

¿Cómo prevenir los accidentes infantiles?



DKV Salud

Cuídate mucho

Los accidentes infantiles son la primera causa de muerte en la infancia en la UE. También son la principal causa de dolor, sufrimiento y discapacidad que a lo largo de la vida pueden tener consecuencias graves sobre el desarrollo físico, psíquico y social del niño lesionado, según la Asociación Española de Pediatría.

Prevenir los accidentes es posible si padres y adultos atentos dan ejemplo con su propia conducta, si los maestros van concienciando al niño de la necesidad de un estado de atención constante para que el niño la incorpore con naturalidad. El grito y la prohibición permanente vuelven a los niños inseguros o “sordos”.

Para sobrevivir necesitamos conocimiento y experiencia, y la infancia es el período de experimentación por excelencia gracias al impulso natural por descubrir el mundo que nos rodea. La curiosidad, el ensayo, el acierto y el error nos ayudan a aprender. Y en ese proceso, se pueden producir accidentes cuyas consecuencias, con suerte, duran lo que dura un susto, pero en otras ocasiones, desgraciadamente, supone toda una vida de readaptación y sufrimiento o, incluso la muerte.

Para evitar los accidentes debemos aprender a estar en el mundo, tranquilos y seguros.

Cuidado con la corriente

Hay que proteger los enchufes que estén al alcance de los más pequeños. También conviene tener siempre a mano cinta aislante para proteger al niño de terminales o cables en mal estado. Y, sobre todo, vigilar que nada eléctrico esté al alcance del niño cuando se bañe o juegue con agua.

Venenos de colores

Los productos de limpieza del hogar, pinturas, colas, etc son tan peligrosos como atractivos para los niños, por los colores, por la forma de uso, por las cosas que hacen.

Hay que evitar que tengan acceso a ellos o que lo manipulen sin la supervisión de un mayor.

¡Cuidado, que quema!

Hay que mantener cerillas y encendedores fuera del alcance de los niños, y tener especial atención a todas las fuentes de calor: planchas, fogones, hornos, estufas de butano, radiadores no protegidos, agua caliente, aceite hirviendo, sartenes,...

La hora del baño

La piel del niño es muy sensible y el agua caliente puede producirle graves quemaduras. Al prepararle el baño, hay que poner primero el agua fría y templar con la caliente, no al revés. Para probar la temperatura del agua, se puede introducir el codo. Es una manera fiable de saber si el baño está a punto.

No hay que dejar nunca solo al su bebé en la bañera, ni al cuidado de hermanos algo más mayores porque el juego les impedirá ver el peligro. Los jabones, aceites y líquidos de baño hacen más deslizante una superficie que ya lo es. Los golpes con la grifería o la cerámica pueden ser peligrosos.

Los medicamentos no son chuches

Los medicamentos - jarabes, ampollas, píldoras, pomadas- llaman la atención de los pequeños. Su ingesta puede producir intoxicaciones que peligran la vida del niño.

Si han de conservarse en el frigorífico, guárdelos en una bolsa, fuera de su visión.

En casa de los abuelos hay siempre medicamentos, por lo que cuando el niño esté con ellos o se quede a dormir, también hay que tener en cuenta estos consejos.



Objetos peligrosos

En la cocina y en la casa hay muchos objetos que pueden cortar, pinchar, pellizcar o producir contundentes golpes: cuchillos, tenedores, tijeras, latas, plásticos, cristales, chinchetas y clavos. Herramientas y electrodomésticos. Esquinas y bordes de muebles bajos. Juguetes inadecuados o rotos.

Con el crecimiento del niño y la convivencia con los hermanos desaparecen unos riesgos y aparecen otros. El ojo del adulto debe permanecer alerta, alejar los peligros e instruir con empatía y explicaciones claras para su edad. No basta un “no”, hay que hacerles tomar conciencia del peligro.

Mascotas con malas pulgas

Hasta las mascotas más tranquilas pueden tener un mal día. Pueden morder o arañar, y las grandes dar una coz, incluso sin querer. Estar en celo o tener crías aumenta su agresividad. O cualquier cosa que interprete como ataque.

