono) cuando no sea una emergencia.

### Fuentes:

National Center for Missing & Exploited Children  
Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention  
Kidshealth.org  
Mcgruff.org



Holtz Children's  
Hospital

UM/JACKSON MEMORIAL  
MEDICAL CENTER