

# CONSEJOS PARA UN HOGAR SEGURO

## ENTRADA

- 1 Una instalación eléctrica y de gas buenas y bien conservadas son esenciales en un hogar. Toda instalación eléctrica debe poseer un diferencial. Las instalaciones de gas deben contar con llaves de paso de seguridad.
- 2 Un extintor accesible puede evitar un incendio de la vivienda. Los extintores requieren revisiones periódicas para estar a punto.

## ESCALERA

- 3 La escalera es un lugar de paso y no de juego. Su iluminación deberá cuidarse mucho para evitar accidentes. También es recomendable que las personas que suban o bajen lo hagan con las manos desocupadas y agarrándose al pasamanos.
  - 4 El pasamanos más adecuado es el que lleve relieves intercalados para impedir deslizamientos. Una separación reducida entre los barrotos imposibilita el que alguien se pueda colar entre los mismos o que las niñas y niños introduzcan la cabeza.
- La escalera y hueco de la misma deberán quedar libres de materiales inservibles, así como de bancos, cajas o macetas altas cerca de la barandilla.
- 5 Cuando haya niñas y niños pequeños, es conveniente que los accesos a las escaleras estén protegidos con una portezuela de seguridad.

## SALA DE ESTAR

- 6 Los braseros de "mesa camilla" deberán estar debidamente protegidos y contar con termostatos que desconecten la corriente eléctrica en caso de producirse temperaturas excesivamente altas. Los braseros de cisco y picón son muy peligrosos. Mejor no usarlos.
- 7 Evitar estufas sin rejillas. Estas rejillas deberán ser de material que no se caliente. Sobre todo, no poner ropa a secar sobre las estufas.
- 8 Los enchufes eléctricos empotrados y de seguridad son los más adecuados. En cualquier caso, los enchufes son siempre una fuente de peligro; mejor protegerlos. El uso de los populares "ladrones" puede provocar el calentamiento de los cables, paso previo a muchos incendios.
- 9 En caso de usar alargaderas, es recomendable utilizar las enrollables, evitando que los cables entorpezcan el paso.
- 10 Es mejor no fumar, pero si no puede evitarse, impedir que los ceniceros estén al alcance de las niñas/os. Ojo con las cerillas y los encendedores.
- 11 La televisión, cuando no se esté usando, debería permanecer desenchufada.
- 12 Las planchas son electrodomésticos especialmente peligrosos, razón que aconseja no dejarlas calientes, al alcance de las niñas/os.
- 13 Los líquidos calientes en las mesas bajas son también un riesgo de quemaduras.

## COCINA

- 14 Las niñas/os, no deben permanecer en la cocina mientras se esté preparando la comida.
- 15 Cuidado con las bombonas de gas. Su llave de paso debe estar cerrada cuando no se utilice. Además, la instalación del gas requiere una revisión periódica para garantizar su seguridad.
- 16 La estabilidad de los utensilios de cocina sobre el fuego es elemental. Ha de procurarse que las asas y mangos de las ollas y sartenes no estén al alcance de las/os niñas/os.
- 17 El horno y su puerta son muy atractivos para las/os niñas/os. Un intento de agarrarse a la barra que sirve para su apertura puede acabar con los líquidos que estén en el fuego sobre la cabeza de la niña o niño. Es preferible que la cocina esté fijada a la pared.
- 18 Lavadora y frigorífico deberían estar conectados a enchufes con toma de tierra. Es más seguro.
- 19 Los productos de limpieza, mejor guardarlos bajo llave o a una altura que resulte inaccesible para las/os niñas/os.
- 20 Para evitar posibles atragantamientos, los frutos secos y las legumbres también deberían estar fuera del alcance de las/os niñas/os. ¡Cuidado con las monedas!

21 Las bolsas sirven para guardar cosas o para tirar basura. Es interesante explicarle eso a las/os más pequeñas/os para evitar que las utilicen a modo de capucha en sus juegos.

22 Las/os más pequeñas/os no deberían utilizar cuchillos, tijeras u objetos punzantes similares. Solo a partir de la edad escolar es recomendable disponer de tijeras adecuadas (sin punta) para su trabajo. Durante las comidas, las/os niñas/os más mayores deberían aprender a manejar el cuchillo, pero bajo la supervisión de los adultos.

## CUARTO DE BAÑO

- 23 Los enchufes cercanos a las superficies húmedas y a las tuberías de agua son peligrosos. Ojo con las duchas.
- 24 La colocación de una alfombra antideslizante en la bañera y de una barra lateral para agarrarse eliminará el riesgo de caídas, bastante frecuentes en este lugar.
- 25 Dejar sola a una niña o niño en la bañera llena de agua es una imprudencia. Para preparar el baño, es conveniente abrir el grifo de agua fría y después el del agua caliente, hasta obtener la temperatura adecuada.
- 26 La mejor manera de evitar descargas eléctricas mientras se usa la maquinilla de afeitarse o el secador es mantener el suelo seco, no permanecer descalzo y teniendo siempre una alfombra bajo los pies.
- 27 Ni el cuarto de baño, ni la cocina son lugares adecuados para guardar los medicamentos, ya que la humedad y el calor pueden alterar su composición. El lugar que se elija, en función de las posibilidades de cada casa, debería disponer de un armario con cerradura situado en alto.

