



# Choking and Strangulation Prevention



The majority of childhood suffocations, strangulations, and chokings occur in the home. As with most unintentional injuries and deaths, choking and strangulation incidents can be avoided by taking simple preventive measures.

## TIPS

- ✓ Strangulation and suffocation may occur in cribs that have older, unsafe designs. Before using a crib, look for a Juvenile Products Manufacturers Association certification seal indicating that the crib meets current safety standards.
- ✓ Ensure the crib has no missing, improperly placed, loose or broken hardware. Check the spacing between crib slats to ensure that the baby's body cannot slide through openings. Crib slats should be no more than 2 and 3/8 inches apart (about the width of a soda can). Old cribs with missing slats pose a significant hazard.
- ✓ Only use tight-fitting mattresses and mattress covers so the baby cannot become wedged between the mattress and the side of the crib or become entangled in the sheet.
- ✓ Children can strangle on window blind cords. It is important to make sure that all window blind cords are out of the reach of a child, and furniture is moved so a child is unable to reach the blind cord.
- ✓ Inspect the packaging of toys before purchasing them. Only allow children to play with toys that are labeled for their age level. Inspect old and new toys regularly for damage and loose or missing parts.
- ✓ Half of all toy-related deaths involve children choking on balloon pieces. Keep balloons out of the reach of children under 8 years old.
- ✓ Remove drawstrings from children's clothing. The strings can become entangled with playground equipment, bus doors, or cribs. Completely remove the hood and neck strings from all children's outerwear, including jackets and sweatshirts, up to size 12.
- ✓ Do not allow children to wear bicycle helmets on playgrounds. They pose a strangulation hazard for children because they can become stuck in openings on playground equipment. Also, to prevent strangulation, never allow children to wear necklaces, purses, scarves, or clothing with drawstrings on playgrounds.
- ✓ Learn First Aid and CPR.

**911** If you or someone you know is experiencing a life threatening injury or act of violence, please dial 911 immediately.

If you would like more information on injury and violence prevention education and information, call 1-800-732-8333 or email [ivp@vdh.virginia.gov](mailto:ivp@vdh.virginia.gov)



# Prevención del Atragantamiento y el Estrangulamiento



La mayoría de las asfixias, estrangulamientos y atragantamientos de niños ocurren en la casa. Al igual que con la mayoría de las lesiones y muertes accidentales, los incidentes relacionados con la asfixia y el estrangulamiento se pueden evitar tomando sencillas medidas preventivas.

## CONSEJOS

- ✓ La estrangulación y la asfixia pueden ocurrir en cunas que tienen diseños antiguos e inseguros. Antes de usar una cuna, busque el sello de certificación de la Asociación de Fabricantes de Productos Juveniles indicando que la cuna cumple con las normas de seguridad actuales.
- ✓ Asegúrese de que la cuna no tiene piezas que falten, estén colocadas de forma inadecuada, sueltas o rotas. Compruebe el espacio entre las barras de la cuna para asegurarse de que el cuerpo del bebé no se puede deslizar a través de la abertura. Las barras de la cuna no deben de estar separadas más de 2 pulgadas y 3/8 alrededor del ancho de una lata de soda). Las cunas antiguas a las que les falta un número significativo de barras, presentan un peligro significativo.
- ✓ Use solamente colchones y colchas que entren justo en la cuna para que el bebé no corra el riesgo de quedar atrapado entre el colchón y el costado de la cuna ni enredarse con la sábana.
- ✓ Los niños se pueden estrangular en las cuerdas de las persianas de las ventanas. Es importante asegurarse de que todas las cuerdas de las ventanas están fuera del alcance del niño y de que los muebles se apartan de modo que el niño no pueda trepar para alcanzar la cuerda de la cortina.
- ✓ Inspeccione el empaquetamiento de los juguetes antes de comprarlos. Sólo permita a los niños jugar con juguetes que estén etiquetados para su edad. Inspeccione los juguetes viejos y los nuevos de forma regular para asegurarse de que no hay daños o partes dañadas, sueltas o que falten.
- ✓ La mitad de todas las muertes relacionadas con juguetes se deben a niños que se ahogan con piezas de globo. Mantenga los globos fuera del alcance de los niños menores de ocho años de edad.
- ✓ Remueva los cordones de la ropa de los niños. Los cordones se enredan con el equipo de juego, puertas de autobús o cunas. Remueva completamente los cordones de las capuchas y el cuello de toda la ropa de los niños incluyendo chaquetas y sudaderas hasta la edad de 12 años.
- ✓ No permita que los niños lleven cascos de bicicleta en las áreas de juego. Presentan un peligro de estrangulamiento para los niños porque se pueden quedar atascados en aberturas del equipo de juego. También, evite el estrangulamiento, no permita nunca que los niños lleven collares, bolsos, bufandas o ropa con cordones en las áreas de juego.
- ✓ Aprenda a administrar primeros auxilios y resucitación cardiopulmonar.



Si usted o alguien que conoce está experimentando una lesión que amenace su vida o un acto de violencia, por favor marque al 911 inmediatamente.

Si desea más información sobre lesiones y educación en prevención de violencia e información, llame al 1-800-732-8333 o envíe un correo electrónico a [ivp@vdh.virginia.gov](mailto:ivp@vdh.virginia.gov)