



Almost 2.2 million American children age 14 and under are hurt at school every year.\* Most injuries happen on the playground, in gym classes, during sports activities and on or around school buses. To be sure your child stays safe at school, consider the following tips.

## Playing It Safe

Playground injuries affect elementary-age children more than any other type of injury – about 13,000 incidents every year. A full 39 percent of those injuries are fractures. Cuts, bruises, strains and sprains follow on the list of most common injuries. Falling from playground equipment is the most frequent cause of injury.



Reporting any playground hazards to school officials can help prevent injuries. The Consumer Product Safety Commission suggests paying special attention to the following:

- **Nets and rope.** Look for tears and frays. They can trip or tangle a child.
- **Protective surfaces.** Inspect surfaces beneath and around equipment. The National SAFE KIDS Campaign says that about 80 percent of severe playground injuries are due to falls. Safe surfaces include mulch, pea gravel, sand, rubber mats and tiles. Floor mats should be free of tears and placed tightly together.
- **Paths** should be clear of dangerous objects.
- **Maintenance.** Dirty equipment often means that it is not cared for properly. Make sure equipment is firmly attached to the ground, S-hooks are closed, no bolts or other objects stick out and footings are safely covered.

- **Signage.** Look for signs in the area that discourage rough play. Plus, areas for older and younger children should be separated so there is less rough play.
- **Clothing.** Remove any earrings, necklaces or dangling clothing that could get caught and cause injury.
- **Appropriate play.** Teach your children that the bottom of slides and climbing equipment are unsafe places to play. Showing them the right way to use equipment can also help prevent injury.
- **Supervision.** Adults should watch over children to stop rough play and look out for dangerous objects. A lack of proper supervision accounts for 40 percent of playground injuries.



## Out of Harm's Way

A school bus is one of the safest ways to travel. It is 87 times safer than in a car, truck or van.\*\* Yet injuries still happen. Bus drivers can't see anything within 10 feet of the bus. This "danger zone" is the site of most school bus-related accidents. It's important to teach children that if they can't see the bus driver, the bus driver can't see them.

The National Highway Traffic Safety Administration suggests teaching children these safe bus-riding tips.

- Arrive at least five minutes before the bus is scheduled to arrive.
- Line up with other students 10 feet (five giant steps) away from the curb.
- Make sure the bus is completely stopped before moving toward it. Once the door is open, the driver will give an OK.
- To cross the street, make sure you are at least 10 feet in front of the bus. Never walk behind the bus.
- Use handrails when entering and exiting. Check clothing and book bags for strings and straps that could catch on handrails or in the door.



- Stay at least six feet (three giant steps) away when walking alongside the bus.
- Never try to pick up something dropped near the bus without first telling the bus driver.

Once on the bus, children should stay seated at all times. Shouting, horseplay and thrown objects can distract the driver.

## A Sporting Good Time

Gym class and school sports are a great way for kids to have fun and get exercise. But unsafe behaviors can wreck a good time. It can ease parents' minds to learn about gym teachers' and coaches' safety training. Does he have national certification to coach the sport? Does she know CPR? Is a first aid kit available? Is there an athletic trainer available, if necessary?



Trauma is the leading cause of death in children between the ages of 1 and 14 years. It accounts for more deaths than heart disease, cancer, infectious diseases, diabetes, HIV and cystic fibrosis combined. It is truly the No. 1 disease of childhood.

-Henri R. Ford, M.D., Vice President and Chief of Surgery, Childrens Hospital Los Angeles



Regular physicals can uncover any conditions that could lead to an injury. Also, proper conditioning and instruction in basic skills can help keep kids safe. It's also a good idea to match children by skill level, weight and age. Make sure your child has the safety gear needed for his or her sport and that safety rules are enforced. Student athletes also need access to drink enough water, stay in the shade in hot weather and take regular rest breaks.

