

Cómo prevenir la PCR

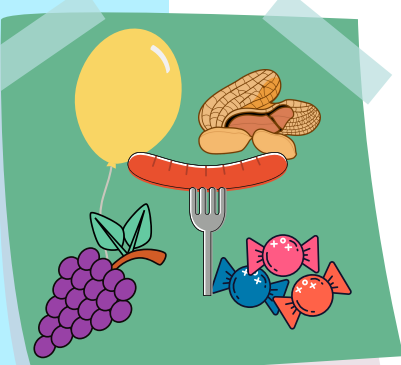


1. Muerte súbita del lactante

- Dormir boca arriba.
- No usar colchones o almohadas demasiado blandos. No cubrir la cabeza ni arropar demasiado.
- No exponer a humo de tabaco.
- Usar chupete.

2. Accidentes

- Mobiliario adecuado (evitar literas, distancia y altura de los barrotes de la cuna adecuado).
- Juguetes para su edad.
- Seguridad en los enchufes y ventanas.
- Sustancias tóxicas y fármacos fuera de su alcance.
- Cuidado con las quemaduras y los objetos que corten en la cocina.
- No dejarlo sólo mientras se baña o en el cambiador.
- No dejar objetos peligrosos a su alcance (atragantamientos, cortes...)
- Uso de sistemas de retención adecuados en el coche.
- Uso del cinturón de seguridad.
- Uso de casco en la motos, la bicicleta, patinete...
- Cuidado en piscinas y playas.
- Evitar la ingesta de frutos secos, caramelos, uvas, salchichas...
- Evitar que inflen globos.
- Mientras comen, que estén sentados, que no se rían ni lloren.



3. Saber cuando acudir a urgencias si mi hijo está enfermo



- No respira bien: respira demasiado rápido o lento, se le hunden la costillas, hace ruidos al respirar...
- La sangre no circula bien: la piel está pálida, fría, moteada. El pulso va muy rápido o muy lento. Deja de hacer pipí.
- Si está confuso y/o adormilado o llora mucho.