

PROTECCIÓN Y SEGURIDAD

SUPLEMENTO DE AUTO-
PROTECCIÓN DE



Número 01 Año 1 Querétaro, Qro. México Registro INDAUTOR en trámite N° 011863/94/1 Director General: Víctor Baeza

¿CÓMO PROTEGERNOS?

Por costumbre, mucha gente dice al despedirse: "Cuídate mucho".

Es un buen deseo que no nos indica "cómo", ni "qué hacer para cuidarse de tantos peligros que nos asechan desde que somos bebit@s.

¿Qué hacer si estamos a punto de caer, por habernos tropezado?

¿Qué hacer si nuestro hermanito se acerca a la plancha caliente, mientras mamá apaga la estufa para que no se quemen los frijoles?

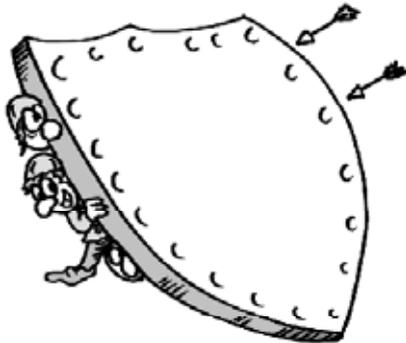
¿Qué hacer cuando cruzamos una avenida y un auto a toda carrera dio una vuelta prohibida y está a punto de atropellarnos?

¿Debemos comer los tacos a la salida de la escuela, a pesar que alguno de nuestros compañeros se enfermó dos días antes con esos mismos tacos?

¿Cómo resolver la amenaza de un grandote que quiere sonarnos a la salida de la escuela?

El famoso "Cuídate mucho" no nos "ayuda mucho".

Por eso debemos platicar con nuestros padres y maestros, para que nos indiquen algunas soluciones que cono-



cen, pues ellos pasaron también por muchos peligros y su experiencia nos guiará para aprender a auto-protegernos.

La auto-protección consiste en saber prevenir posibles incidentes o accidentes que nos dañen.

Si estamos a punto de caer, recordemos que los deportistas no se resisten a la caída, sino que "la acompañan" con todo el cuerpo, para suavizar el golpe.

Si nuestro hermanito se acerca a la plancha, debemos interponernos entre él y el artefacto caliente, sin exponernos nosotros mismos.

Si un auto dio vuelta y viene hacia nosotros, debemos correr hacia la banqueta más cercana que tengamos ante nosotros.

No debemos exponernos a una infección, cuando ya hay un antecedente. La comida callejera no es buena para la salud.

En el caso de un abusivo grandulón, lo mejor es tratar de hacer amistad, o de plano, reportarlo en la dirección y comentarlo con nuestros padres, para que hablen con los padres del abusón.

Por supuesto que hay casos en los que no da tiempo a pensar, pero si antes platicamos con quien sabe, el sólo hecho de haber escuchado un caso, nos ayudará a prevenir ese tipo de casos.

Aun así, son cientos los peligros que nos asechan a cualquier hora y en cualquier lugar. Prevengámonos.