



CONCEJALÍA DE SANIDAD

Ayuntamiento de Villanueva del Pardillo

PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

Accidentes en el hogar

La introducción en nuestras casas de aparatos mecánicos y eléctricos, la gran cantidad de medicamentos que almacenamos, los productos de limpieza, plaguicidas, nos proporciona, además de bienestar y progreso, riesgos.

Los ancianos y los niños son las personas que tienen más riesgo. En cuanto a los accidentes infantiles, la casa, la guardería, el colegio, son lugares en los que los niños están expuestos a sufrir un accidente inesperado. La excesiva protección de los padres puede convertirlos en inseguros.

En las personas mayores es natural la pérdida del control del equilibrio, las dificultades para andar, disminución de la visión, etc. Los suelos resbaladizos, baños mal equipados, escaleras mal iluminadas, etc. contribuyen a que las caídas sean los accidentes más frecuentes que sufren los ancianos en el hogar.

Un buen botiquín de urgencias puede ser de gran utilidad en los primeros momentos. Los teléfonos de urgencias deben estar colocados en lugar visible.

Accidentes infantiles

En España los accidentes infantiles en niños mayores de un año son una importante causa de enfermedad y muerte. La mayoría de estos accidentes son **previsibles y podemos evitarlos**, conociendo cuáles son los riesgos más frecuentes que rodean a los niños y adoptando las medidas preventivas oportunas. Debemos proporcionar un entorno seguro a los niños ayudándoles a conocer los riesgos. Además hay que proteger al niño en sus primeros años, enseñándole a distinguir los peligros para que sea consciente y aprenda a evitarlos.

¿Cómo prevenir accidentes por caída de los niños más pequeños en el hogar?

- No dejarlo jamás solo sobre un objeto alto (cama, cambiador...)
- No permitir que el bebé sea transportado en brazos por otros menores.
- Mantener cerradas y protegidas las ventanas.
- En las terrazas y balcones colocar barandillas altas y sin barrotes horizontales, macetas u otros objetos por donde los niños puedan trepar.

¿Qué hacer para evitar accidentes eléctricos?

- Proteger enchufes y electrodomésticos. Revisar las instalaciones eléctricas.
- Procurar no utilizar la plancha cerca del niño y no dejarla nunca enchufada.
- No dejar que utilice aparatos eléctricos cuando son pequeños. Enseñarle los riesgos y cómo evitarlos para que aprenda para cuando pueda utilizarlos.

¿Cómo debemos prevenir asfixias, atragantamientos o ahogamientos?

- No poner al bebé cadenas, cintas, etc. alrededor del cuello.
- No introducir alimentos ni líquidos en su boca mientras llora, corra, o esté durmiendo.
- No dejar objetos ni juguetes pequeños a su alcance.
- No se les puede dar caramelos duros ni frutos secos antes de los 3 años.
- Enseñar a masticar correctamente los alimentos.
- No permitir que juegue con bolsas de plástico.



CONCEJALÍA DE SANIDAD

Ayuntamiento de Villanueva del Pardillo

¿Cómo prevenir intoxicaciones?

- Guardar siempre los medicamentos bajo llave, fuera del alcance de los niños.
- Mantener los productos tóxicos, de limpieza, pintura, pegamento, bebidas alcohólicas, etc. donde no puedan alcanzarlos.

En el caso de ingestión de un producto tóxico:

- Si el niño sabe hablar le preguntaremos de qué producto se trata, si no, lo averiguaremos lo antes posible.
- NO provocar el vómito, ni administre comidas, bebidas o medicamentos mientras no se lo indiquen los médicos o los técnicos del Instituto Nacional de Toxicología.
- Llamar al **INSTITUTO NACIONAL DE TOXICOLOGÍA: 91 562 04 20** y acudir a urgencias lo antes posible.

¿Cómo prevenir las quemaduras?

- Vigilar la temperatura del biberón y del agua del baño.
- Evitar que los niños entren en la cocina cuando se está cocinando.
- Colocar los mangos de cazos y sartenes hacia dentro. Utilizar preferentemente los quemadores más interiores.
- Conviene que el horno esté en alto.
- Instalar grifos con salida única, mezclando en agua caliente y fría. Si no, abrir siempre primero el del agua fría.
- Proteger radiadores, chimeneas y braseros con algún aislante.

Recomendaciones para prevenir la muerte súbita del lactante:

- Acostando al niño boca arriba en la cuna.
- Si el niño tiene problemas de reflujo gastroesofágico, comentárselo a su pediatra.
- No abrigarlo demasiado.
- No permitir que se fume en su entorno para que tenga aire limpio para respirar.

¿Cómo evitar las heridas en los niños?

- Ser prudentes al utilizar objetos punzantes o cortantes. No dejarlos nunca a su alcance. Enseñarles su manejo, mediante su ejemplo.
- Los niños no deben tener a su alcance ni manipular aparatos cortantes como ventiladores, batidoras, etc.
- Proteger las esquinas de las mesas, salientes y muebles bajos de cristal.
- Tener cuidado con las cremalleras en las ropas de los niños por los posibles enganches en la piel.

¿Cómo prevenir accidentes de tráfico?

- Enseñar a los niños a cruzar las calles y a respetar las señales de circulación. Llevarles de la mano cuando son pequeños.
- Llevar silla especial en el automóvil, bien sujeto el niño, y anclada perfectamente en los asientos del coche, cumpliendo la normativa.
- Impedir que el niño saque fuera del coche los brazos u otra parte del cuerpo.
- No dejar las llaves puestas del coche con el niño dentro.

Ante un golpe en la cabeza:

Plaza Mister Lodge, 3
28229 Madrid
Tel. 91 810 06 13
Fax 91 815 18 78
sanidad@vvapardillo.org
www.vvapardillo.org



CONCEJALÍA DE SANIDAD

Ayuntamiento de Villanueva del Pardillo

- Si el golpe ha sido de cierta importancia o si el niño se desmaya, vomita, dice o hace cosas raras, sangra por la nariz o por el oído, un sueño inhabitual, convulsiones o si aparecen signos de alarma, acudir a un hospital urgentemente.
- Si aparece un chichón, ponerle hielo o compresas frías.
- Mantener en observación al niño durante 24 horas, por si se agrava su estado. Si surgen dudas, llevarlo a su médico o al hospital.