

NORMAS DE PREVENCIÓN DE ACCIDENTES DURANTE LA INFANCIA Y LA ADOLESCENCIA

Los accidentes en la infancia y en la adolescencia, suponen un verdadero problema de salud pública en nuestros días debidos, al nº elevado de accidentes registrados en los últimos años, y la repercusión negativa sobre la salud de quien los padece. Actualmente son la primera causa de muerte entre los 12 meses y 14 años de edad. Se entiende que la mayoría de estos y sus consecuencias negativas pueden evitarse con un enfoque preventivo social, educativo y sanitario más amplio, dirigido según edades a padres, educadores y sin duda alguna a jóvenes y adolescentes con un potencial elevado en las conductas de riesgo.

Hay que destacar que los accidentes son evitables en su mayoría, por este motivo los sanitarios tenemos un papel relevante a la hora de educar y prevenir mediante guías anticipatorias dirigidas a padres, cuidadores y adolescentes.

La O.M.S, define accidente como “Acontecimiento fortuito, generalmente desgraciado, dañino o aún independiente de voluntad humana, provocado por una fuerza exterior que actúa rápidamente y que se manifiesta por una lesión corporal o mental”.

En la producción de accidentes podríamos considerar tres factores importantes:

- El comportamiento del niño o de otros niños.
- La falta de protección suficiente.
- La situación del medio.

La prevención de accidentes depende de una relación recíproca entre la Protección y la Educación Preventiva según las edades y los riesgos de padecer los distintos tipos de accidentes.

Las medidas preventivas irán encaminadas a conocer y comprender el nivel de desarrollo y comportamiento del niño y del adolescente, enseñar a los padres y la ubicación en el medio de forma segura.

Etapa evolutiva y riesgo de padecer Accidentes

La edad, el desarrollo psicomotor, el entorno familiar, socio-sanitario y cultural tiene que ver, en gran medida, con el tipo de lesión que sucede con mayor frecuencia en cada etapa de la vida.

Así en la primera infancia, los primeros años de vida los accidentes mas relevantes serán aquellos que supongan riesgo de padecerlos, la mayor parte de las veces, desde un segundo plano; por descuido, desprotección, exceso de confianza, de los padres y/o cuidadores.

En la adolescencia se suman además aquellos que por desconocimiento, atrevimiento ante lo desconocido, descubrir sensaciones, demostrar capacidades, los adolescentes originan un riesgo de padecerlos.

En el entorno habitual en el que el niño desarrolla su vida encontramos espacios diferenciados de producción de accidentes.

Accidentes en el hogar	Accidentes en la calle y espacios de ocio
<ul style="list-style-type: none"> - Asfixias - Quemaduras - Caídas y traumatismos - Lesiones - Intoxicaciones - Ahogamiento/ atragantamiento 	<ul style="list-style-type: none"> - Ahogamiento - Accidentes de tráfico - Caídas y traumatismos - Heridas por animales - Intoxicaciones

1º) Accidentes en el hogar:

