



Better  
Kid Care  
Program

# LOS PADRES CUENTAN

CONSEJOS PRACTICOS PARA LOS PADRES DE FAMILIA



## Manteniendo Seguros a los Niños en el Playground

### Manteniendo Seguro a Su Niño Cuando Está Afuera

Llevar a su niño al playground puede proveerle una de las mejores formas de diversión posibles. Pero a veces la diversión se puede volver en lágrimas o aun en un grave accidente. Algunos expertos creen que casi el 40 por ciento de todos los accidentes que ocurren en los playgrounds podrían haber sido prevenidos con una supervisión más cuidadosa de parte de los adultos. La supervisión para asegurar la seguridad de los niños comienza con la comprensión que los adultos tengan sobre el desarrollo de los niños.

Los niños pequeños son novatos en la vida. Los niños majorcitos y los niños preescolares piensan en una forma muy diferente que los adultos. En lugar de pensar las cosas con anticipación, los niños pequeños piensan mientras hacen las cosas. Ellos tampoco aplican lo que han aprendido de una situación a otra. Los niños pequeños con frecuencia se sienten demasiado confiados en sí mismos y tratarán de hacer cosas que están fuera del alcance de sus habilidades. Debido a sus limitaciones, todos los niños preescolares hacen cosas que a veces terminan causando accidentes en el playground. Lo cual significa que los adultos deben vigilar cuidadosamente a sus niños en todo momento cuando estén jugando en el playground. Los niños menores de cinco años deben estar en el playground acompañados por un adulto, no deben ser supervisados por otros niños.

### Manteniendo Seguros a los Bebés y a los Niños Pequeños Cuando Están Afuera

Los bebés que gatean y los niños pequeños son grandes exploradores. Ellos exploran su mundo con sus sentidos de tocar y gustar. Pero los adultos

deben mantenerlos seguros mientras ellos aprenden acerca del mundo que los rodea. A los niños pequeños les encanta jugar en la arena y en el agua. Mientras que este tipo de juegos puede ser muy divertido, también podrían posar un peligro para la seguridad de los niños. Ahogarse es uno de los mayores peligros, y la mayoría de los adultos no saben que las cubetas, los charcos, o ciertos juguetes en los que se depositan menos de dos pulgadas de agua podrían ser peligrosos. La supervisión para la seguridad de los niños significa que los adultos deben estar pendientes de cualquier depósito de agua y nunca dejar solos a los niños ni por un segundo cerca de un depósito peligroso de agua.

Debido a que los bebés y los niños pequeños se llevan casi todo a la boca, podrían ahogarse con algún objeto o comer algo dañino. Muchos niños continúan llevándose los objetos a la boca hasta la edad de tres años, y con frecuencia hasta los niños que generalmente no se llevan los objetos a la boca lo hacen cuando están cansados o si tienen hambre. Los objetos tales como las bayas de los árboles y las piedrecitas se pueden alojar en la garganta de los niños y causar que se ahoguen. De hecho, los niños se pueden ahogar con cualquier objeto que quepa dentro de un tubo de cartón de toallas de papel. Los padres pueden remover cualquier objeto peligroso que esté al alcance de los niños y mantenerse alerta si ven que los niños se llevan algo a la boca.

A los niños pequeños les encanta correr, pero con frecuencia corren precipitadamente y tienen problemas parando o

dando la vuelta. Esto los pone en riesgo de estrellarse contra los objetos y de caerse. Ellos tampoco comprenden la relación que hay entre el tamaño de los objetos y la distancia que hay entre ellos. Un niño ve a otro niño venir en un triciclo — o ve un auto que se acerca — pero no sabe la distancia que hay entre él y el otro niño o entre él y el auto ni tampoco que en realidad estos objetos se están moviendo. Los niños pequeños aun no cuentan con las destrezas motores para quitarse del camino de tales objetos y así prevenir los accidentes. De modo que usted debe mostrarle a sus niños los sitios seguros en donde ellos pueden correr y andar en sus triciclos o bicis y mantenerlos alejados unos de otros.

### Manteniendo Seguros a los Niños Preescolares Cuando Están Afuera

Desde las edades de entre los tres y los cinco años, los niños continúan mejorando sus destrezas motores. Estos niños corren y trepan muy bien y son bastante atrevidos. A los niños pequeños les encanta probar sus destrezas motores recientemente adquiridas usando el equipo de juego del playground en formas poco seguras, tales como trepando por los rieles exteriores del equipo o tratando de trepar en los techos del equipo. Los niños de estas edades parecen comprender bien las

reglas pero no las siguen. Es posible que no comprendan bien las instrucciones porque aún no pueden seguir más de una o dos a la vez. Los padres deben comenzar por fijar algunas reglas claras acerca de cómo se debe usar el equipo



del playground, y deben hacerlo desde el principio. Hable con el niño regularmente acerca de las reglas para que las recuerde. Mientras que estarías repitiendo puede ser aburrido y frustrante para usted, es importante hacerlo porque los niños preescolares necesitan que se les recuerden las cosas claramente una y otra vez.

