

# Seasonal Safety: Playground Heat, Winter Ice, and Outdoor Hazards Meeting Kit – Spanish



## QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Jugar al exterior es esencial para la salud física, la regulación emocional y el aprendizaje de los niños. Les ayuda a desarrollar sus habilidades motoras, su confianza y su desarrollo social. Sin embargo, los entornos al aire libre cambian constantemente. El clima, la temperatura y las condiciones estacionales pueden generar rápidamente peligros como el calor, el hielo o superficies de juego inseguras. Los peligros estacionales son especialmente peligrosos en las guarderías, ya que los niños no reconocen los riesgos de la misma manera que los adultos.

## CUÁL ES EL PELIGRO

Los peligros estacionales plantean riesgos predecibles que, sin embargo, pueden pasarse por alto fácilmente durante los momentos de juego activo al aire libre.

**Calor y Deshidratación:** Los niños pequeños son más vulnerables a las enfermedades relacionadas con el calor porque sus cuerpos regulan la temperatura con menos eficacia que los de los adultos. Cuando hace calor o hay humedad, los niños pueden sufrir un golpe de calor o deshidratarse rápidamente, sobre todo cuando están activos y concentrados en el juego.

**Superficies Calientes y Quemaduras:** Los equipos de los parques infantiles pueden calentarse rápidamente al sol. Los toboganes de metal, los revestimientos de caucho y los materiales oscuros pueden calentarse lo suficiente como para quemar la piel en menos de un minuto.

**Lesiones por Resbalones y Caídas:** Las condiciones estacionales, como las hojas mojadas, el lodo, el hielo o el terreno irregular, aumentan el riesgo de caídas.

**Exposición al Frío:** Los niños pierden calor corporal más rápido que los adultos. La ropa mojada, el viento y las bajas temperaturas pueden provocar estrés por frío y malestar. El hielo y el suelo helado también aumentan la probabilidad de lesiones relacionadas con caídas.

**Clima Impredecible:** Los cambios climáticos repentinos, como vientos fuertes, tormentas o cambios rápidos de temperatura, pueden crear rápidamente condiciones inseguras al aire libre.

# COMO PROTEGERSE

## Cómo Gestionar los Riesgos Estacionales

Una seguridad estacional eficaz depende de la previsión, la observación y la flexibilidad. Las condiciones al aire libre pueden cambiar rápidamente.

### Reaccione Rápidamente ante los Cambios Meteorológicos

Los vientos fuertes, los rayos, las lluvias intensas o las tormentas repentinas requieren una actuación inmediata. Lleve a los niños al interior ante el primer indicio de condiciones meteorológicas adversas. Las rutinas ensayadas ayudan a garantizar que las transiciones se realicen de forma rápida, tranquila y segura

### Prepárese para el Calor y el Sol

- Ofrezca descansos frecuentes para beber agua y fomente la hidratación antes de que los niños sientan sed.
- Programe el juego al aire libre durante las horas más frescas del día, siempre que sea posible.
- Utilice estructuras de sombra, sombra natural, sombreros y ropa ligera.
- Compruebe siempre las superficies del patio de recreo con la mano antes de permitir su uso.
- Esté atento a los primeros signos de estrés por calor, como enrojecimiento de la piel, irritabilidad, mareos, disminución de la actividad o silencio repentino.

### Protéjase Contra la Exposición a los Rayos UV

La radiación UV puede afectar a los niños incluso en días nublados. Las rutinas de uso de protector solar deben seguir las políticas del centro y contar con el permiso de los padres. Fomente el uso de ropa protectora, sombreros y descansos regulares a la sombra.

### Maneje las Estaciones de Transición

El otoño y la primavera suelen presentar peligros impredecibles. Las hojas mojadas pueden volverse extremadamente resbaladizas, y el suelo embarrado o blando aumenta el riesgo de caídas. Después de la lluvia o el deshielo, inspeccione cuidadosamente las áreas de juego. Ajuste las actividades, limite el acceso a las áreas de riesgo y recuerde a los niños que reduzcan la velocidad y caminen en lugar de correr sobre superficies inestables.

### Seguridad en Invierno y Control del Hielo

- Antes de jugar al aire libre, recorra el patio de juegos para verificar si hay placas de hielo, charcos congelados o nieve compactada. Eche sal o arena, o bloquee las zonas inseguras, en lugar de confiar únicamente en advertencias verbales.
- Esté atento a los signos de estrés por frío, como temblores, piel pálida, dedos entumecidos, movimientos lentos o un silencio inusual. Adapte el tiempo al aire libre en función de la temperatura y la sensación térmica.
- Tenga cuidado con los equipos del patio de juegos. Las superficies de metal y plástico pueden volverse resbaladizas o dolorosamente frías, así que cambie a actividades más seguras a nivel del suelo cuando las condiciones lo requieran.

## CONCLUSIÓN

Los riesgos estacionales son predecibles, pero solo si les prestamos atención. Cuando los educadores observan atentamente las condiciones, planifican con antelación y actúan a tiempo, el juego al aire libre sigue siendo seguro, enriquecedor y divertido durante todo el año.

