

# Caminar Seguro

## Mantener a los Peatones Jóvenes Seguros y en Forma

(E3—Safe Walking)

Child  
Safety  
Facts  
2020



### Por qué autos son peligrosos, especialmente a niños menores de 10 años

Las investigaciones revelan que:

- Los niños prestan atención a una sola cosa a la vez. Cuando están jugando, pueden olvidarse del tráfico.
- A menudo los niños actúan sin pensar.
- Los niños no entienden el peligro que representa un vehículo en movimiento. No pueden juzgar la velocidad de un vehículo que viene hacia ellos como los adultos pueden.
- Cuando los niños ven un vehículo, piensan que el conductor los puede ver y que puede detenerse por ellos.
- Los niños no son capaces de distinguir la dirección de donde proviene un sonido.
- A los conductores les resulta más difícil ver a los niños porque son muy pequeños.

Los niños pueden aprender los pasos necesarios para cruzar la calle en forma segura. Sin embargo, a menudo no hacen lo que los conductores esperan. Incluso los niños que saben cómo cruzar con seguridad pueden confundirse en el tráfico.

**Para consejos sobre seguridad infantil a edades específicas, vea el inverso.**

### Caminar es bueno para la salud de todos

Caminar en una área segura es una de las mejores maneras para mantener a los niños y adultos saludables. Caminar también permite que los niños más mayores adquieran independencia. Mientras caminan juntos, los padres pueden enseñar a sus hijos destrezas para caminar seguro.

### ¿Sabía Usted?

- Muchos padres piensan que los niños pequeños puedan cruzar las calles en forma segura mucho antes de que realmente estén listos. Sepa las capacidades de su niño. Los expertos dicen que niños no son capaces de tomar buenas decisiones en el tráfico hasta que al menos los 10 años.
- Cuando los niños son atropellados por autos, esto ocurre más frecuentemente cerca de sus hogares y en horas de la tarde. Algunos son atropellados en las paradas de autobuses, por vehículos que pasan ilegalmente su autobús escolar.
- La alta velocidad mata. Un persona que ha sido atropellado por un auto a una velocidad de 20 millas por hora, tiene un 5 por ciento probabilidad de morir. A 40 millas por hora, la probabilidad de morir aumenta a un 85 por ciento.

### Padres hacen la diferencia—Sea un maestro y buen ejemplo

**Enseñe a sus niños a caminar en forma segura** y déle un buen ejemplo. Muéstrole cómo cruzar las calles en forma segura (vea la página 2). Asegúrese de que aprenda a quedarse en la acera. En las calles donde no hay acera, enséñele a caminar en sentido opuesto al tráfico.

**Dígale “no” cuando su niño/a le ruega ir a cualquier sitio sin un adulto, si no está listo/a.** Busque otras cosas más seguras que él/ella puede hacer para sentirse independiente.

**Sepa cuánto puede confiar en sus niños mayores (10 años o más).** Usted debe decidir cuándo estén listos para ir caminando solos hacia distintos lugares, sin la compañía de un adulto.

**Identifique las rutas más seguras** a la escuela, al parque, a la biblioteca y a las casas de los amigos. (Vea National Center for Safe Routes to School en los *Recursos*, pág. 2.)

**Busque áreas seguras para que jueguen lejos de las calles, entradas a garajes o estacionamientos.** Los niños necesitan jugar activamente al aire libre, pero están en peligro si lo hacen cerca del tráfico.

**Asegúrese de que un adulto o adolescente confiable vigile atentamente a los niños menores de 10 años** cerca del tráfico. No espere que los niños menores de 12 o 13 años cuiden a los niños más menores cerca de las calles.

**Haga que los niños estén claramente visibles.** Deben vestirse con colores fluorescentes (brillantes) durante el día, y llevar ropa con reflectores cuando se oscurece.

**Al conducir, disminuya USTED la velocidad.**

Sea cauteloso en las calles de la vecindad o cerca de las escuelas y lugares de juego. Siempre deténgase cuando vea buses escolares con luces rojas parpadeantes. Trabaje con los vecinos para disminuir la velocidad del tráfico en las calles locales.



*Tome la mano de un niño cuando cerca de las calles o en un aparcamiento.*

Haga de Cada  
Paseo Un  
Paseo Seguro



**Los niños pequeños (de 1 a 3 años de edad)**

**Peligros:** Ser atropellados por un o que arranca mientras juegan en la entrada del garaje. Irse distraídos a la calle mientras caminan o juegan.

■ **Qué pueden hacer los padres:**

**Camine por alrededor de su auto** antes de subirse. Asegúrese de que no haya niños detrás o en frente del automóvil.

**Busque lugares cercados** donde los niños puedan jugar en forma segura. Manténgalos alejados de las calles, entradas de vehículos o callejones. Siempre vigíelos de cerca.