Asfixia	
Producidas por:	Causas y riesgos más frecuentes
<ul style="list-style-type: none"> - Obstrucción accidental de boca y nariz - Falta de oxígeno - Presión sobre garganta y tórax 	<ul style="list-style-type: none"> Dormir con adultos Bolsas de plástico cubriendo la cabeza. Objetos anudados alrededor del cuello (cadena de chupete o de adorno, juguetes con cordones, lazos...) Cinturones de seguridad de sillas, tronas, cochecito. Atrapamiento con los barrotes de la cuna, rejas, etc. Atragantamiento con cuerpo extraño o aspiración (frutos secos, botones, pilas o caramelos) Inmersión en bañeras o recipientes con agua.
Quemaduras	
<ul style="list-style-type: none"> - Producidas por agentes físicos 	<ul style="list-style-type: none"> Incendios en el hogar. Agua caliente en la cocina y baño. Excesiva temperatura del biberón o la comida. Bolsas de agua caliente. Exposición del sol directa o a través de una ventana. Explosión de ollas, cafeteras, etc. Líquidos calientes en la cocina.
<ul style="list-style-type: none"> - Producidas por agentes químicos 	<ul style="list-style-type: none"> Ingestión de cáusticos
<ul style="list-style-type: none"> - Producidas por agentes eléctricos 	<ul style="list-style-type: none"> Meter los dedos en los enchufes. Desconectar alargaderas.
Caídas y Traumatismos	
<ul style="list-style-type: none"> - Producidas por 	<ul style="list-style-type: none"> Dejar al niño sólo sobre una superficie elevada. Escaleras y ventanas sin protección. Caídas con los andadores
Lesiones	
<ul style="list-style-type: none"> - Producidas durante el juego 	<ul style="list-style-type: none"> Utilizar juguetes no adecuados a su edad. Juguetes fabricados con materiales tóxicos y/o combustible. Juguetes con piezas cortantes, punzantes o con lanzamiento de proyectiles.
<ul style="list-style-type: none"> - Corporales 	<ul style="list-style-type: none"> Presión de elásticos o ropa ajustada (calcetines). Lazos que puedan enrollarse alrededor del cuello. Arañazos y mordeduras de animales domésticos. Lesiones provocadas por un hermano con celos
Intoxicaciones:	
<ul style="list-style-type: none"> - Causadas por 	<ul style="list-style-type: none"> Ingestión de productos de limpieza. Toma de medicamentos. Productos insecticidas.

2º) Accidentes en la calle y Espacios de Ocio:

Ahogamientos	
Producidas por:	<p>Dejar a los niños solos en la bañera.</p> <p>Caídas accidentales en piscinas.</p> <p>Bañarse en zonas profundas y con corrientes</p>
Accidentes de tráfico	
En el automóvil	<p>No utilización de los dispositivos de seguridad, adecuados para cada edad (sillas, elevadores...).</p> <p>No llevar abrochado el cinturón de seguridad</p>
En la vía pública	<p>No llevar a los niños de la mano cuando se pasea por la ciudad.</p> <p>Cruzar pasos de peatones y vados de vehículos anteponiendo la silla del bebé.</p> <p>Cruzar los semáforos en rojo.</p> <p>Cruzar los pasos de peatones sin mirar a ambos lados.</p> <p>Apearse del coche por el lado de la carretera.</p> <p>Circular en bicicleta, sin respetar las normas de tráfico.</p>
Caídas y Traumatismos	
Causadas:	<p>Por caídas y golpes en las zonas recreativas como columpios, toboganes, cuerdas...</p> <p>Caídas desde los árboles.</p> <p>Realizar juegos violentos con otros niños.</p>
Heridas por animales	
<p>Las más frecuentes son las producidas por mordeduras de perros, y en las salidas al campo por picaduras de insectos o mordeduras de reptiles.</p>	

