

EN ESTAS VACACIONES
TU RESPONSABILIDAD

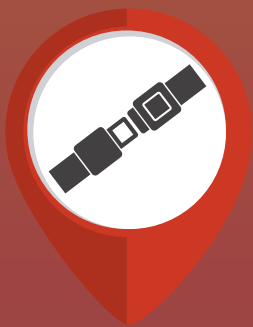
salva vidas



EN ESTAS VACACIONES TU RESPONSABILIDAD SALVA VIDAS

La prevención de accidentes en vacaciones de verano es fundamental para que toda tu familia tenga una grata experiencia. Se trata de una temporada de descanso y recarga de energías. En ella, los niños pasan más tiempo en casa y muchos trabajadores solicitan algunos días libres para descansar. Sin embargo, las medidas de prevención no deben olvidarse en estas fechas. Al contrario, es fundamental trasladar las buenas prácticas de seguridad y salud a casa, o bien, al espacio donde decidas pasar tus vacaciones y las de tu familia. Con ello en mente, la Coordinación Estatal para la Prevención de Accidentes (COEPRA) te comparte información para cuidarte en las próximas semanas.

SI VA A SALIR DE LA CIUDAD



- Antes de salir a carretera es importante que revises el estado mecánico de tu vehículo.
- Utiliza siempre el cinturón de seguridad.
- Si viajas con niños utiliza los Sistemas de Retención Infantil.
- Respeta los límites de velocidad.
- Si tomas alcohol, pasa el volante.
- Respeta siempre al peatón.
- Lleva consigo un botiquín de primeros auxilios y un estuche de herramientas.





EN LOS CENTROS VACACIONALES

- Ubica el puesto de emergencias del lugar donde va a vacacionar.
- Si viajas con niños, asegúrate de hacer todas las actividades junto a ellos.
- Evita correr junto a albercas o pisos mojados.
- Ten en cuenta que nadar en presas, lagunas, ríos y lugares donde no hay vigilancia puede ser peligroso, evítalo.
- Si realizas deportes extremos, hazlo con el equipo necesario y con una empresa establecida.



EN LA CALLE O EN LUGARES PÚBLICOS

- Camina por la banquetta.
- Cruza la calle en las esquinas, pasos peatonales, puentes peatonales o semáforos peatonales.
- Antes de cruzar voltea a ambos lados.
- Lleva a los niños de la mano y lo más alejados al arroyo vehicular.



EN EL HOGAR

- Mantén a los niños vigilados en todo momento y evita que jueguen en la cocina.
- Guarda medicamentos y sustancias químicas bajo llave o en repisas altas, así como en sus envases originales.
- Pon especial cuidado cuando los pisos están mojados. Es recomendable tener materiales antideslizantes en las bañeras o regaderas para reducir el riesgo de caídas.
- Evita tener objetos en el suelo con los que puede ser fácil tropezar.
- Deja bien tapados pilas y albercas.
- Vigila a los niños cuando jueguen en tinas, albercas o inflables.
- Mantén en buen estado los enchufes y tápalos si no se utilizan.