



Hacer excursiones con niños pequeños puede proporcionar estupendas oportunidades de aprendizaje que enriquezcan y amplíen su programa de estudios—¡pero las excursiones no son para los que tienen un corazón débil! Sin embargo, tanto adultos como niños pueden disfrutar de unas excursiones seguras si se planean bien, se lleva el número de personal adecuado y se tiene un espíritu de aventura. Más abajo encontrará información importante que debería considerar cuando haga excursiones con niños pequeños.

### **Infórmese sobre el lugar de su destino antes de salir**

Antes de seleccionar un lugar, los proveedores de cuidado infantil / los maestros deberían preguntarse la razón por la que llevan a los niños a esa excursión. ¿Es ésta una actividad que sólo se puede hacer fuera del centro de cuidado infantil, como una visita a un teatro infantil? ¿O podría hacerse la actividad en el centro? Por ejemplo, si usted quisiera que los niños aprendan cosas sobre los bomberos, podrían visitar una estación de bomberos de su zona o podría pedirle al departamento de bomberos local que vaya a su centro con equipo de trabajo y un camión de bomberos.

Asegúrese que el lugar de destino seleccionado es seguro y apropiado para niños pequeños. Si es posible, visite el lugar antes de anunciar el viaje. Evalúe si el lugar es seguro, si existe peligro de caídas, de asfixia, de envenenamiento, etc. Recuerde que lugares como los parques, los zos y los monumentos históricos normalmente no están hechos a “prueba de niños”. Pregunte a otras personas que ya hayan ido, sobre todo si han ido con niños pequeños.

Averigüe si hay agua y servicios sanitarios con fácil acceso. ¿Qué horas de visita son las mejores para evitar las multitudes? ¿Hay normalmente muchos grupos de niños al mismo tiempo? ¿Hay peligros como superficies de agua sin vallas, animales sueltos, plantas venenosas o escaleras sin baranda? ¿Es necesario caminar una distancia larga por estacionamientos de automóviles o por calles con mucho tráfico? Averiguar este tipo de información por adelantado le ayudará a poder elegir el lugar de destino apropiado.

### **Obtenga el permiso paterno por escrito de cada niño que participe**

Los padres o tutores legales deberían recibir por adelantado una nota sobre el viaje solicitando permiso para que los niños participen. La nota debería incluir información sobre la excursión, la fecha en que tendrá lugar, el nombre del lugar de destino y su dirección, el tipo de transporte que se utilizará y las horas aproximadas de salida y llegada del grupo.

Además de la autorización, la nota también debería incluir permiso para obtener cuidados médicos durante la excursión en caso de emergencia. Los padres deberían proporcionar información de contacto para que los padres o la persona de contacto puedan ser localizados inmediatamente y se responsabilicen de la situación en caso de emergencia. Asegúrese que la información que se lleve esté actualizada. Únicamente deberían ir a la excursión los niños cuyos padres hayan entregado la autorización.

### **Lleve el número de adultos necesario**

Mantenga una proporción adecuada de niños por cada adulto en todo momento durante el viaje y en el lugar de destino. Los padres deberían tener la posibilidad de poder acompañar al grupo; tener más adultos hace que la organización del viaje sea mucho más fácil para todos los participantes. Sin embargo, no se debería usar a los padres como sustitutos de personal de cuidado infantil cualificado.

### **Use dispositivos de seguridad infantil**

Si hubiera que viajar en automóviles o furgonetas, todos los niños menores de 6 años de edad deberían viajar en una silla infantil o en un asiento de seguridad elevado adecuados para la edad y el peso de los niños. Para evitar perder tiempo el día de la excursión con el ajuste de correas y hebillas, se recomendaría que los padres prestaran la silla que normalmente utiliza su hijo. Los niños mayores deberían abrocharse el cinturón del regazo y el del hombro. Nunca abroche a dos niños con el mismo cinturón; para proporcionar la mayor protección posible, cada niño debería tener su propio cinturón.

