



Image not found
https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia_log



Image not found
https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia_log



Image not found
https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia_log



Camas elásticas

Los datos obtenidos de la base de datos europea de lesiones y accidentes revelan que cada año, en los 28 estados miembros de la UE, se producen unas 51 000 lesiones en niños menores de 14 años de edad relacionadas con camas elásticas, que tienen la gravedad suficiente como para acudir a urgencias.

¿Cómo se producen las lesiones?

Las lesiones y muertes provocadas por el uso de camas elásticas se produjeron por una colisión con otra persona, por una mala caída sobre la cama elástica tras un salto o una acrobacia o por una caída fuera de la cama elástica.

La mayoría de los accidentes se producen en camas elásticas instaladas en casa.

Aproximadamente el 75% de los accidentes ocurren cuando hay más de una persona utilizando la cama elástica. La persona que pese menos tiene más probabilidad de resultar herida.

Los niños menores de 6 años son especialmente vulnerables a sufrir heridas en las camas elásticas.

Las lesiones pueden producirse en cualquier parte del cuerpo, incluido el cuello, los brazos, las piernas, la cara y la cabeza.

Las lesiones de la cabeza y el cuello son las más peligrosas.

La supervisión de un adulto no garantiza la seguridad. Más de la mitad de las lesiones ocurridas en camas elásticas suceden con un adulto presente. Sin embargo, está demostrado que la presencia de un observador entrenado reduce considerablemente el riesgo de accidente.

¿Qué se debe tener en cuenta al comprar o antes de utilizar una cama elástica?

- Comprobar que la cama elástica cumple los requisitos europeos estipulados en las normas EN 913:2008 y EN 13219:2008 □ Equipos de gimnasia. No obstante, no existe ninguna norma específica para las camas elásticas de uso doméstico.
- Elegir una cama elástica rodeada por una red de seguridad para evitar caídas o adquirir una jaula de seguridad con la cama elástica, para reducir las posibilidades de que el niño se caiga y se golpee contra el suelo.
- Comprobar que los marcos y barras de metal están acolchados y que no hay agujeros en la cama elástica donde los dedos puedan quedarse atascados.
- Comprar almohadillas de seguridad o asegurarse de que el modelo que se adquiere las contiene y que estas cubren los muelles, los ganchos y el marco. Las almohadillas deben ser de un color distinto al de la cama elástica.

¿Cómo colocar una cama elástica de forma segura?

- Situar la cama elástica lejos de vallas, del mobiliario del jardín, árboles, superficies de cemento y otras áreas de juego.
- Debe estar colocada sobre una superficie llana, blanda y que absorba los impactos (por ejemplo, césped mullido, virutas de madera, arena o material acolchado).
- No colocar la cama elástica sobre una superficie dura (cemento, tierra sólida) sin haber colocado

previamente colchonetas o una red de protección.

- Cubrir los muelles y huecos para evitar que los niños se pillen los dedos o la piel.
- El acceso debe ser a través de una puerta vallada que debe permanecer cerrada cuando no se utilice la cama elástica o se ausente el adulto supervisor.
- No permitir que los niños utilicen una escalera para acceder a la cama elástica puesto que se facilita el acceso sin supervisión de los niños más pequeños.

¿Cómo utilizar una cama elástica con seguridad?

ANTES:

- Establecer las normas de uso de la cama elástica con los niños antes de utilizarla. Infórmalos de los riesgos que entraña no hacer un uso adecuado de la misma.
- Asegurarse de que los niños se quitan todos los collares y prendas que puedan quedarse enganchados en algún lugar de la cama elástica o en la red de protección, y de que no llevan ningún objeto punzante.
- Inspeccionar la cama elástica cada vez que se vaya a usar, para comprobar que no hay agujeros y que el marco no está dañado. Comprobar que las almohadillas están correctamente colocadas y que las abrazaderas están cerradas.

DURANTE:

- No permitir que haya más de una persona sobre la cama elástica al mismo tiempo, con el fin de reducir el riesgo de lesiones. Animar a los niños a utilizarla por turnos.
- No permitir que los niños den volteretas, ya que una mala caída puede causarles parálisis o fracturas de columna.
- No utilizar la cama elástica si esta no posee las almohadillas necesarias para recubrir todos los muelles, los ganchos y el marco.
- Los niños menores de 6 años deben usar únicamente camas elásticas adecuadas para su edad y estatura. Las camas elásticas no son recomendables para niños muy pequeños y bebés.
- No permitir que los niños salgan de la cama elástica de un salto.
- Supervisar siempre desde un lado cuando el niño esté usando la cama elástica.

Esta información está basada en la Guía de la Alianza Europea para la seguridad infantil. Noviembre 2013 : M.Sengölge, J.Vincenten, Child Safety Product Guide: potentially dangerous products. Birmingham: Alianza Europea para la Seguridad Infantil, Eurosafe, 2013. Traducción española: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, Guía de seguridad de productos infantiles. Madrid, 2014. 2ª Edición

Artículo publicado el 22-7-2016, revisado por última vez el 15-1-2025

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.

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

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

<https://enfamilia.aeped.es/prevencion/camas-elasticas>