

S.O.S. EN CASA

CÓMO EVITAR ACCIDENTES



Los accidentes constituyen la causa más frecuente de mortalidad en niños y adolescentes. Frente a cualquier eventualidad lo mejor es saber actuar y estar preparados. ¿Tenemos nuestro hogar preparado como un lugar seguro para nuestros niños?

Dentro de la casa ocurre el 52% de los accidentes, adoptando medidas preventivas la mayoría de ellos podría evitarse. Los cursos habilitados para primeros auxilios también ayudan a saber qué hacer frente a una eventualidad.

¿POR QUÉ UN NIÑO PEQUEÑO PUEDE ACCIDENTARSE?

- Por las condiciones de riesgo del ambiente en que se encuentra.
- Por los descuidos o la ausencia de los adultos.
- Por ser varón está más expuesto, por la creencia errónea de que al "rol de hombre" le corresponde la valentía y la audacia y se los alienta y festeja en ese sentido empujándolos a mayores riesgos.
- Por los comportamientos propios de cada edad.

DE 1 A 2 AÑOS

- > Es muy curioso, quiere investigar y explorar todo.
- > Todo lo toca y se lo lleva a la boca.
- > Le atraen mucho los objetos que sobresalen, los huecos y las hendiduras.
- > La adquisición de nuevas habilidades lo impulsan a nuevos riesgos.
- > Objetos aparentemente inofensivos para adultos pueden significar para ellos un gran peligro.
- > Le atraen enchufes y tomacorrientes, por ello los explora. También intenta introducir objetos.

A LOS 3 AÑOS

- > Es muy autónomo. Los adultos creen que pueden darle responsabilidades que no están en condiciones de cumplir (quedarse solo, cuidar hermanos menores, salir a la calle o jugar solo en ella). Esta confusión es un factor de riesgo.
- > No sabe reconocer los peligros.
- > No puede aún aprender y poner en práctica las normas de seguridad.
- > Le gusta imitar a los adultos.

A LOS 4 Y 5 AÑOS

- > Tiene gran curiosidad por máquinas y aparatos que lo atraen y entretienen.
- > Puede cambiar súbitamente la atención de un juego seguro a otro riesgoso.
- > Aparenta gran autonomía y responsabilidad engañosa para los adultos que confían en esa falsa apariencia.
- > Puede, súbitamente, olvidar las habilidades adquiridas de control y auto-cuidado.
- > Desarrolla gran confianza en sí mismo que lo impulsa hacia situaciones peligrosas por su inexperiencia e inmadurez.
- > No sabe reaccionar ante el peligro o puede hacer lo contrario a lo conveniente.
- > Se entusiasma con su juego y se descuida (cruza la calle sin mirar tras una pelota).



Es importante conocer y comprender los comportamientos de nuestros hijos para poder anticipar y prevenir los riesgos de accidentes.

Piscinas // En el verano todos quieren disfrutar de la piscina, así que comencemos por esta parte de la casa.

- > Vigilar constantemente a los niños cerca del agua, sepan o no nadar.
- > Cuando se está en grupo, dejar en claro, antes que nada, qué adulto se hará responsable del niño en el agua. Lo más probable es que todos lo miren, pero también ocurre que todos se distraen al mismo tiempo, por ello es necesario definir un adulto responsable o turnos de vigilancia.
- > Los cercos perimetrales de las piletas son imprescindibles, pero de nada sirven si el niño sabe destrabar la puerta de acceso. ¡Poner traba a prueba de niños hábiles!
- > No te fíes del uso de flotadores o chalecos inflables, no son salvavidas.
- > Prohibir, sin excepciones, los empujones y juegos de manos en el agua, las carreras alrededor de la pileta y los gritos.
- > Para la enseñanza de natación, confía solamente en profesores con título e idoneidad.
- > Evitar dejar en el agua juguetes u objetos que flotan en la superficie, porque los niños se tentarán en ir a buscarlos para retirarlos del agua.
- > Aprende las maniobras de resucitación cardiopulmonar y enséñalas a los niños por encima de los 12 años. Siempre son de utilidad.
- > Enseñar a tu hijo a nadar cuanto antes. Además de ser un buen ejercicio, disfrutará mucho más del agua y ganará en seguridad, autonomía y motricidad.

