



Directrices Anticipadores Que Se Recomiendan (Desde Que El Niño Nace Hasta Que Cumple 21 Años)

Recién Nacido

Infante con cinturón de seguridad debidamente abrochado
Seguridad en la cuna
Posiciones para dormir
Seguridad en la tina con agua
Cuestiones de amamantar
Jamás deje al niño solo con hermanitos, hermanitas o mascota
Prevención para evitar que se caiga
Peligros de humo de segunda mano
Prevención de quemaduras
Evite que se exponga demasiado a los rayos del sol
Indicaciones oportunas de enfermedad
Saber que hacer en casos de emergencia
Cuidado del infante

1 semana - Reforzar directrices con visita al recién nacido MÁS

Instalación de detectores de humo
Evitar que se le pudran los dientes con la tetera

1 mes - Reforzar directrices apropiadas de las visitas previas MÁS

Mantenga juguetes con partes u otros objetos pequeños o con filo fuera del alcance del infante
No darle miel de abeja hasta que tenga un año

2 meses - Reforzar las directrices apropiadas de visitas previas

4 meses - Reforzar directrices apropiadas de visitas previas MÁS
Guarde toda sustancia venenosa, medicina, sustancias para limpiar, de salud, belleza, pintura, disolventes de pintura, en un lugar seguro donde no los vea ni los alcance el bebé
Converse sobre pasos progresivos a tomar con el médico del bebé:
fórmula, cereal, otros elementos sólidos
Ponga objetos con filo donde no los alcance el bebé
No le dé al bebé bolsas de plástico, globos, u objetos pequeños como bolitas
Utilice cerrajes seguros en los gabinetes
No use cochecito de bebé no importa la edad del bebé

6 meses - Reforzar directrices apropiadas de visitas previas MÁS

Póngase en el suelo y examine que no haya objetos peligrosos donde los vea el bebé
No deje objetos pesados o envases de líquidos calientes sobre las mesas ni manteles que el niño pueda alcanzar
Ponga tapones de plástico en los enchufes eléctricos

Hable sobre el consumo de Miel de Ipecac
Ponga el número de teléfono del Centro de Control de Venenos
Instale puertas en la parte superior y la parte inferior de las escaleras y aparatos de seguridad en las ventanas
Baje el colchón de la cuna
Evite cables eléctricos y cuerdas de cortinas colgantes
Mantenga las bandejas de alimentos para las mascotas donde el bebé no las alcance
No permita que el bebé se acerque al perro cuando éste esta comiendo
Aprenda como aplicar los primeros auxilios y la Respiración Pulmonar
Limpíele los dientes con cepillo desde que le salga el primer diente

9 Meses - Reforzar directrices apropiadas de visitas previas

9 Meses - Reforzar directrices apropiadas de visitas previas

Baje el colchón de la cuna
Tomar líquidos de una taza

12 Meses - Reforzar directrices apropiadas de visitas previas

Cambie a un asiento de seguridad en su vehículo y asegure que esté bien seguro
Póngale loción al bebé que lo proteja de los rayos del sol
Pruebe los detectores de incendios y cambie las pilas cada año
Ponga las manijas de las ollas a la parte trasera de la estufa
Asegure que los cables eléctricos, los orificios de salida y los aparatos eléctricos estén donde no los alcance o toque el niño o estén protegidos
Ponga el tabaco, los encendedores, cerillos, fósforos, y el alcohol donde no los vea ni los alcance el niño
Mantenga las zonas donde el niño juega fuera de la casa dentro de un cerco con puertas y bajo supervisión estricta
Asegure que el niño no se acerque a la maquinaria, las cegadoras, puertas del garaje, entradas y salidas de vehículos y las calles
El riesgo que se ahoga con las comidas
Tomar líquidos de una taza
Advierta que los niños, padres, madres usen cascos cuando andan en bicicleta
Enséñele al niño que se acerque a los perros con precaución
Seleccione a las personas que cuidan al niño con mucho cuidado
Empiece a cepillarle los dientes al niño con pasta de dientes que tiene fluoruro.

15 Meses - Reforzar directrices apropiadas de visitas previas MÁS

Excluya venenos, medicamentos y productos tóxicos del hogar o

póngalos en gabinetes bajo llave; y ponga tapas seguros sobre los envases de todo medicamento

Tomar líquidos de una taza

No subestime nunca la capacidad del niño de poder subirse sobre algo; asegure que la cuna esté en la posición más baja
Supervise al niño de cerca cuando sube las escaleras

18 Meses - Reforzar directrices apropiada de visitas previas MÁS

Asegure que el niño lleve puesto el chaleco de seguridad en los barcos; aparatos que se inflan no aseguran la seguridad del niño en el agua
Nunca deje al niño solo en el carro ni en la casa
No tenga Ud. la expectativa de que los niños puedan supervisar al bebé
Refuerce lo que debe hacer en el caso de caídas, cortadas, heridas, mordiscos, sangramiento, fracturas en los huesos, etc.