## DORMITORIO DE LOS NIÑOS

- 28 Una protección adecuada de las ventanas, sobre todo en las habitaciones de las/os niñas/os, evita caídas al vacío. Otra medida complementaria es no poner muebles o cajas debajo de las ventanas, para evitar que las/os niñas/os intenten asomarse.
- 29 La ropa de cama de los niños debe ser ligera. Si se usan literas, es recomendable colocarlas lejos de las ventanas. La cama de arriba debería disponer de una barandilla que impida caídas. Se aconseja no utilizar bolsas de agua caliente en el cuarto de las niñas/os.
- 30 El espacio para el juego de las/os niñas/os debe ser suficiente. Cuidado con los juguetes peligrosos. La seguridad es otro factor a tener en cuenta en el momento de comprar juguetes.
- 31 Si la hermana/o mayor ha sido educada/o en la prevención de los accidentes, podrá evitar una buena parte de ellos. Pero no haga que se sienta responsable de lo que pueda ocurrir a las hermanas/os pequeñas/os, porque eso más bien depende de Usted.

## DORMITORIO DE LOS PADRES

- 32 La cama es el lugar más peligroso de la casa para fumar.
- 33 Los joyeros, que suelen contener pequeñas piezas, y los productos cosméticos, deberían mantenerse lejos del alcance de las/os niñas/os.
- 34 El peor lugar para guardar los medicamentos es la mesita de noche, de donde las/os niñas/os podrán cogerlos fácilmente.
- 35 Una buena cuna es siempre amplia y sencilla, carente de adornos y ropajes superfluos. Los barrotos deberían tener una separación adecuada para que la pequeña o pequeño no pueda introducir la cabeza entre los mismos.

## TERRAZA

- 36 Una terraza segura no requiere convertirla en una jaula del zoológico. Basta con una barandilla firme y de altura adecuada.
- 37 Las barandillas de seguridad no sirven de nada, si junto a las mismas se sitúan macetas, sillas, mesas o cajas que faciliten el que una niña/o pueda subirse para asomarse.
- 38 En las puertas de cristales conviene colocar algún adhesivo para impedir que las/os niñas/os no vean el cristal.

# MONTATE UN HOGAR SEGURO



Enchufes, escaleras o terrazas sin protección, productos de limpieza al alcance de las/os más pequeñas/os, fármacos atractivos por sus colores y formas, objetos en mal estado o lugares inadecuados, convierten nuestros hogares en espacios de alto riesgo donde se producen la gran mayoría de los accidentes infantiles.

La idea de que estos accidentes son fruto de la fatalidad, del azar y por consiguiente poco o nada se puede hacer contra ellos, está bastante extendida entre la población. Otras causas no menos importantes como descuidos, distracción, imprudencia o temeridad, desconocimiento respecto a posibles fuentes de riesgo en los hogares o formas de evitar los accidentes, nos permite afirmar que tras la mayoría de los accidentes hay una causa evitable.

La niña/o, por desconocimiento, no es consciente del peligro en la mayoría de sus formas. Corresponde, por tanto, a los mayores poner los medios para eliminar los riesgos y explicar a las/os pequeñas/os, de forma adecuada a sus edades, las precauciones necesarias. Las niñas/os, deben

empezar, con la escolarización, a usar tijeras, por ejemplo, pero corresponde a las madres y padres así como profesoras/es, la elección de unas tijeras sin puntas o el consejo de que no deben introducirlas en la boca.

A las niñas/os mayorcitas/os es posible explicarles lo peligroso que es beberse un producto de limpieza, pero para las/os más pequeñas/os, la única manera de evitar el accidente es no dejar ese producto al alcance de la mano.

La educación es una de las herramientas más eficaces para evitar la desagradable experiencia que representan los accidentes en el hogar. Esta educación debería huir de las prohibiciones, intentando que las niñas/os aprendan el manejo adecuado de objetos que mal usados pueden ser peligrosos. De nada sirven las prohibiciones, si las niñas/os ven luego que sus mayores hacen lo que se les impide a ellas/os. En este sentido, parece mucho más eficaz el que, bajo la supervisión de las personas adultas, las niñas/os se inicien en el manejo de utensilios y en conductas que prevengan accidentes.



# LOS ACCIDENTES EN EL HOGAR SON EVITABLES: IDENTIFIQUE LOS PUNTOS DE RIESGO.

