



Salud del cerebro para niños

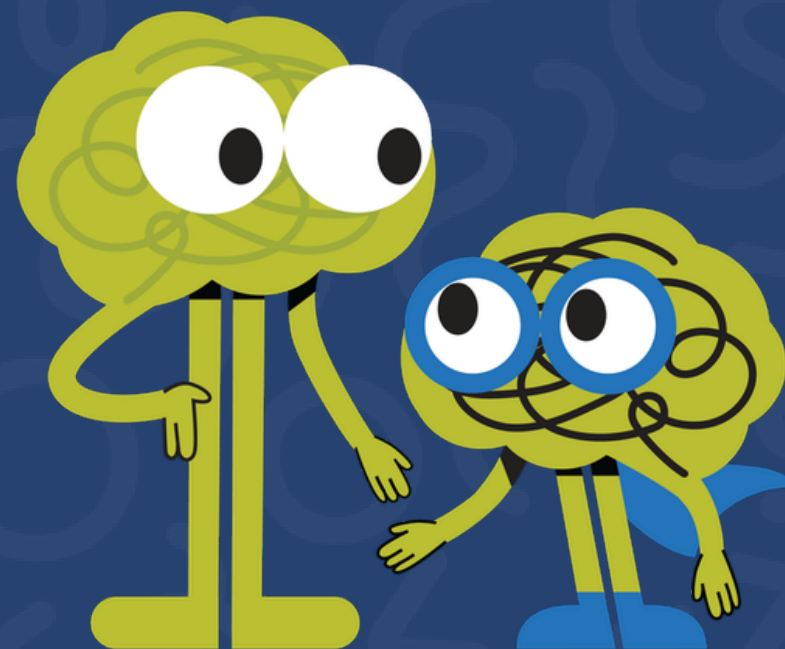
UN PROGRAMA DE LA ASOCIACIÓN DE
LESIONES CEREBRALES DE AMÉRICA

Manteniendo a los niños seguros de lesiones cerebrales
Consejos e información para padres

La información proporcionada en esta presentación no es un sustituto de la atención médica o profesional. Las preguntas sobre el diagnóstico y el tratamiento de una lesión cerebral deben dirigirse al médico o enfermero de su hijo.

Puedes ayudar a mantener el cerebro de
tu hijo/a sano y fuerte y ser un
Superhéroe de la Seguridad Cerebral
al...

1 Hablar con su hijo/a sobre por qué es importante proteger su cerebro.



- ✓ Recuérdales que su cerebro les ayuda a pensar, aprender, recordar, moverse y hacer todo lo que disfrutan.
- ✓ Al igual que los superhéroes protegen sus poderes especiales, ellos necesitan proteger su cerebro todos los días.

2 Revisando los peligros de caídas en su hogar.



- ✓ Instale protectores en las ventanas y use puertas de seguridad en la parte superior e inferior de las escaleras cuando haya niños pequeños cerca.
- ✓ Asegúrese de que el área de juegos de su hijo/a tenga material blando debajo, como virutas de madera o arena.

3 Asegurarse de que su hijo/a esté abrochado en cada viaje en automóvil según su edad y tamaño.



- ✓ Use un asiento de coche, asiento elevador o cinturón de seguridad, según sea apropiado para su edad y tamaño.
- ✓ Los cinturones de seguridad en los carritos de golf están diseñados para adultos. Por lo tanto, incluso con un cinturón de seguridad puesto, un niño puede caerse de un carrito de golf. Las caídas de los carritos de golf están relacionadas con lesiones graves en la cabeza y el cerebro entre los niños.

4 Preguntar al programa deportivo de su hijo/a sobre sus reglas de seguridad cerebral.



- ✓ Elige un programa deportivo que haga cumplir las reglas para la seguridad y evite ejercicios y jugadas que aumenten el riesgo de impactos en la cabeza.

5 Dando un ejemplo de cómo jugar seguro.



- ✓ Siempre use un casco al montar en bicicleta, y asegúrese de que su hijo/a haga lo mismo.
- ✓ Use un casco y equipo de seguridad mientras use vehículos todo terreno (ATV). Nunca permita que un niño menor de 16 años conduzca o viaje como pasajero en un ATV.
- ✓ Haga que toda la familia use un chaleco salvavidas mientras practique deportes acuáticos, como navegar en bote y nadar en un lago o en el océano.

Para obtener más consejos e información sobre lesiones cerebrales

Visite www.biausa.org/KidsBrainHealth

**O llame a la Asociación de
Lesiones Cerebrales de América
al [1-800-444-6443](tel:1-800-444-6443)**

