

Consejos Para Dormir Sin Peligro

SafeSleep.org

SPSC
Sleep Products
Safety Council

Para proteger a su familia de los incendios...

Mantenga los fósforos y encendedores fuera del alcance de los niños y en un lugar con seguro, tal como una gaveta o gavinete.

Busque debajo de las camas y en los armarios (closets) fósforos quemados, lo cuales son evidencia de que sus hijos han estado jugando con fuego.

Mantenga las velas encendidas lejos de la cama, cortinas, ropa de dormir (pijamas) y cualquier otra cosa que pueda encenderse con facilidad.

No fume en la cama

Mantenga las sábanas, ropas, cortinas, y otros objetos inflamables por lo menos a 3 pies (1 metro) de distancia de calentadores portátiles.

No guarde colchones viejos en la casa o en el garage: éstos presentan un riesgo de incendio.

Asegúrese de que cada persona en la familia conozca por lo menos dos rutas de escape desde sus dormitorios y póngalas en práctica con frecuencia.

Instale y mantenga una alarma detectora de humo en cada piso de su hogar, preferiblemente frente a la puerta de cada dormitorio. Cambie las baterías una vez al año.

Enseñe a sus niños a “detenerse, tirarse al suelo y echarse a rodar” si su ropa se incendia.

Para ayudar a que sus hijos duerman seguros... Quitar y botar la cubierta plástica del colchón; el niño puede enredarse en el plástico y asfixiarse. Nunca permita niños menores de seis (6) años en una cama de dos niveles (camarote).

Use siempre una sábana diseñada para colchones de cuna que se asegure firmemente al colchón y alrededor de las esquinas.

Coloque a su bebé de espaldas mientras duerma, según lo recomienda la Academia Americana de Pediatría (American Academy of Pediatrics).

Coloque a su bebé en cunas que cumplan con las normas de seguridad vigentes; use un colchón que quepa ajustado en la cuna.

Nunca deje a un bebé en un colchón diseñado para adultos; el bebé puede asfixiarse si quedar atrapado entre el colchón y la pared, el marco de la cama, o los espaldares de la cama.

Nunca duerma en la misma cama con un bebé; un adulto, al darse vuelta encima, puede sofocar al bebé.

ADVERTENCIA: La causa principal de incendios en el hogar es debido a niños que juegan con fósforos, encendedores y velas.

Las Normas Federales Sobre Inflamabilidad de Colchones (The Federal Mattress Flammability Standard), requiere que todos los colchones

sean resistentes a incendiarse por cigarrillos encendidos. El Boletín Técnico 603 de California (California Technical Bulletin 603) requiere que los colchones vendidos en California resistan a incendiarse cuando estén expuestos a llamas de fuego. El fabricante certifica que cumple tanto con las Normas Federales y las Normas de California Sobre inflamabilidad de Colchones. Pero su colchón NO es a prueba de fuegos. Mantenga a su familia segura. Usted puede prevenir fuegos en su casa.

Los incendios pueden ocurrir si el colchón, la base/somier, o las sábanas llegan a tener contacto directo con una llama, tal como un fósforo, un encendedor o una vela. Al incendiarse, algunos materiales del colchón pueden quemarse rápidamente y emitir gases tóxicos.

Estos mensajes de seguridad de SPSC están avalados por:

[American Academy of Pediatrics](#)

[Fire Prevention Alliance](#)

[National Association of State Fire Marshals](#)

[U.S. Consumer Product Safety Commission](#)

[U.S. Fire Administration](#)

SPSC es una organización sin fines de lucro (patrocinada en parte por el fabricante de este colchón) dedicada a crear ambientes sanos y seguros para dormir.