

Caminar Seguro

Mantener a los Peatones Jóvenes Seguros y en Forma

(E3–Safe Walking)

Child
Safety
Facts
2026



Por qué autos son un peligro a niños, especialmente 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. Pero necesitan mucho tiempo de práctica, con supervisión. 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?

- Los expertos dicen que niños no son capaces de tomar buenas decisiones en el tráfico hasta que al menos los 10 años. Muchos padres piensan que los niños pequeños puedan cruzar las calles en forma segura mucho antes de que realmente estén listos.
- 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.

Sea un maestro y buen ejemplo al caminar

Enseñe a los niños a caminar en forma segura. Muéstrelos cómo cruzar las calles en forma segura (vea la página 2). Diles que usen las aceras. En las calles donde no hay aceras, enséñales a caminar en sentido opuesto al tráfico y lo más lejos posible del los coches.

Dígale “no” cuando su niño/a le ruega ir a cualquier sitio sin un adulto, si él/ella no está listo/a. Busque otras cosas más seguras que hacen que ellos se sientan independientes.

Sepa cuándo es seguro que niños mayores caminen en solos (10 años o más). Usted debe decidir cuándo están realmente listos para ir caminando solos hacia lugares, sin la compañía de un adulto.

Identifique las rutas más seguras hacia los lugares a los que se dirigen, como 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.



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

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.

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:

Asegúrese de que no haya niños detrás o en frente de su coche. Dé la vuelta completa al vehículo antes de subirse. Utilice una cámara de visión trasera siempre que sea posible.

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.

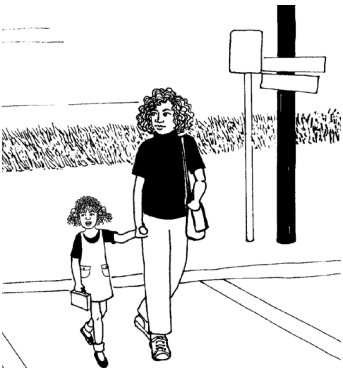
■ Qué pueden hacer los padres:

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.



Enseñe a los niños a mirar a la izquierda, a la derecha —y luego nuevamente a la izquierda— antes de cruzar la calle.

■ Qué pueden hacer los padres:

Dese cuenta que su niño parece saber cómo cruzar pero es demasiado joven para hacerlo sin ayuda.

Sigan practicando cruzar la calle juntos.

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, siempre debe ir acompañado de un adulto o de un niño mayor de confianza (del 7° grado o mayor). Asegúrese de que su hijo les obedezca. Enséñele a hacer lo que digan los guardias de cruces escolares y que usen los pasos de cruce.

Tenga mucho cuidado con las paradas de autobús.

Los niños pueden ser atropellados por su propio autobús o por un coche que pase. Asegúrese de que siem-

pre haya un adulto presente para supervisar a los niños en la parada del autobús, tanto por la mañana como por la tarde. Si los niños tienen que cruzar la calle, deben seguir las instrucciones del conductor. Deben cruzar por delante del autobús cuando se les indique. Enséñeles a estar atentos a los coches que pasan junto 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 poco luz, como por la tarde, la madrugada, o mal tiempo. Es difícil ver a los caminantes cuando está oscuro.



Los niños pequeños que juegan en la entrada 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.

- Use el paso de cruce al ser posible.
- Evite cruzar junto a autos aparcados. Si no puede, asegúrese que el motor no está en marcha antes de pasar a la calle.
- Cruce 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.
- En un lugar seguro, siga esto pasos:
 1. Deténgase en seco al borde de la calle.
 2. Mire hacia los dos lados para asegurarse de que no avancen autos. En una esquina, mire en todas direcciones para ver si hay vehículos que doblan.
 3. Si un conductor parece ir más despacio, mírelo a los ojos. Asegúrese de que le vea y de que se detenga antes de cruzar.
 4. Camine —no corra— al cruzar la calle cuando no venga tráfico. Siga mirando hacia la izquierda y la derecha a medida que avanza.

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

Recursos

American Academy of Pediatrics:

www.healthychildren.org
(busque "pedestrian")

National Center for Safe Routes to School:

www.saferoutesinfo.org

National Highway Traffic Safety Admin.

www.NHTSA.gov (busque "pedestrian")

Safe Kids Worldwide:

www.safekids.org/walking

Walk to School Day:

www.walkbiketoschool.org