## Get Involved

Parents can play an important role in keeping our schools, buses and playgrounds as safe as possible. Talk to school officials about starting an annual school safety checklist. Encourage all staff members to learn first aid and CPR. To learn more about school safety, visit the National SAFE KIDS Campaign Web site at [www.safekids.org](http://www.safekids.org) or the Consumer Product Safety Commission at [www.cpsc.org](http://www.cpsc.org).

\* Source: National SAFE KIDS Campaign, [www.safekids.org](http://www.safekids.org).

\*\* Source: National Highway Traffic Safety Administration, [www.nhtsa.gov](http://www.nhtsa.gov).



## Seguridad en la escuela

LECCIONES PARA LA SEGURIDAD



ChildrensHospitalLosAngeles  
International Leader in Pediatrics

**KOHL'S**  
expect great things

PARTNERS IN INJURY PREVENTION



Aproximadamente 2,2 millones de niños norteamericanos menores de 14 años se lesionan en la escuela cada año.\* La mayor parte de estos accidentes se producen en el patio, en las clases de gimnasia, durante las actividades deportivas y en o cerca del autobús escolar. Para asegurarse de que su hijo esté protegido en la escuela, tenga en cuenta los siguientes consejos.

## Jugar de una manera segura

Las lesiones que se producen en el patio de recreo son las más frecuentes entre los niños de la escuela primaria: alrededor de 13.000 incidentes cada año. El 39% de estas lesiones son fracturas, y a continuación vienen las cortadas, contusiones, torceduras y esguinces. Las caídas de los columpios son la causa más frecuente de lesión.

Informar a los responsables de la escuela sobre cualquier peligro que pueda observarse en el patio puede ayudar a evitar accidentes. La Comisión de Seguridad de Productos para el Consumidor (Consumer Product Safety Commission) sugiere que se preste especial atención a lo siguiente:

- **Redes y cuerdas.** Observe si presentan roturas o desgaste. Pueden provocar que el niño tropiece o se enrede.
- **Superficies de protección.** Inspeccione las superficies debajo y alrededor de los columpios. La campaña nacional SAFE KIDS indica que alrededor del 80% de las lesiones graves que se producen en el patio se deben a caídas. Entre las superficies seguras se incluye el mantillo, la gravilla, la arena, la moqueta de caucho y las baldosas. La moqueta no debería presentar roturas y estar bien ajustada sin que haya huecos.
- **Los caminos o vías de acceso** deberán estar libres de objetos peligrosos.
- **Mantenimiento.** Los columpios o el equipo sucios significan con frecuencia que no están bien cuidados. Compruebe que estén bien sujetos al suelo, que los ganchos en S estén bien cerrados, que no haya tornillos ni otros elementos que sobresalgan y que las bases estén bien protegidas.



- **Señalización.** Asegúrese que haya avisos para no permitir los juegos bruscos. Además, deberán separarse las zonas para los niños pequeños y para los mayores, a fin de limitar los juegos bruscos.
- **Ropa.** Retire los pendientes, collares o prendas de vestir que cuelguen y que puedan quedar atrapados y provocar lesiones.
- **Jugar del modo apropiado.** Enseñe a sus hijos que la parte inferior de los toboganes y los columpios donde hay que trepar son lugares poco seguros para jugar. Si les enseña a utilizar correctamente los columpios, ayudará a evitar accidentes futuros.
- **Vigilancia.** Los adultos deben vigilar a los niños mientras juegan para detener cualquier juego demasiado violento o alertar sobre posibles objetos peligrosos. La falta de vigilancia ocasiona el 40% de las lesiones en el patio de juegos.

## Fuera de peligro

El autobús escolar es una de las maneras más seguras de viajar: Es 87 veces más seguro que viajar en coche, camión o furgoneta.\*\* Aún así, pueden producirse accidentes. Los conductores de autobús no tienen visibilidad a 10 pies alrededor del autobús. Esta "zona de peligro" es donde se producen la mayoría de accidentes relacionados con autobuses escolares. Es importante enseñar a los niños que en las zonas donde no pueden ver al conductor, éste tampoco puede verlos a ellos.

