



## Consejos para disfrutar con niños de una Navidad segura



Llega la Navidad y con ella las vacaciones. Durante estos días sin colegio los niños tienen tiempo para jugar, descansar y las familias pueden compartir más tiempo juntos. Unas pocas recomendaciones serán de utilidad para disfrutar estos días.

Los viajes son muy frecuentes para ir de vacaciones y visitar a la familia y amigos. Al viajar con niños hay que recordar que siempre se deben utilizar los [sistemas de retención infantil](#) apropiados. Hay que tener en cuenta que llevar al niño en [sentido contrario](#) a la marcha es más seguro.

Si se consume alcohol no se debe conducir. El [alcohol](#) es una droga que afecta a los sentidos. Los padres pueden servir de ejemplo a los jóvenes para [prevenir](#) que consuman alcohol.

A la hora de elegir los juguetes hay que tener en cuenta que han de ser [apropiados](#) para la edad y habilidades del niño. Además, hay que comprobar que reúnen las [normas de seguridad](#), sobre todo para los más pequeños.

Al visitar las casas nuevas, conviene revisar que sea un sitio seguro y así evitar accidentes. Supervisar el entorno, las escaleras, ventanas, ascensores, recoger los objetos pequeños que puedan estar por el suelo o al alcance de los niños. Estas medidas se deben de tomar tanto con los niños [pequeños](#) como con los más [grandes](#).

Aunque sean días de fiesta, esto no quita para que la [alimentación sea sana](#) y equilibrada. Disfrutar de las comidas, sin forzar a comer más de lo que los niños necesitan.

Durante estos días de vacaciones se puede disfrutar de las fiestas sin agobios ni demasiados planes.

El comité editorial de EnFamilia desea a todos unas felices fiestas.

Artículo publicado el 23-12-2016, revisado por última vez el 21-12-2016

**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/vida-sana/consejos-para-disfrutar-con-ninos-una-navidad-segura>