



Fall Prevention for Children



Young children are at a high risk for fall related injuries. In Virginia, falls are a leading cause of injury related hospitalizations for children under age 4.

TIPS

- ✓ Never leave babies alone on any furniture, including beds, tables, sofas, or cribs and changing tables (with the guardrails down)—even if they have never rolled over before. Instead, put babies on the floor or in a crib with secured guardrails.
- ✓ More children are injured with baby walkers than with any other nursery product. Baby walkers can allow children to access stairways and areas of the home that may result in a fall.
- ✓ Install gates at top and bottom of stairs until children can climb up and down safely.
- ✓ Move chairs, cribs, beds, and other furniture away from windows. Children can quickly climb to window ledges or sills, and fall. Children can fall from windows opened as few as five inches.
- ✓ Safely secure windows with window guards or window stops to keep children from falling out of windows. Window screens are not designed to prevent falls. If you need to open windows, open them from the top – not the bottom.
- ✓ As babies get older and learn to sit and pull up to a standing position, lower the mattress in the crib. You should stop using the crib as soon as the top rails are less than 3/4 of the child's height.
- ✓ Modify slippery surfaces and remove hazards whenever possible.
- ✓ Secure area rugs and throw rugs by using a nonskid backing.
- ✓ Select play equipment that is safe for young children such as equipment that keeps children low to the ground.

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



Prevención de Caídas para Niños



Los niños pequeños tienen un alto riesgo de sufrir lesiones relacionadas con caídas. En Virginia, las caídas son la causa principal de hospitalizaciones relacionadas con lesiones en niños de 0 a 4 años de edad.

CONSEJOS

- ✓ No deje nunca a los bebés solos en ningún mueble, incluyendo camas, mesas, sofás o cunas o en mesas para cambiar a bebés (con las barandillas bajadas), incluso si nunca antes se han dado la vuelta. En vez de eso, ponga a los bebés el suelo o en una cuna que tenga barandillas aseguradas.
- ✓ Más niños resultan heridos con andadores que con cualquier otro producto para bebés. Los andadores pueden dar acceso a los niños a escaleras y áreas de la casa que pueden resultar en una caída.
- ✓ Instale puertas en la parte inferior y en la superior de las escaleras hasta que los niños puedan subir y bajar las escaleras con seguridad.
- ✓ Mueva las escaleras, cunas, camas y otros muebles lejos de las ventanas. Los niños pueden subir con rapidez a los alfeizares de las ventanas y caerse. Los niños pueden caerse de ventanas que estén abiertas tan sólo unas pocas pulgadas.
- ✓ Asegure las ventanas con barreras para ventanas o detenciones para ventanas para evitar que los niños se caigan por las ventanas. Las pantallas de las ventanas no están diseñadas para prevenir caídas. Si usted necesita abrir las ventanas, ábralas por la parte de arriba, no por abajo.
- ✓ A medida que los bebés crezcan y aprendan a sentarse y a ponerse de pie, baje el colchón en la cuna. Debe de dejar de utilizar la cuna tan pronto como los raíles de arriba sean de menos de 3/4 de la altura del bebé.
- ✓ Modifique las superficies resbalosas y remueva los peligros siempre que sea posible.
- ✓ Asegure las áreas con alfombras y alfombrillas utilizando un reverso antideslizante.
- ✓ Seleccione el equipo de juego que sea seguro para niños pequeños como equipo que mantenga a los niños cerca del suelo.



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