



Seguro sobre ruedas

Patineta, patín del diablo (motoneta), bicicleta, patines

Use un casco. Es la forma más efectiva de reducir la posibilidad de lesiones en la cabeza y la muerte por accidentes. Se ha demostrado que los cascos correctamente ajustados reducen el riesgo de lesiones en la cabeza a la mitad.

Añada almohadillas. Además de un casco, añada coderas, muñequeras y rodilleras para más protección. Compruebe que estén ajustadas correctamente a medida que los niños crezcan.

Revise el equipo. Antes de montar en bicicleta, infle las llantas y compruebe que los frenos funcionen. Antes de andar en patines del diablo, patines y patinetas, revise si hay grietas y piezas sueltas o rotas.

Planifique su ruta. Ande en lugares seguros, como aceras, senderos o carriles para bicicletas, siempre que sea posible. Los patines del diablo y patinetas deben usarse en superficies secas y en áreas bien iluminadas lejos del tráfico.

Esté alerta. Asegúrese de saber cómo observar activamente los autos mientras conduzca vehículos con ruedas. Asegúrese de mirar a la izquierda, derecha e izquierda de nuevo antes de cruzar la calle. Guarde el teléfono y los auriculares para no distraerse.

¿Le queda bien el casco?

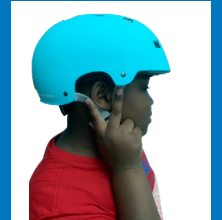
Ojos

Póngase el casco plano sobre la cabeza. Mire hacia arriba. Debería poder ver el borde inferior del casco. Solo debe haber de uno a dos dedos de ancho desde la parte superior de las cejas y el borde inferior del casco.



Orejas

Sostenga dos dedos. Las correas deben formar una "V" debajo de sus orejas cuando se abrochen. Ajuste las hebillas para que estén justo debajo sus orejas.



Barbilla

Debe poder poner dos dedos planos entre la correa y la barbilla. ¿El casco está ajustado? Si no, apriete las correas.



childrenswi.org/safetycenter
safetycenter@childrenswi.org