PARA REFLEXIONAR

- Un accidente siempre tiene una historia previa que lo facilita y es fundamental reconocerla para cambiar a tiempo hábitos y comportamientos que evitarán que sucedan.
- No olvidar que son la primera causa de muerte en los niños de esta edad.
- Las medidas de prevención no son costosas. Sí requieren educación, ingenio, constancia, responsabilidad, participación y compromiso de los padres, del Estado y de toda la comunidad.

A partir de los 4 y 5 años los niños son capaces de empezar a entender el lenguaje, por lo cual se debe iniciar la enseñanza para el aprendizaje del control y del auto-cuidado. Se debe identificar y explicarle cada riesgo, dedicarle tiempo y paciencia a esta tarea porque lo mejor es la prevención. El ejemplo es la mejor manera de educar.

Tu hijo pequeño puede tener accidentes en los lugares donde vive y transita, por ello es importante tener a mano y en lugar bien visible, por ejemplo pegado de un imán de la heladera y en la agenda que llevamos en la cartera, los números de teléfonos de: bomberos, policía, emergencia médica pública o privada, centro de intoxicaciones, defensa civil, el pediatra de cabecera, un vecino o familiar útil para ayudarlo.

Si el niño está al cuidado de otra persona: niñera, cuidadora, abuelos, etcétera, durante el día o la noche, también dejarles a mano estos teléfonos útiles porque los accidentes ocurren cuando uno menos los espera, por ello justamente son accidentes.





EVITAR CAÍDAS

- > Jamás dejes a tu niño solo en la bañera doméstica.
- > Evita responsabilizar a los niños de la vigilancia en el baño diario. Los niños no deben cuidarse entre sí.
- > Sujetar con correas cuando se sienta al niño en sillas de comer altas.
- > No permitas a tu hijo correr con objetos punzantes como lápices, cubiertos, palos, cepillos de dientes, etc.

EVITAR QUEMADURAS Y ELECTROCUCIÓN

- > No cocines ni enciendas fuego cerca de los niños y menos con ellos en brazos. - Coloca matafuegos o extintores de incendio en la cocina y el garaje.
- > No transportes elementos calientes cerca o por encima de ellos.
- > No bebas líquidos calientes con el niño en brazos.
- > No dejes fósforos ni encendedores al alcance de los niños.
- > Evita tener alargues y enchufes en el piso.

Hogar // *Aquí podemos dividir a los accidentes infantiles en: caídas, quemaduras y electrocución, intoxicaciones, asfixia, heridas y otras lesiones.*

- > No dejes los cables de los aparatos eléctricos colgando al alcance de los niños.
- > Desenchufa los aparatos eléctricos cuando no los usas.

PARA EVITAR INTOXICACIONES

- > Mantén fuera del alcance de los niños medicamentos, venenos, pegamentos, cosméticos, bebidas alcohólicas, productos tóxicos y de limpieza; guárdalos en lugares seguros y bien rotulados. No sustituyas sus envases originales por otros de uso cotidiano.



- > Evita el uso de insecticidas en aerosol.
- > Si utilizas estas sustancias, que sea con guantes protectores, y no toques ni prepares alimentos antes de un riguroso lavado de manos.
- > Verifica la toxicidad de los productos que puedas utilizar en las reparaciones o construcción de la casa.
- > No dejes el motor de tu auto encendido dentro del garaje.

- > Evita tener plantas en el jardín que puedan producir toxicidad (laurel cerezo, laurel negro, falso café, fruto azabache, hierbadonis, lino, almen-dras amargas y otras).
- > Evita tener al alcance de los niños pequeños, plantas ornamentales que producen irritación en piel y boca (potus, difenbachia, lengua de sue-gra, costilla de Adán, cala, begonia, oreja de elefante y otras).
- > Mantén oculto o fuera de su alcance el tacho de basura.

PARA EVITAR ASFIXIA Y ATRAGANTAMIENTO

- > Evita que jueguen con objetos pequeños, de 5 centímetros o menos, (botones, maníes, monedas, bolitas, pilas pequeñas, juguetes con piezas desarmables).
- > Evita darles caramelos y golosinas duras a los niños pequeños.
- > No permitas que se pongan globos en la boca.
- > No permitas que corran o salten con comida en la boca. *



Derechos adquiridos: Revista Crecer y Nacer