

Consejos de seguridad para niños que utilizan aparatos que los ayudan a moverse.

(Sillas de ruedas, muletas, andaderas y otros)



Estos consejos le pueden ayudar a mantener seguros a sus hijos e incrementar los consejos generales de seguridad en su etapa de desarrollo. Utilice esta guía para mantener la seguridad en sus hijos y familia tanto dentro como fuera del hogar. Cada hogar es diferente y ninguna lista se adaptaría a todos los niños y hogares. Usted sabe lo que es mejor para su hijo. Adapte estos consejos a las necesidades de su hijo y su familia. Lo que funciona ahora podría cambiar conforme su hijo crece y se desarrolla.

Consejos Para Utilizar Este Volante:

- Obsequie una copia a las personas que cuidan de sus hijos. Marque los consejos que les puedan ayudar.
- Platique con el personal al cuidado de sus hijos, incluyendo los encargados del servicio médico, la enfermera de la escuela, el director, el maestro, todo el personal de la escuela o cualquier otro cuidador.
- Involucre a su hijo. Infórmele de las medidas que tomará y procure que su hijo le ayude. Hágale preguntas de tipo: “que pasaría si”..... en diferentes situaciones, para que aprenda a resolver los problemas.
- Sirva de ejemplo. Los hijos van a hacer lo mismo que usted. Si usted usa un casco, ellos lo harán también.
- Cada hijo es diferente. Por favor platique con las personas que los cuidan.

Seguridad en cuanto a caídas

Equipo

- ¿El equipo de su hijo está bien adaptado? Tiene todos los dispositivos de seguridad que necesita, como frenos, cinturones, etc.?
- En invierno deberá llevar una dotación de sal de grano para arrojar en los lugares congelados.
- ¿Sabe su hijo y la persona que lo cuida cómo utilizar los seguros de la silla de ruedas durante los traslados? Asegúrese de que todos los seguros estén en su lugar antes de sentarlo en la silla de ruedas.
- Mantener el equipo de movilidad en buen estado ayuda a prevenir caídas. ¿Revisa usted frecuentemente los frenos, seguros, descansa brazos, estribos y ruedecillas giratorias de su silla de ruedas?

En Casa

- ¿Los pasillos en casa proporcionan libertad de movimiento? ¿Están libres de alfombras torcidas, tapetes desgastados, mesas bajas y cables de electricidad? (estos cables se pueden adherir al piso)
- ¿Los pasamanos, rampas y muebles de su casa facilitan la circulación en ella?

Seguridad en cuanto a caídas, continuación...

- ¿Las áreas de juego son accesibles?
- ¿Las alfombras y tapetes están bien pegados al piso?
- ¿Tiene en el baño y en la tina tapetes o tiras antiderrapantes? Una regadera con manguera de extensión sería de utilidad.
- ¿Tiene escaleras con superficies o tiras antiderrapantes? Los pasamanos se extienden de principio a fin de sus escaleras?
- ¿Tiene su hogar áreas de juego con superficies suaves?
- ¿Sus hijos sienten seguridad al utilizar muletas o andadera en las escaleras? (Platique con el doctor o fisioterapeuta de su hijo.
- El ejercicio seguro como la natación, realizado en forma regular, fortalece la fuerza de los brazos, corazón y pulmones y puede ayudar a prevenir caídas. Solicite al fisioterapeuta de su hijo alguna recomendación al respecto.
- Ayude a su hijo a escoger la actividad que se adapte a su nivel de resistencia y compártala con él.
- Evite andaderas de bebé y literas.

En la escuela

- Informe a todos los profesores, enfermera y al personal clave de escuela acerca de las necesidades de su hijo. Discuta cosas como permiso para utilizar el elevador y otras áreas del edificio. Incluya estos puntos en el IEP (Plan de Educación Individualizado) o en el IHP (Plan de Salud Individualizado.)

Seguridad en cuanto a incendios y quemaduras

- Enseñe a su hijo como detenerse, dejarse caer y rodar con un aparato ortopédico, silla de ruedas, soportes, etc, y enséñele a utilizar una sábana para extinguir un fuego. Ayúdele a practicar el bajarse de la silla de ruedas y rodar en el piso.
- ¿Sabén todos los adultos y niños mayores dónde se encuentra el extinguidor de fuego y como se utiliza?
- Enséñele a su hijo a mantenerse a nivel del suelo cuando hay humo. Si no puede bajarse al piso por sí mismo, enseñe a los miembros de la familia como ayudarlo a bajar al piso sobre una sábana y utilizarla para alejarlo del fuego.
- ¿Tienen algún plan de evacuación contra incendios para su hogar? ¿Incluye los pasos para asistir a su hijo y transportar cualquier equipo médico que necesite? Platique y practique el plan con toda la familia. Hablen de otros planes para lugares tales como la escuela, lugares de culto, teatros y tiendas.
- Enséñele a su familia y a otros responsables del cuidado de su hijo como ayudarlo a escapar de un incendio o cualquier emergencia. Ellos deben saber como pasar a su hijo de estar sentado en alguna posición o en una cama; a una silla de ruedas o a una sábana.
- Incluya un punto de encuentro especial fuera de casa, en el que los miembros de la familia se puedan reunir en caso de incendio.
- ¿El plan de evacuación de la escuela de su hijo incluye un plan de ayuda para él?