**Siempre tome de la mano** a su hijo mientras camina, cruza la calle, y en lotes de aparcamiento.

**Los pre-escolares (de 3 a 5 años de edad)**

**Peligros:** Correr repentinamente a la calle, camino o callejón mientras jugando.

■ **Qué pueden hacer los padres:**

**Busque áreas de juego seguras** para los niños, tales como un parque o un patio escolar. ¡Manténgase alerta, vigilando a sus hijos mientras juegan!

**Tómelos de la mano** mientras caminan y cruzan la calle. Enseñe a los niños cómo mantenerse en alerta para que vean los vehículos.

**Los niños de la escuela primaria temprana (de 6 a 9 años de edad)**

**Peligros:** Correr repentinamente a la calle mientras jugando o caminando. Cruzar la calle sin la ayuda de un adulto o niño mayor. Caminar a la escuela y de regreso, especialmente solo o por calles con mucho tráfico.



■ **Qué pueden hacer los padres:**

**Dése cuenta que su niño parece saber cómo cruzar pero es demasiado joven para hacerlo sin ayuda. Practique el cruce seguro de las calles en forma conjunta.**

**Utilice aceras.** En áreas donde no hay aceras camine por el lado de la calle cara al tráfico.

**Si su hijo camina a la escuela,** asegúrese de que lo haga con un adulto o con un niño mayor (del 4º grado o mayor). Asegúrese de que su hijo obedezca al niño mayor. Enséñele a hacer lo que digan los guardias de cruces escolares y que usen los pasos de cruce.

**Si su hijo toma el autobús escolar,** asegúrese de que un adulto esté con él en la parada del autobús. Una parada de autobús es peligrosa. Puede que un auto o bus le atropelle. En la tarde un adulto debe esperar la llegada del autobús. Si deben cruzar la calle al bajarse del autobús, asegúrese de que sigan las instrucciones del conductor. Deben cruzar por delante del autobús, cuando se les diga que vayan. Enséñeles a mirar por si vienen vehículos que pudieran pasar al autobús.

**Los niños mayores de la escuela primaria (de 10 a 12 años de edad)**

**Peligros:** Creer que no se pueden dañar. Estar confundido en calles muy activos. Caminar a oscuras, o escuchar música o hablar por celular.

■ **Qué pueden hacer los padres:**

**Ayude a su hijos a juzgar** dónde y cuándo cruzar con seguridad. Asegúrese de que sepan acerca de las señales de tráfico. En las esquinas, enséñeles a mirar por encima de los hombros para ver si hay autos que doblen. Recuérdeles a que presten atención a sus alrededores.

**Asegúrese que los niños se vistan** en ropa con reflectores cuando caminan por la noche y en la madrugada. Los peatones son muy difíciles de distinguir en la oscuridad.



Los niños pequeños que juegan en la salida del garaje corren peligro de un vehículo que de marcha atrás.

**Cómo cruzar la calle en forma segura\***

**Hable con su hijo acerca de estos pasos al practicar a cruzar.**

1. Deténganse en el borde de la calle.
2. Si están cerca de una esquina, vayan hasta ahí para cruzar. Use el paso de cruce al ser posible.
3. Cruzen la calle en un lugar donde puedan ver la calle en ambas direcciones (no en una curva o cuando la vista está bloqueada). Así los conductores le pueden ver mejor.
4. Mire hacia los dos lados para asegurarse de que no vengam vehículos. En una esquina, mire en todas direcciones. Mire para ver si hay vehículos que doblen.
5. Si un conductor parece ir más despacio, mírelo a los ojos. Asegúrense de que los vea y de que se detenga antes de que crucen.
6. Caminen —no corran— al cruzar la calle cuando no venga tráfico. Sigam mirando hacia la izquierda y la derecha a medida que avanzan.

\* Los niños menores de 10 años deben siempre cruzar con un adulto, o con un niño mayor que sea responsable.

**Recursos**

**American Academy of Pediatrics:**

[www.healthychildren.org](http://www.healthychildren.org)

(busque "pedestrian")

**National Center for Safe Routes to School:**

[www.saferoutesinfo.org](http://www.saferoutesinfo.org)

**National Highway Traffic Safety Admin.**

[www.nhtsa.gov](http://www.nhtsa.gov) (busque "pedestrian")

**Safe Kids Worldwide:** [www.usa.safekids.org](http://www.usa.safekids.org)

(busque "pedestrian")

**Walk to School Day**

[www.walkbiketoschool.org](http://www.walkbiketoschool.org)