



Falls Safety

One-third of all emergency room admissions by children ages 14 and under are due to fall-related injuries. This safety checklist can help you keep your child safe from falls:



- Everyone should wear a properly fitted helmet approved by the CPSC (Consumer Product Safety Commission) when riding a bike, scooter, skateboard, etc.
- Keep things picked up off the floor, items off staircases, and halls and other pathways clear.
- Keep electrical cords out of the way and never run them under carpets.
- Keep areas well lit and use nightlights to help increase safety.
- Use area rugs that have non-slip bottoms or use rug tape to prevent them from moving or remove area rugs entirely.
- Use a non-slip mat or decals in the bathtub. Consider the use of a bath chair and grab bars to help prevent falls.
- Clean up spills promptly.
- Always use safety straps whenever putting a person in a swing, stroller, high chair, wheelchair, shopping cart or on a changing table.
- Secure railings on staircases at the appropriate height.
- Secure all safety gates at the top of the stairs with hardware. Most safety gates are not safe for children over the age of two.
- Secure all furniture, televisions, and appliances to the wall properly.
- If you are using bedrails on a person's bed, be sure they are the correct type for that person's bed type, age, size and developmental level.
- If a person has special needs, they may require a different type of bed which may not work with a standard bedrail, check with their doctors and therapists to determine the safest option.
- Use bed rails that reach at least five inches above all four sides of the mattress on top bunks. Check with the person's doctor or therapist to be sure they're developmentally ready to sleep in the top bunk. Children younger than 6 should never sleep in the top bunk.
- Add locks or guards on windows not used for emergency escape to prevent windows from opening more than 4 inches. A window screen will not support the weight of a person. Be sure windows used for emergency escape can be opened if needed.
- Keep furniture away from windows.

This program is supported by





Guía para padres sobre las caídas y su seguridad

Un tercio de todas las entradas a las salas de emergencias por parte de niños menores de 14 años deben ser lesiones relacionadas con caídas. Esta lista de verificación de seguridad puede ayudarlo a mantener a su hijo a salvo de las caídas:



- Todo el mundo debe usar un casco bien equipado aprobado por la CPSC (Comisión de Seguridad de Productos de Consumo) cuando se monta en bicicleta, scooter, monopatín, etc.
- Mantenga las cosas recogidas en el suelo, los artículos de las escaleras, y los pasillos y otros caminos despejados.
- Mantenga los cables eléctricos fuera del camino y nunca los ejecute debajo de las alfombras.
- Mantenga las áreas están bien iluminadas y usan luces nocturnas para ayudar a aumentar la seguridad.
- Utilice alfombras de área que tengan fondos antideslizantes o use cinta adhesiva para evitar que se muevan o quitar las alfombras de área por completo.
- Use una alfombrilla antideslizante o calcomanías en la bañera. Considere el uso de una silla de baño y barras de agarre para ayudar a prevenir caídas.
- Limpie los derrames con prontitud.
- Siempre use correas de seguridad cuando ponga a una persona en un columpio, cochecito, silla alta, silla de ruedas, carrito de compras o en un cambiador.
- Asegure las barandillas en las escaleras a la altura adecuada.
- Segura todas las puertas de seguridad en la parte superior de las escaleras con hardware. La mayoría de las puertas de seguridad no son seguras para los niños mayores de dos años.
- Segura todos los muebles, televisores y electrodomésticos a la pared correctamente.
- Si está usando barandillas en la cama de una persona, asegúrese de que sean del tipo correcto para el tipo de cama, la edad, el tamaño y el nivel de desarrollo de esa persona.
- Si una persona tiene necesidades especiales, puede requerir un tipo diferente de cama que puede no funcionar con una barandilla estándar, consulte con sus médicos y terapeutas para determinar la opción más segura.
- Utilice rieles de cama que alcancen al menos cinco pulgadas por encima de los cuatro lados del colchón en literas superiores. Consulte con el médico o terapeuta de la persona para asegurarse de que está listo para dormir en la litera superior. Los niños menores de 6 años nunca deben dormir en la litera superior.
- Agregue cerraduras o protecciones en ventanas no utilizadas para escape de emergencia para evitar que las ventanas se abran más de 4 pulgadas. Una pantalla de ventana no soportará el peso de una persona. Asegúrese de que las ventanas utilizadas para el escape de emergencia se pueden abrir si es necesario.
- Mantenga los muebles alejados de la Ventana.

Este programa es apoyado por

