

Preventing Childhood Falls



- Accidental falls are the #1 reason for non-fatal injuries to children.
- Most serious falls happen at home -- in fact, children are twice as likely to fall at home than at a childcare facility.
- Younger kids most often fall from beds, stairs, couches, and tables, and on floors.



Stairs

- Use approved **safety gates** (or "baby gates") at the top and bottom of stairs, and attach them to the wall if possible.
- Clear the stairs of any items to avoid tripping on them.
- Use a **nightlight** at the top and bottom of stairs if possible.
- Gates can also be used to keep a child in or out of a room to keep them safe.



Bathroom

- Never leave a child unattended in the bathtub. Limit distractions like your phone.
- Kids can become unstable and easily slip in wet tubs and showers.
- Place **non-slip mats or decals** in the bathtub or shower to avoid falling in the tub.
- Use a bath spout cover to prevent your child's head from hitting the hard metal faucet in the bathtub if they slip.



Anywhere in the Home

- Do not leave babies and small children unattended on beds.
- Secure kids when seated - use harnesses for car seats, carriers, swings, and strollers.
- Place car seats and carriers on the floor instead of a high surface.
- Baby walkers can move on their own. If possible, use a non-movable activity center instead.



Previniendo las caídas infantiles



- Las caídas son la razón #1 de las lesiones no fatales en los niños.
- Las caídas más graves ocurren en el hogar; de hecho, los niños tienen el doble de probabilidades de caerse en el hogar que en un centro de cuidado infantil.
- Los niños más pequeños se caen con más frecuencia de las camas, las escaleras, los sofás, las mesas y los pisos.



Escaleras

- Utilice puertas de **seguridad aprobadas** (o “puertas para bebés”) en la parte superior e inferior de las escaleras y fíjelas a la pared si es posible.
- Despeje las escaleras de cualquier artículo para evitar tropezarse con ellos.
- Use una **luz de noche** en la parte superior e inferior de las escaleras si es posible.
- Las puertas también se pueden utilizar para mantener a un niño dentro o fuera de una habitación para mantenerlo(a) seguro(a).



Baño

- Nunca deje a un niño desatendido en la bañera. Limite sus distracciones como su teléfono.
- Los niños pueden volverse inestables y resbalar fácilmente en bañeras y duchas mojadas.
- Coloque **tapetes o calcomanías antideslizantes** en la bañera o ducha para evitar caerse.
- Use una cubierta para el caño/tubería de la bañera para evitar que su hijo(a) golpee la tubería de metal duro de la bañera si se resbala.



En cualquier lugar de la casa

- No deje a los bebés y niños pequeños desatendidos en las camas.
- Asegure a los niños cuando estén sentados: use arneses para asiento de automóviles, portabebés, columpios y carritos.
- Coloque los asientos y portabebés en el piso en lugar de una superficie alta.
- Las andaderas pueden moverse solas. Si es posible, utilice un centro de actividad fijo en su lugar.