La Administración Nacional de Seguridad de Tráfico en Carreteras (National Highway Traffic Safety Administration) sugiere que se les enseñen a los niños los siguientes consejos para que el viaje en autobús sea seguro:

- Llegar a la parada al menos 5 minutos antes de que pase el autobús.
- Hacer la cola con el resto de alumnos a partir de 10 pies (5 pasos grandes) del borde de la acera.
- Esperar a que el autobús se detenga por completo antes de avanzar hacia él. Una vez que la puerta se abra, el conductor indicará que se puede subir.



- Para cruzar la calle, comprobar que hay al menos 10 pies entre el autobús y el lugar por donde se cruza. Nunca se deberá pasar por detrás del autobús.
- Utilizar las barandillas al subir y bajar. Tener cuidado con las prendas y mochilas que puedan tener cintas que cuelgan para que no queden atrapadas en las barandillas ni en la puerta.
- Mantenerse al menos a 6 pies de distancia del autobús (tres pasos grandes) cuando se camina junto a éste.
- No intentar nunca agarrar algo que haya caído junto al autobús sin avisar antes al conductor.

Una vez subidos en el autobús, los niños deberán permanecer sentados en todo momento. Los gritos, los saltos y el lanzamiento de objetos pueden distraer al conductor.

## Disfrutar del deporte

Las clases de gimnasia y los deportes escolares son una manera excelente de divertirse y de hacer ejercicio. Pero un comportamiento poco seguro puede estropear esos buenos momentos. Los padres pueden sentirse más tranquilos si conocen la formación en temas de seguridad del profesor de gimnasia de sus hijos. ¿Cuenta con una certificación nacional para el deporte que imparte? ¿Conoce las técnicas de reanimación cardiopulmonar? ¿Hay un botiquín de primeros auxilios disponible en el gimnasio? ¿Hay un entrenador calificado disponible en caso necesario?

Las revisiones médicas periódicas pueden revelar ciertas condiciones que podrían derivar en una lesión. Asimismo, una preparación física



El traumatismo es la causa principal de muerte en niños de entre 1 y 14 años. Causa más muertes que las enfermedades de corazón, el cáncer, las enfermedades infecciosas, la diabetes, el VIH y la fibrosis quística combinadas. Es realmente la enfermedad infantil número uno.

- Henri R. Ford, M.D., Vice Presidente y Jefe de Cirugía de Childrens Hospital Los Angeles



adecuada y la enseñanza de técnicas básicas pueden ayudar a proteger a los niños. También es una buena idea agrupar a los niños según su nivel de habilidad, peso y edad. Asegúrese de que su hijo dispone del equipo de seguridad necesario para el deporte que practica y que se aplican las normas de seguridad. Los alumnos que practican deportes deben beber suficiente agua, permanecer a la sombra cuando haga calor y descansar con regularidad.

## Participe

Los padres pueden desempeñar una función importante en conseguir que las escuelas, los autobuses y las zonas de recreo sean lo más seguras posible. Consulte con los responsables de la escuela la posibilidad de elaborar una lista de comprobación anual sobre la seguridad en la escuela. Proponga al personal que aprenda las técnicas de primeros auxilios y la reanimación cardiopulmonar. Para obtener información adicional sobre la seguridad en la escuela, visite el sitio Web de la campaña nacional SAFE KIDS en la dirección [www.safekids.org](http://www.safekids.org) o la Comisión de Seguridad de Productos para el Consumidor en la dirección [www.cpsc.org](http://www.cpsc.org).

\* Fuente: Campaña nacional SAFE KIDS, [www.safekids.org](http://www.safekids.org).

\*\* Fuente: Administración Nacional de Seguridad de Tráfico en Carreteras, [www.nhtsa.gov](http://www.nhtsa.gov).



# School Safety

LESSONS FOR SAFETY



ChildrensHospitalLosAngeles  
International Leader in Pediatrics

**KOHL'S**  
expect great things

PARTNERS IN INJURY PREVENTION