

Seguridad con las bicicletas

¿Has protegido hoy tu cabeza?

Usa casco.



 The Children's Hospital of Philadelphia®
Hope lives here.

Las bicicletas se relacionan con las lesiones infantiles en mayor medida que cualquier otro producto de consumo, exceptuando el automóvil.


- Asegúrese de que su hijo use casco siempre que ande en bicicleta, patines o patineta.
- Mida la cabeza de su hijo antes de comprar un casco. Luego, cerciórese de comprar el tamaño adecuado.
- Asegúrese de que los niños usen los cascos correctamente; los cascos flojos podrían no proteger la cabeza de un niño en un accidente.
- El casco debe asentarse en el centro de la cabeza y no esplazarse de adelante hacia atrás o de un lado al otro.
- Ajuste bien la correa del mentón por debajo del mentón.
- Asegúrese de que su hijo ande en una bicicleta del tamaño adecuado.
- Revise la bicicleta para asegurarse de que funcione correctamente. Esto incluye revisar los frenos, la cadena, el manubrio y el asiento para verificar que no haya problemas.



Enseñe a su hijo estas reglas:

- Andar en la misma dirección del tránsito, por el lado derecho del camino.
- Usar la mano para indicar antes de girar.
- Cruzar la calle por la senda peatonal caminando al lado de la bicicleta.
- Andar en fila, uno detrás del otro.
- Usar luces en la bicicleta.
- Usar colores brillantes de manera que otras personas y otros conductores puedan verlo.

Programa de Kohl para la prevención de las lesiones infantiles

 The Children's Hospital of Philadelphia®
Hope lives here.

Para obtener más información sobre la seguridad de sus hijos y futuros eventos familiares, visite www.chop.edu/childsafety.