### Listos Para Hacer Un Viaje al Playground

Tome unos minutos para prepararse para ir al playground. Esto podría evitar problemas y asegurar que usted y su niño disfruten del tiempo que pasarán juntos. Lleve consigo un botiquín de primeros auxilios, agua, toallas desechables, ropa y pañales extra. Las bebidas y las meriendas pueden hacer el viaje al playground más divertido. Lleve algunas toallas para secar el equipo de juego si está mojado. Llevar juguetes y materiales de arte también puede mantener a los niños felices y ocupados. Cambie el pañal del niño e insista que todos vayan al sanitario antes de salir para el playground — ¡nada arruina un viajecito más rápido que andar buscando un sanitario de emergencia! Algunos de los días más divertidos que los adultos pueden pasar con sus niños son aquellos en los que se divierten juntos en un playground.

### Revise Primero el Playground

Establezca el hábito de checar el playground cuando llega allí para ver que todo esté en orden. Vea si hay vidrios rotos, tapitas de latas de soda, clavos, o ramas grandes. Revise el equipo de juego por si hay señales de vandalismo, desgaste excesivo del equipo, o algún depósito de agua. Vierta cualquier depósito de agua y seque el equipo si le es posible. Revise si hay charcos y supervise cuidadosamente a los niños si están cerca de ellos. Se ha comprobado que los niños pueden ahogarse hasta en menos de dos pulgadas de agua. Algunos charcos se pueden rellenar con tierra. Si esto no es posible, mantenga a los niños alejados de esas áreas y del equipo de juego que tenga algún charco cerca. Nunca permita que sus niños jueguen en equipo que está mojado.

# Enséñele a Su Niño a Jugar Seguro

Una de las mejores formas de mantener seguros a los niños es enseñándoles las reglas. Pero nunca debemos de confiar únicamente en las reglas para mantener seguros a los niños. Las reglas sólo son salvaguardias que deben usarse junto con la supervisión constante. Los niños menores de tres años no comprenden las reglas, y a los niños ya mayorcitos no se les puede confiar que las recuerden o que las sigan al pie de la letra hasta que tengan más de los siete años de edad. Las reglas se aprenden gradualmente y por medio de la repetición.

Cada pieza del equipo de juego del playground que los niños usen tendrá su propio grupo de reglas de seguridad. Enséñele a sus niños las reglas de seguridad haciéndolo de una manera positiva. En lugar de decirle al niño, "No hagas tonterías en el columpio", dígame, "Agárrate con las dos manos". Enséñele a los niños la forma segura de jugar en el equipo siguiente.

### Enséñele a su niño a usar el columpio de una forma segura:

- Sentarse en el centro del columpio, nunca estar de pie o de rodillas
- Agarrarse con las dos manos
- Parar el columpio antes de bajarse de él
- Caminar alrededor del columpio - no demasiado cerca por delante o por detrás
- Sólo debe haber una persona a la vez en el columpio
- Evitar de mecer un columpio vacío y nunca retorcerle las cadenas
- Supervisar de cerca a cualquier niño que quiera empujar a otro niño en un columpio y enseñarle a empujar suavemente

### Enséñele a su niño a usar el tobogán/resbaladero de una forma segura:

- Agarrarse con las dos manos mientras sube por las escalerillas del tobogán, tomando los escalones uno por uno cuidadosamente



- Nunca subir por la superficie resbalosa del tobogán o por su marco
- Mantener una distancia adecuada entre cada niño que suba y baje por el tobogán
- Deslizarse sentado con los pies enfrente, un niño a la vez
- Asegurar que no haya nadie en frente del tobogán antes de deslizarse
- Ser paciente, evitar empujar a los demás y esperar su turno
- Quitarse del frente del tobogán después de deslizarse
- Nunca usar un tobogán de metal que ha estado bajo el sol

### Enséñele a su niño a usar el equipo de trepar de una forma segura:

- Usar las dos manos y agarrarse firmemente
- Tener cuidado al bajar y tener cuidado de los niños que están trepando
- Mantenerse alejados de la persona enfrente y cuidarse de los pies en movimiento
- Bajarse dejándose caer con las rodillas levemente dobladas y callendo con ambos pies

**Por favor recuerde:** Los niños no saben poner suficiente distancia entre unos y otros. Muchas lesiones ocurren cuando los niños juegan demasiado cerca unos de otros. Los adultos deben asegurarse de mantener una distancia segura entre los niños cuando estén corriendo o jugando. Insista en que su niño espere su turno para usar el equipo del playground para que no haya demasiados niños jugando a la vez.

### Él o Ella?

Por favor tome nota: En ésta y en todas las publicaciones de Better Kid Care cuando nos referimos a "los niños" también estamos incluyendo a las niñas, igual cuando decimos "el/al/su niño".

Supported by funds from the Pennsylvania Department of Public Welfare, Pennsylvania Child Care/Early Childhood Development Training System, Developed by the Penn State Better Kid Care Program 253 Easterly Parkway, State College, PA 16801 • Phone: 1-800-452-9108 • Website: betterkidcare.psu.edu.

This publication is available in alternative media on request.

Penn State is committed to affirmative action, equal opportunity, and the diversity of its work force.

PENNSTATE



Cooperative Extension  
College of Agricultural Sciences

April 11, 2002

PENNSYLVANIA  
CHILD CARE/  
EARLY CHILDHOOD  
DEVELOPMENT  
TRAINING SYSTEM