2 años - Reforzar directrices apropiadas de visitas previas MÁS

Siga utilizando asiento de seguridad adecuado en el vehículo
Seguridad para proteger al niño de las armas de fuego
Refuerce la seguridad en el agua/la alberca/piscina
Asegure que los campos donde el niño juega estén seguros
Por adelantado esté consciente de la curiosidad normal de sus partes del cuerpo inclusive las partes genitales

3 años - Reforzar directrices apropiadas de visitas previas MÁS

Esté enterado/a en todo momento donde está su niño; niños de tres años están demasiado chicos para andar vagando por la vecindad
Enséñele al niño las medidas de seguridad que utilice como peatón
Enséñele al niño que no debe hablar con personas que no conoce
Enséñele al niño como cepillarse los dientes
Entérese por anticipado que el niño tiene curiosidad de las diferencias entre muchachitos y muchachitas
Introduzca la noción que algunas partes del cuerpo son privadas
Ponga límites en el tiempo que el niño ve la televisión

4 años - Reforzar directrices apropiadas de visitas previas MÁS

Siga utilizando el asiento de seguridad en el vehículo o asiento seguro para niño de su edad
Establezca y ejecute reglas de comportamiento seguro
Enséñele al niño a nadar
Enséñele medidas de seguridad al niño en las zonas donde juega
Enséñele al niño las reglas de seguridad con respecto a personas desconocidas
Asegure que el niño se cepille los dientes dos veces al día
Aprenda como manejar emergencias dentales

Explíquelo al niño que nadie puede tocarle sus partes privadas sin permiso

5 años - Reforzar directrices apropiadas de visitas previas MÁS
 Sirve Ud. de modelo de un estilo de vida salubre
 Asegure que el niño duerma bien
 Anime al niño que participe en actividades físicas regularmente
 Ponga límites al tiempo que el niño ve la televisión, vean la televisión juntos
 Use los cinturones de seguridad en el carro
 Asegure que el niño esté bien supervisado antes y después de la escuela en un ámbito seguro
 Enseñele al niño como cuidarse y sobre medidas higiénicas
 Enseñele al niño las reglas de seguridad en la casa; lleve a cabo medidas de seguridad contra los incendios en la casa
 Enseñele al niño las reglas de seguridad para que vaya y venga de la escuela seguro, como andar en bicicleta, en la zona donde juega, la acción recíproca con personas desconocidas
 Obtenga libros de temas de sexualidad para la lectura en familia

6 Años - Reforzar las directrices apropiadas de visitas previas MÁS
 Enséñele al niño medidas de seguridad en los deportes, inclusive que use equipo deportivo que lo proteja
 Siga supervisándolo para asegurar que se cepille los dientes
 Responda a sus preguntas tocante a la sexualidad a un nivel adecuado que el niño pueda entender

8 Años - Reforzar las directrices apropiadas de visitas previas MÁS
 Supervise las actividades del niño con sus semejantes
 Dele consejos al niño sobre como evitar el consumo de bebidas alcohólicas, el uso de tabaco y drogas.(estupefacientes)
 Refuerce las medidas importantes de seguridad; anticipe que el niño puede cometer errores al tomar decisiones porque está tratando de imitar lo que hacen sus semejantes
 Anticipe que tendrá que proveerle menos supervisión personal
 Asegure que el niño se aplique loción para protegerse de los rayos del sol
 No permita que el niño maneje una cegadora motriz ni equipo agrícola motriz
 Si el niño recibe clases de vida familiar en la escuela, converse con él/ella sobre ese tema
 Asegure que el niño se aplique loción para protegerse de los rayos del sol
 No permita que el niño maneje una cegadora motriz ni equipo agrícola motriz
 Si el niño recibe clases de vida familiar en la escuela, converse con él/ella sobre ese tema