Y en el zoo, hay que hacer caso a los carteles.

La naturaleza, una fuente de experiencias no siempre agradables

Los espacios abiertos son un gran lugar para investigar: la hierba, el jardín, el parque, el campo... Al igual que algunas setas, muchas plantas son venenosas, y también sus flores, frutos, bayas y hojas, y pueden llegar a causar, desde erupciones cutáneas hasta problemas intestinales, y llegar incluso hasta a provocar la muerte.

Hay animales que pican (abejas y las avispas, las arañas y escorpiones, los tábanos y mosquitos, y en el mar, las medusas), muerden (las víboras); hay plantas urticantes y plantas con pinchos que pueden producir heridas serias.



Conserva tus huesos en su sitio

Atracciones, parques infantiles, columpios: no siempre cumplen las normas de seguridad ni son usados por los niños con la debida vigilancia de los mayores.

Patines, tablas, esquís: son motivo de constantes caídas que, a pesar de la flexibilidad del cuerpo infantil, pueden originar contusiones, desgarros musculares y roturas de huesos.

La solución no es estarse quieto. Protegerse es fundamental. Y cada vez es más fácil encontrar elementos de protección eficaces y a buen precio.



Protege la piel

En la playa, en la nieve o simplemente al aire libre, cuando vamos a estar expuestos a los rayos solares debemos estar alerta y tener a mano protección eficaz: ropas, calzado, sombrillas, gafas y cremas con los filtros solares más altos.

También hay riesgo de quemaduras en los pies, en contacto con la arena u objetos al sol que acumulan calor y alcanzan altas temperaturas.

El agua es genial si eres un pez

Los niños no son peces, por eso el adulto no puede relajar la vigilancia en piscinas, charcas, el río, el mar o parques acuáticos.

Perder pie, perder las fuerzas para volver a la orilla, sufrir golpes contra bordes o rocas, siempre es posible y siempre peligroso.

La cabeza, antes que nada

Tenemos una sola cabeza y la necesitamos para todo. Los golpes pueden dañarla y el casco evita muchos sustos cuando se va sobre ruedas, en bicicletas, patines, patinetes, etc. También es un buen consejo elegir zonas poco peligrosas.

La atención es cosa de todos

Los niños necesitan aire libre y espacios amplios y seguros para jugar.

Cuando el niño se concentra en el juego o en sus objetos queridos pierde atención en lo demás.

Por eso es tan importante la tutela del adulto: dónde jugar y con qué. Y no siempre los niños son los responsables de conductas impropias.

Distraerse es humano, pero con los vehículos la distracción es la primera causa de accidentes.



Respetar las señales

Vivimos entre vehículos de todas clases. Cada vez más, y no sólo en las ciudades, también en los pueblos.

Las señales de tráfico nos ayudan a evitar peligros y a ordenar la circulación, por eso es tan importante conocerlas y respetarlas. Si todos lo hiciéramos, se evitaría gran cantidad de accidentes.

Mirar siempre en las dos direcciones, atender al semáforo y cruzar por los pasos de cebra es imprescindible.

En el coche, seguridad

Además de que los conductores cumplan estrictamente las normas de circulación, todos los ocupantes -y más que nadie los niños- deben usar sistemas de sujeción al asiento homologados y adecuados a su talla y peso, que evita lesiones graves y muertes.

Los accidentes de tráfico son la primera causa de mortalidad infantil por no usar sistemas adecuados de sujeción y también la causa de múltiples traumatismos graves.

Desde los 9 meses y 9 kilos de peso, hasta que el niño tenga 12 años, que mida metro y medio de altura o pese 36 kilos de peso, hay sistemas de retención homologados en sentido de la marcha, con cojines elevadores y ajustes de acuerdo a la medida y necesidades cambiantes del niño.

Hasta los 2 años, colocados, idealmente en sentido contrario a la marcha y en el asiento de atrás.