Seguridad en cuanto a incendios y quemaduras, continuación...

- Informe a la Estación de bomberos local, acerca de las necesidades de evacuación así como equipo médico necesario para su hijo.
- Haga que su hijo use pijamas de telas repelentes al fuego.

Seguridad en la cocina

- Mantenga todas las asas de las cazuelas volteadas hacia la parte de atrás de la estufa. Ayudaría que sus hijos utilizaran cacerolas con asas largas y guantes para horno cuando cocinen.

Seguridad en el agua

- Haga que su hijo use un salvavidas que le quede bien siempre que vayan en un bote, balsa, dentro, fuera o cerca de un área abierta como lagos o ríos. Un salvavidas con cuello le podría proporcionar confort y soporte adicional.
- Observe siempre a sus hijos o haga que un adulto lo haga cuando estén jugando dentro o alrededor del agua aún cuando haya un salvavidas en turno.
- Dependiendo del nivel de destreza de los niños, algunos deberían tener un adulto sosteniéndolos dentro del agua (aún si hay salvavidas en turno.) Cheque con el proveedor de servicios de salud de su hijo su nivel de técnicas de seguridad (es decir, si se puede enderezar solo, si sabe de profundidad de agua, si puede hacer burbujas, etc.)
- Mantenga las sillas eléctricas lejos del agua y apáguelas.
- Mantenga a su hijo sentado dentro del barco, no en la borda.
- Balancee las actividades de su hijo; que duerma y descanse alternadamente.

Seguridad en el baño

- Un adulto o cuidador debe permanecer todo el tiempo con un niño pequeño cuando se baña. Esto podría cambiar cuando su hijo crezca y se desarrolle, platique con el proveedor de atención a la salud de su hijo, acerca de esto y cómo balancear la necesidad de privacidad e independencia en niños mayores y adolescentes.
- Las barras o pasamanos pueden proporcionar un soporte extra para entrar y salir de la tina.
- Aprenda la manera segura de meter a su hijo a la tina, sin lastimarse la espalda

Seguridad en el automóvil

- Hay muchas clases de asientos de auto o adaptaciones que están disponibles para ayudar a mantener a su hijo en una posición segura durante su transporte. Platique con el proveedor de atención médica acerca de las necesidades de su hijo. (Vea *Implementos* más adelante.)
- Solicite al fisioterapeuta o ergoterapeuta de su hijo que le ayude a adaptar el asiento de su auto. No trate de alterarlo usted mismo.
- Las necesidades de transporte de su hijo pueden cambiar después de una cirugía o si sufre una caída. Tome esto en cuenta y platique con el médico de su hijo, fisioterapeuta, etc. acerca de estos cambios con anticipación.

Seguridad en el automóvil, continuación...

- La forma de transporte de su hijo cambiará según vaya creciendo. Algunos niños necesitarán un sistema de apoyo aún cuando hayan crecido más de la capacidad de una silla para auto normal. Hay algunos asientos que le quedan a niños que pesan hasta 105 libras.
- Si su hijo mayor es muy inquieto en el auto o se sale del cinturón de seguridad, un chaleco de seguridad podría ayudar. Están disponibles en “Productos E-Z-On”. El chaleco se instala junto con el cinturón de seguridad del automóvil y una correa especial. También puede ser instalado en un autobús. (Vea *Recursos* más adelante.)
- La mayoría de las sillas de ruedas no han sido diseñadas para usarse como asientos en camionetas. Debido a esto es mejor pasar a sus hijos al asiento de la camioneta y asegurarlos en el asiento infantil para auto, en el asiento elevado o con el cinturón de seguridad (esto dependerá del tamaño del niño.) La silla de ruedas debe entonces ser asegurada o guardada.
- Prevea que el camino esté despejado en plataformas y áreas de albercas.
- Si no es posible transferir su niño al asiento de la camioneta o si su niño necesita el apoyo del sistema de asientos de sillas de ruedas, necesita entonces asegurar la silla de ruedas al vehículo y asegurar a su niño con un cinturón de seguridad separado conectado al vehículo. (Vea *Recursos* a continuación para cómo asegurar una silla de ruedas a una camioneta o autobús.)
- Asegure la silla de su niño y/o equipo médico al automóvil no a la silla para auto o a su niño. Puede tratar asegurando el equipo al suelo del vehículo con cordones flexibles o cinturones para auto que no estén siendo usados.
- Quite y asegure la bandeja de la silla de ruedas de su hijo mientras va manejando.
- ¿Necesita su hijo un asiento especial o un sistema de arnés para el autobús de la escuela?