## Llévese documentos importantes de salud y seguridad

Prepare un botiquín de primeros auxilios y designe a un miembro del personal para que lo lleve en una mochila o riñonera. El botiquín debería contener:

- Guantes desechables no porosos
- Tiritas adhesivas de varios tamaños y formas
- Gasas, vendas y esparadrapo
- Tijeras y pinzas
- Termómetro (no de vidrio)
- Parches oculares
- Compresas frías
- Agua embotellada
- Protección solar
- Tablillas pequeñas
- Jabón o toallitas húmedas desechables
- Bolsas de plástico para material desechable o manchado
- Una guía de primeros auxilios sencilla
- Cualquier medicina de emergencia que necesiten los participantes
- Lista de números de teléfono de emergencia, información de contacto de padres y números de teléfono del centro de control de envenenamiento
- Un teléfono móvil que funcione o monedas para teléfonos públicos
- Un bolígrafo o lapicero y un cuaderno pequeño para anotar instrucciones de emergencia

Además, llévese información sobre el cuidado de los niños participantes que tengan necesidades de salud especiales. Por ejemplo, si un niño tuviera asma, el botiquín debería contener información sobre su cuidado y cualquier medicina o aparato que el niño pudiera necesitar.

## Lleve una lista de participantes

Es crucial tener una lista de los niños que hayan firmado su asistencia el día de la excursión. Úsela para pasar lista a los niños con frecuencia. Pase lista cuando se marchen del centro, cuando estén en los vehículos, mientras salen de los vehículos y cuando entren en el edificio o en la zona. La lista también debería servir para firmar la salida de niños a los que se les recoge a mitad del viaje.

## Prepare alimentos nutritivos adecuadamente

Si necesita llevar una comida o una merienda a la excursión,

prepárela adecuadamente. Los alimentos perecederos normalmente no son prácticos al necesitar refrigeración o empaquetado con bloques de hielo. Si el lugar de destino no tiene fuentes de agua, los participantes tendrán que llevar agua para evitar la deshidratación. La posibilidad de que los niños puedan llevar sus propias mochilas o bolsas de comida dependerá de sus edades y niveles de desarrollo. Si la excursión fuera corta, los adultos deberían llevar una merienda nutritiva para distribuirla entre los niños en el momento adecuado.

## Mantenga una higiene personal mínima durante el viaje

Antes de comer se deberían lavar las manos aunque el lugar de destino todavía esté lejos. Si durante el viaje no se tiene acceso a agua corriente limpia, el lavado de manos se podría hacer con toallitas húmedas.

## Identificación con prendas iguales o adhesivos especiales

Identifique a los niños de su grupo poniéndoles un adhesivo especial o el mismo tipo de camiseta. Poder identificar visualmente a los niños de su grupo es extremadamente útil cuando hay muchos grupos de niños pequeños alrededor.

Las excursiones con niños pequeños pueden ser divertidas y educativas, y se pueden evitar problemas innecesarios si se toman las medidas necesarias de salud y seguridad.

## Más Recursos

Materiales para la formación del personal sobre la seguridad en excursiones: [www.childhealthonline.org/field\\_trip\\_safety.htm](http://www.childhealthonline.org/field_trip_safety.htm).

Para más información sobre otros recursos o ideas para comidas, vaya a Food Safety for Field Trips: [www.healthychild.net/articles/na5tripfood.html](http://www.healthychild.net/articles/na5tripfood.html).

## Referencias

Red Nacional para el Cuidado Infantil (National Network for Child Care). La Seguridad en las excursiones. Harbor Springs, MD: Healthy Child Publications.

*El Cuidado de Nuestros Hijos: Criterios Nacionales para la Salud y la Seguridad: Guía para el Cuidado Infantil Fuera del Hogar, (Guidelines for Out-of-Home Child Care), 2ª Edición.*

Departamento de Servicios Sociales del Estado de California, División de Licencias de Cuidado de la Comunidad, Título 22 de los Requisitos para la Obtención de Licencias Generales para Centros de Cuidado Infantil, Agosto 2002.

por Eileen Walsh, RN, MPH (Julio 2004).