

## AYUDANDO A LOS NIÑOS A APRENDER HABILIDADES DE SEGURIDAD PEATONAL: Visión general para padres y encargados de niños

El caminar es una manera divertida y saludable de pasar el tiempo con su hijo(a). Usted es el ejemplo más importante para que su hijo(a) camine de manera segura. Los niños aprenden observando a otros, así que su comportamiento como peatón seguro es la mejor manera de enseñar estas valiosas lecciones. Considere estos consejos cuando camine con su hijo:

1. Obedezca todas las señales de tráfico y los semáforos.
2. Escoja rutas que tengan espacios para caminar, la menor cantidad de tráfico y las velocidades más bajas.
3. Observe el tráfico en todas las intersecciones.
4. Si es posible, cruce en una zona peatonal o en una intersección con señalización peatonal.
5. Pare en la banqueta y observe si hay tráfico en todas direcciones (hacia la izquierda, derecha, izquierda, frente y atrás). En una intersección es importante mirar hacia adelante y atrás para ver si existen automóviles que estén dando vuelta. La segunda mirada hacia la izquierda es para comprobar que no haya tráfico a su alrededor.
6. Espere hasta que no haya tráfico a su alrededor y comience a cruzar; siga observando el tráfico mientras cruce la calle.
7. No corra. Siempre cruce caminando.
8. Lleve equipo reflector si está oscuro o si la visibilidad es limitada como cuando haya lluvia o nieve.
9. Mientras camine, hable con su hijo(a) acerca de lo que están haciendo y el por qué lo están haciendo.

Aunque sea seguro cruzar la calle o tomar otras decisiones mientras camina, es posible que su hijo(a) no entienda el por qué sea seguro. Para ayudarlo a entender y a obtener experiencia caminando de una manera segura, camine con su hijo(a) cada vez que pueda y explíquele sobre cómo caminar cerca y alrededor del tráfico.

Como conductor, usted también puede darle ejemplo a sus hijos de cómo comportarse de una manera segura. Respete a los peatones y mientras maneje, enséñele a su hijo acerca de las señales, semáforos u otras reglas de tráfico.



### Cómo escoger la ruta más segura

1. Escoja la ruta con menos calles que cruzar.
2. Evite cruzar las calles más transitadas o de velocidad alta.
3. Escoja lugares que tengan aceras cuando sea posible. Si no existen, la camine lo más lejos del tráfico que sea posible por su derecha, con vista hacia el tráfico inminente.

Asegúrese de siempre seguir la misma ruta cuando camine con su hijo hacia su destino.

## Desarrollando las habilidades peatonales

La habilidad de los niños de entender y de tomar decisiones acerca de dónde caminar y cruzar la calle es diferente a diferentes edades.

### Niños de cuatro a seis años

1. Tienen experiencia muy limitada lo cual hace difícil para ellos saber dónde o cuándo es seguro cruzar la calle.
2. No saben estimar la velocidad del tráfico que se acerca.
3. Pueden perder la concentración fácilmente.
4. Pueden tener dificultad para mantenerse enfocados en una tarea, así como cruzar la calle.

#### Caminen Juntos

Ya que los niños de cuatro a seis años todavía están aprendiendo sobre lo que significa ser seguro, ellos deben estar acompañados de adultos quienes harán de su seguridad, su prioridad. La mejor manera para que los niños aprendan sobre las habilidades peatonales, es el caminar con un adulto y repetir los ejercicios.

### Niños de siete a nueve años

1. Necesitan supervisión mientras aprenden habilidades peatonales más complicadas.
2. Pueden empezar a identificar sitios seguros por dónde cruzar con ayuda y práctica.
3. Pueden empezar a aprender cómo identificar si hay tráfico y pueden enfocarse en practicar a cruzar la calle con ayuda.

#### Enseñe habilidades para toda la vida

Esta es la edad perfecta para enseñarle a los niños lecciones para toda la vida de cómo comportarse como peatones seguros. Los niños de siete a nueve años pueden empezar a aprender lecciones más complicadas de seguridad peatonal. Aunque sean mayores, los niños siempre deben estar acompañados de un adulto cuando caminen cerca o alrededor del tráfico. La mejor manera para que los niños aprendan sobre las habilidades peatonales, es el caminar con un adulto y repetir los ejercicios.

### Niños mayores de diez años

1. Necesitan instrucciones específicas y ejemplos mientras aprenden lecciones de seguridad peatonal más avanzadas.
2. Pueden identificar sitios seguros donde cruzar con ayuda y práctica.
3. Con ayuda y práctica, pueden identificar el tráfico y mantenerse enfocados mientras crucen la calle.

#### Encuentre un balance entre ser independiente y la supervisión

Los niños mayores de diez años pueden gradualmente aprender lecciones de seguridad peatonal más complicadas. Aunque sean mayores, deben estar acompañados de un adulto cuando caminen cerca de o alrededor del tráfico, hasta que demuestren consistentemente buenas habilidades de seguridad peatonal. La mejor manera para que los niños aprendan es practicar las lecciones de seguridad peatonal con un adulto. A medida que los niños crezcan, revise de nuevo estos temas de seguridad con frecuencia para asegurarse los niños conllevan un comportamiento peatonal seguro.

## ¿Cómo puede ayudar?

Usted puede ayudarle a sus hijos hablando con ellos y demostrándoles cómo comportarse como un peatón seguro. Considere éstos consejos:

1. Camine con su hijo(a) para demostrarle buenos comportamientos de seguridad peatonal.
2. Camine con su hijo(a) para ayudarle a escoger el trayecto más seguro en las rutas más usuales (como el caminar hacia la escuela). Explíquelo la importancia de siempre seguir la misma ruta.
3. Pare en cada acera y hable con su hijo(a) acerca de la importancia de parar y mirar en todas direcciones antes de cruzar para comprobar que no haya tráfico.
4. Explíquelo a su hijo(a) sobre la importancia de esperar hasta que no haya tráfico en ninguna dirección antes de cruzar la calle juntos. Si están en una intersección con una señal peatonal, explíquelo el por qué debe esperar hasta que aparezca la señal de caminar, y antes de cruzar, el por qué debe parar y mirar en todas direcciones para comprobar que no haya tráfico.
5. Mientras crucen, ayúdele a su hijo(a) a mantenerse enfocado en cruzar con seguridad tomándole de la mano y caminando directamente al otro lado de la calle.