



¡Atención!

Amarra tus
cordones.





¿Sabías qué...?

El 30% de las caídas escolares se deben a factores evitables como cordones desamarrados.

¡Pequeños descuidos pueden causar grandes accidentes. Estar atento a tus cordones puede marcar la diferencia entre un día seguro y una caída dolorosa!

Factores de Riesgo



1

Cordones desamarrados

2

Pisos mojados o resbalosos

3

**Jugar en zonas pasivas,
(Auditorio, tronquitos, prado
San José)**

4

Correr en pasillos o escaleras



¡Los cordones suellos son peligrosos!

Los cordones sueltos pueden hacer que tropieces, caigas y te lastimes. ¡Atento siempre a tus zapatos!

Consecuencias de No amarrar los Cordones



1

Caídas y golpes dolorosos

2

Raspones y heridas en la piel

3

Fracturas o golpes fuertes

4

Ausencia en clases por lesiones.

Consejos

01 Amarra bien tus cordones.

02 Revisa que no estén sueltos.

03 Camina con cuidado.

04 Usa zapatos adecuados.

05 Pide ayuda si no sabes amarrarlos.



¿Cómo amarrar bien tus cordones?

Paso 1: Cruza los cordones

Toma los dos cordones y crúzalos formando una X. Tira de uno hacia abajo para hacer el primer nudo base.

Paso 2: Haz un nudo simple

Aprieta bien el nudo cruzado. Asegúrate de que quede firme y pegado al zapato antes de continuar.

Paso 3: Forma las orejas

Dobla cada cordón formando dos "orejas de conejo". Sostenlas con los dedos pulgares e índices.

Paso 4: Cruza y ajusta

Cruza las orejas, pasa una por debajo y jala. ¡Ajusta el lazo y listo! Tus cordones están bien amarrados.

**¡Cuidarnos es divertirse
seguros!**

"Unos cordones bien amarrados son el primer paso para un día sin caídas"

Cada vez que amarras bien tus cordones, eliges un día más seguro, más feliz y lleno de diversión. ¡Tú tienes el poder de prevenir accidentes!

¡Sé el ejemplo en tu colegio!



¡Tú puedes prevenir accidentes!

Cuida tus cordones y mantente alerta para evitar caídas. ¡Comparte este mensaje con tus amigos y juntos hagamos del colegio un lugar más seguro para todos!



Copi

Desde el área de Bienestar Estudiantil y Primeros Auxilios queremos que sigas avanzando con paso firme y seguro. A veces, las distracciones más pequeñas pueden causar los golpes más grandes. Sí, estamos hablando de esos cordones sueltos que dejas "para después". Un cordón desatado no es solo un detalle estético; es una de las causas más comunes de caídas, esguinces, raspadas y momentos incómodos.