Recursos disponibles acerca de seguridad en automóviles

- *Guía de Asientos para Niños con Necesidades Especiales*, Academia Americana de Pediatría: proporciona información acerca de opciones de apoyo para niños(as) con necesidades especiales, cómo usar los asientos, sugerencias para viajes y transportación en sillas de ruedas. www.aap.org
- *Transporte de Niños con Necesidades de Cuidados Especiales (RE9852)*, Academia Americana de Pediatría, www.aap.org/policy/re9852.html
- Productos E-Z-On, Inc. De Florida 1-800-323-6598, www.e-z-onpro.com
- *Adaptación de Vehículos Motores para Personas con Discapacidades*, U S Departamento de Transportación. 1-800-DASH-2-DOT o www.nhtsa.dot.gov
- Sociedad Nacional del Este al 1-800-221-6827 le proporciona información acerca de programas de seguros para asientos de autos en su área. Revise si su póliza de seguro le ayuda a cubrir este gasto.

Seguridad peatonal

- Cuando usted va a diferentes lugares, tenga en cuenta que puede encontrar retos para la movilidad de su hijo. Enseñe a su familia a aceptarlos y a adaptarse a ellos. Dedique tiempo adicional a transitar por las banquetas y enseñe a sus hijos a solicitar ayuda cuando sea necesario.
- ¿Existen lugares seguros para que su hijo se pare o se siente mientras espera el autobús? ¿Están marcados?

Seguridad peatonal, continuación...

- Ropa de colores brillantes y calcomanías fosforescentes en el equipo hace que los conductores los vean más fácilmente.
- Si su hijo usa silla de ruedas, ¿sabe señalar con las manos cuando va a dar vuelta y qué significan las señales de tráfico más comunes?
- Procure y recomienda bajadas suaves en las esquinas de su vecindario así como señales fáciles de ver y escuchar.

Seguridad en la bicicleta

También para patines de ruedas, patines del diablo y patinetas.

- Asegúrese de que su hijo utilice siempre casco cuando se suba a la bicicleta, en las carreras de sillas de ruedas, con triciclos o cualquier otro juguete de ruedas.
- Pida ayuda al fisioterapeuta si necesita ajustar el casco y equipo de su hijo.
- Busque una bicicleta o triciclo que se adapte a las necesidades de su hijo. Hay varios estilos de bicicletas y triciclos adaptados que su hijo puede tratar.
- Practique con su hijo señales de vuelta con las manos y otras reglas de seguridad de tráfico. Camine o maneje con él mientras practica.
- Enséñele a su hijo a evitar circular por calles muy transitadas y a utilizar los senderos para bicicletas siempre que pueda.

Notas y reconocimientos:

- Apoyo de la Fundación Allstate, el Departamento de Salud del Estado de Washington, y el Programa de Niños con cuidados especiales de Salud.
- Un agradecimiento especial a los padres de familia, a la comunidad y a los proveedores del Hospital que nos proveyeron información y revisión de materiales.
- Adaptado en parte de las Sugerencias para la Prevención y el diagnóstico de heridas relacionadas desarrollada por el Departamento de salud de Ohio, revisado con su permiso por el Centro de Niños con Necesidades Especiales del Hospital y Centro Medico Regional Children's
- La comunidad en el Hospital Children's y a los proveedores de atención a la salud que han revisado este folleto. Sin embargo, las necesidades de su hijo son únicas. Antes de que actúe o dependa de ésta información, consulte con su médico
- Si tiene comentarios o sugerencias favor de comunicarse con Megan Sety al (206) 987-5310 ó megan.sety@seattlechildrens.org. Tómese la libertad de compartir este folleto con otras familias y proveedores.
- Referencia: Guía para la compra de asientos para automóvil para niños con necesidades especiales, Academia Americana de Pediatría, 1998

Para Mayor información, contacte a:

- Su proveedor de cuidados para la salud
- Children's Resource Line (206) 987-2500 o 1-866-987-2500
Línea gratuita para Washington, Alaska, Montana, o Idaho o <http://www.seattlechildrens.org>
- Center for Children with Special Needs—www.cshcn.org