▪ Prevención de accidentes en el Hogar

Grupo de edad		
	De 0 a 2 años	A partir de dos años
Asfixia	<p>Los bebés no deben dormir con los adultos.</p> <p>Evitar el uso de cadenas de adorno</p> <p>No utilizar cordeles para la sujeción de chupetes</p> <p>Comprobar la perfecta colocación de cinturones de seguridad en sillas, tronas y vehículos.</p>	<p>No ofrecer frutos secos o caramelos</p> <p>Evitar que jueguen con bolsas de plástico, que puedan introducirse por la cabeza.</p> <p>Comprobar la perfecta colocación de cinturones de seguridad en sillas, tronas y vehículos.</p> <p>Masticar los alimentos despacio.</p>
Quemaduras	<p>Verificar la temperatura del baño</p> <p>Evitar paseos durante las horas de calor.</p> <p>Aplicar crema protectora y utilización de sombreros en las salidas a la calle</p> <p>Antes de ofrecer el biberón o comidas comprobar la temperatura.</p> <p>Usar ropas no inflamables</p>	<p>Continuar con la protección del grupo de edad anterior.</p> <p>No dejar al alcance el niño objetos candentes como mecheros, cigarrillos, velas...</p> <p>Los mangos de cazos y sartenes estarán colocados hacia el interior de la placa de cocinar. Cuidado con el horno cuando está encendido.</p> <p>Proteger estufas y chimeneas.</p> <p>Proteger los enchufes.</p> <p>Electricidad y humedad son incompatibles.</p> <p>Controlar el uso de cerillas o mecheros.</p>
Caídas y Traumatismos	<p>No dejar al niño solo en superficies elevadas.</p> <p>Sujetar bien a los niños con cinturones cuando están sentados en las tronas y sillas de paseo.</p> <p>Vigilancia continua del niño</p> <p>Jugar en zonas adecuadas para su edad</p>	<p>Continuar con la protección del grupo de edad anterior.</p> <p>En balcones y ventanas colocar medidas de seguridad para evitar que los niños las puedan abrir.</p> <p>Proteger las escaleras interiores con puertas de seguridad.</p> <p>Agarrarse con ambas manos cuando jueguen en columpios o toboganes.</p> <p>Vigilar que el juego no sea excesivamente violento.</p> <p>Controlar los deportes de riesgo.</p>
Heridas por animales	<p>No acercarse a animales desconocidos</p>	<p>No acercarse a animales desconocidos.</p> <p>Utilizar calzado duro para caminar por el campo.</p> <p>No introducir la mano debajo de piedras o en lugares con poca visibilidad.</p>

<p>- Lesiones Durante el juego</p>	<p>Comprar juguetes adecuados a su edad. Comprobar que sus materiales no sean inflamables ni tóxicos.</p>	<p>Continuar con la protección del grupo de edad anterior. Evitar los juguetes con piezas cortantes, punzantes o con lanzamiento de proyectiles. Controlar los deportes de riesgo.</p>
<p>Lesiones Corporales</p>	<p>Evitar la utilización de ropa ajustada (calcetines). Y con adornos (lazos) que puedan enrollarse alrededor del cuello. No dejar al niño solo con animales de compañía.</p>	<p>Continuar con la protección del grupo de edad anterior. Hábitos posturales correctos. Potenciar hábitos saludables entre cuidadores e iguales.</p>
<p>Intoxicaciones</p>	<p>Los productos de limpieza y medicamentos deben guardarse en lugares inaccesibles para los niños. Guardar los productos tóxicos en sus envases originales.</p>	<p>Continuar con la protección del grupo de edad anterior. No tomar medicamentos delante de los niños. Nunca decirles que un medicamento es un caramelo. Educarlos en hábitos saludables.</p>
<p>Ahogamiento</p>	<p>No dejar a los niños solos en la bañera.</p>	<p>No dejar a los niños solos en la bañera. Proteger las piscinas particulares con cerramientos. Vigilar a los niños durante el baño en zonas peligrosas. Comprobar el buen estado de los flotadores. En zonas de corriente, tener cuidado con los colchones inflables. Que aprendan a nadar. Que respeten las indicaciones de las piscinas y baños públicos en materia de seguridad.</p>
<p>Accidentes de Tráfico</p>	<p>Utilizar dispositivos de seguridad adecuados a la edad del niño Abrochar el cinturón de seguridad.</p>	<p>Cuando se pasee por la ciudad, llevar a los niños de la mano. Antes de bajar la silla del bebé a la calzada, comprobar que no viene ningún vehículo Enseñar a los niños a mirar a ambos lados antes de cruzar. Apearse del coche por el lado de la acera. Enseñar las normas de educación vial, dependiendo de la edad. Uso de casco al utilizar bicicleta, monopatín o moto.</p>