10 años - Reforzar las directrices apropiadas de visitas previas MÁS
 Converse con el médico que atiende al niño tocante a sus antecedentes dietéticos
 Ejecute normas razonables sobre la televisión y la música
 Refuerce medidas importantes de seguridad; anticipe que el niño puede equivocarse debido a que cada día enfrenta más riesgos en su comportamiento
 Enséñele al niño los peligros de altos volúmenes de ruido, particularmente cuando usa auriculares para escuchar música
 El uso de cascos para el ciclismo, andar en motocicleta, o vehículos para todo tipo de superficies, patinaje en tabla, patinetas, y motonetas.
 Evalúe la preparación del niño para su desarrollo de pubertad y sexual
 Padres de muchachos deberán prepararlos para las emisiones seminales nocturnas
 Empiece a enseñarle al niño que demorar la actividad sexual es la forma más segura de protegerse contra enfermedades transmitidas sexualmente y el embarazo.
 Examine la comprensión del niño sobre enfermedades transmitidas sexualmente, incluso el VIH y el SIDA
12 años - Reforzar las directrices apropiadas de visitas anteriores MÁS
 Duerma para que descanse bien.
 Haga ejercicio vigoroso por lo menos tres veces por semana
 Converse con el practicante de cuidado de salud o con el entrenador de deportes sobre como ponerse en condición saludable, como entrenarse con presas, los líquidos que debe tomar el peso que debe aumentar o reducir y sus antecedentes dietéticos.
 No tome bebidas alcohólicas particularmente cuando ande paseando en barco o nadando.
 Lleve puesto ropa protectora en el trabajo y observe las precauciones de seguridad.
 No porte ni use armas de ningún tipo.
 Desarrolle sus capacidades para resolver conflictos o disputas, para negociar, y tratar con la ira en forma positiva y constructiva.
 Aprenda a aplicar las técnicas para protegerse de abuso físico, emocional y/o sexual.
 Procure obtener ayuda o apoyo si Ud. es abusado sexual o físicamente o contra el temor que Ud. está en peligro.
 No use tabaco, ni consuma bebidas alcohólicas ni use drogas (estupefacientes) inclusive píldoras dietéticas o esteroidicas.
 Evite las situaciones donde el tabaco las drogas (estupefacientes) son fáciles de conseguir.
 Apoye a sus amistades que eligen no usar tabaco, o consumir bebidas alcohólicas inclusive píldoras dietéticas y esteroidicas.
 Identifique a una persona adulta que le dé su apoyo que le puede dar información correcta tocante al sexo.
 Hágale preguntas a su profesionista de salud tocante a los cambios físicos del cuerpo, anticonceptivos, y enfermedades transmitidas sexualmente.

Aprenda como decir no a las tentaciones sexuales.
 Si Ud. decide tener relaciones sexuales , use condones de hule cada vez que tiene relaciones sexuales y ponga límites al número de personas con quien tiene relaciones sexuales

Si Ud. decide tener relaciones sexuales , use condones de hule cada vez que tiene relaciones sexuales y ponga límites al número de personas con quien tiene relaciones sexuales.

14 años - Reforzar las directrices apropiadas de visitas previas.

16 años - Reforzar las directrices apropiadas de visitas previas MÁS
 Lleve el cinturón de seguridad abrochado mientras vaya manejando o como pasajero en el carro, Si Ud. va manejando insista que sus pasajeros lleven el cinturón de seguridad abrochado, y maneje a la velocidad que la ley permite
 No tome bebidas alcohólicas ni consuma drogas (estupefacientes) particularmente mientras vaya manejando, en barco, o nadando; si va a tomar bebidas alcohólicas o va a consumir drogas (estupefacientes) proyecte tener una persona que no tome ni consuma drogas(estupefacientes) que maneje.
 Póngase un casco cuando ande en bicicleta, en motocicleta o un vehículo para todo tipo de superficie, tabla de patinaje, y patinetas.
 Es normal que se sienta con ganas de tener relaciones sexuales pero la decisión de tener relaciones sexuales de hecho deberá ser una decisión bien pensada; no tenga relaciones sexuales si Ud. no quiere.
 Si Ud. está confundido o preocupado tocante a sus ganas de tener relaciones sexuales (con persona del mismo sexo que el suyo o con persona del sexo opuesto)hable con alguna persona adulta de confianza.

18 años - Reforzar directrices apropiadas de visitas anteriores MAS
 Aprenda usted misma sobre el control de la natalidad, enfermedades transmitidas sexualmente cuestiones de los homosexuales y las lesbianas, el celibato y otras cuestiones relacionadas con la sexualidad.

20 años - Reforzar directrices apropiadas de visitas previas

Adaptadas de Bright Futures: Directrices para Supervisar la Salud de Infantes, Niños y Adolescentes (1994) Estas recomendaciones se hacen con la intención de que sean directrices. En algunos casos será necesario adaptar las recomendaciones para satisfacer las necesidades del paciente y su situación particular.

Revisadas 2/2001