



## Feliz Navidad y Año Nuevo



La Navidad, esa época tan esperada por los niños, ya está aquí. Año tras año estas fiestas se convierten en un recuerdo inolvidable. Durante estos días cambian las rutinas, ya no hay colegio y los niños pueden descansar y dedicarse a jugar y a pasar más tiempo con los suyos.

Muchas familias viajan para poder encontrarse con sus allegados. En el caso de los niños no hay que olvidar que en los desplazamientos vayan correctamente sentados en los coches, con los [dispositivos de retención adecuados](#).

Las casas que se visitan pueden no estar adaptadas a la enorme curiosidad y actividad de los niños. Por ello no está de más [revisar los posibles peligros](#), especialmente para los más pequeños, como las ventanas, la cocina, los medicamentos y productos de limpieza entre otros.

Durante las fiestas, las comidas y las cenas tienen un papel muy importante. Se puede disfrutar en la mesa sin olvidar que [la alimentación sea saludable](#).

A la hora de regalar juguetes, hay que tener presente que deben ser apropiados para la edad de cada niño. [Unas pocas recomendaciones](#) serán de utilidad para disfrutar de estos momentos mágicos sin que haya sustos.

Cuando se bebe alcohol hay que recordar que es una droga que deprime el sistema nervioso. Por ello, si alguien ha bebido alcohol, no debe ponerse al volante y conducir. Los jóvenes son más sensibles a los efectos del alcohol y no deben consumir bebidas alcohólicas. Los padres pueden hablar con sus hijos acerca del consumo de alcohol y sus efectos, para prevenir los efectos nocivos sobre el organismo de los jóvenes.

Y sobre todo es un buen momento para [aprovechar y comunicarse con los hijos](#), en un clima de aceptación y respeto.

Desde *EnFamilia* no podemos olvidar la situación tan difícil que viven muchos niños y sus familias. El impacto de la crisis es mayor en las personas más frágiles como son los niños. Somos conscientes de que [una sociedad que no cuida a sus pequeños está destruyendo su futuro](#). Es tiempo de priorizar el cuidado de su salud y su educación. Sin ellos no habrá mañana.

A todos los niños y sus familias les deseamos una feliz Navidad

**Los editores de *EnFamilia*.**

### Enlaces

- [El niño viaja seguro: sistemas de retención infantil](#)
- [Prevención de accidentes en niños menores de 2 años](#)
- [La alimentación saludable](#)
- [Recomendaciones del Comité de Seguridad en relación con los juguetes](#)
- [Queremos comunicarnos con nuestros hijos y sentirnos bien](#)
- [La crisis tiene cara de niño](#)

Artículo publicado el 24-12-2012, revisado por última vez el 21-12-2013

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones

diferentes a las generales aquí señaladas.

---

---

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/noticias/feliz-navidad-2012>