

PREVENCIÓN

DE ACCIDENTES



Enfermeriaonlineuv



Enfermeria online uv

¿QUÉ SON LOS ACCIDENTES?

Los accidentes son una cadena de eventos o circunstancias que generan una lesión no intencional. Estos hechos son inesperados, ocurren rápidamente y tienen consecuencias tanto físicas como psicológicas.




ACCIDENTES EN NIÑOS/AS

En Chile los accidentes son la primera causa de muerte en la población infantil mayor de 1 año. Además, son una de las causas más importantes de discapacidad en esta población. Es importante recalcar que la mayoría de los accidentes ocurren dentro del hogar y son


PREVENIBLES.




¿POR QUÉ LOS NIÑOS Y NIÑAS SE ACCIDENTAN?



Porque por su etapa de vida son muy curiosos, les gusta explorar y moverse, con el fin de descubrir y aprender de ell@s mismos y el mundo que los rodea.



Los/as niños/as crecen y cambian con mucha rapidez por lo que a los adultos se les dificulta anticiparse a algunos comportamientos o nuevas habilidades de los niños/as (Ej: el gateo, aprender a caminar, trepar, girarse, etc...).



Los/as niños/as no comprenden la diferencia entre lo divertido y lo peligroso por lo que la vigilancia permanente cumple un rol fundamental en prevenir estos eventos.



¿CUÁNDO SON MÁS FRECUENTES LOS ACCIDENTES?

Las lesiones por accidentes tienen a ocurrir cuando estamos más estresados o cansados



En la mañana entre las 8:00 y las 9:00 hrs: Esto debido a que es un momento donde todos estamos apurados para llegar al trabajo o dejar a niños/as en la escuela. Esta frecuencia aumenta si los niños se levantan antes que los padres.



En la tarde entre las 17:00 y las 19:00 hrs: Esto debido a que en estas horas se está preparando la once y/o cena, sumado al cansancio de un largo día de trabajo.




Durante el verano: Ya que los niños tienen a jugar en el exterior y se dificulta su supervisión.



Cuando la familia está pasando por una crisis: Esto debido a la mayor tensión y agotamiento que puede haber en los padres y madres. Ejemplos de esto pueden ser la enfermedad de un familiar, cambio de casa, cesantía, etc...

RECOMENDACIONES PARA PREVENCIÓN DE ACCIDENTES EN EL HOGAR



 En primer lugar se recomienda enseñarles a los niños a tener cuidado:


- Explíquelo lo que es peligroso y el porqué (evite el solo decir el “No hagas”).
- Explíquelo lo que puede y no puede hacer, y el porqué de esto (evite el solo decir “No puedes”).
- Las explicaciones deben ser repetidas varias veces en el tiempo.
- Si a los/as niños/as se les olvida vuelva a reiterar sin retarlos.

 Siempre estar atentos como cuidadores a lo que están haciendo los/as niños/as.

 No dejar a un niño/a pequeño totalmente solo a no ser que sea en su cuna (ni siquiera si es por 1 segundo).


 Al realizar las mudas siempre mantenga una mano en el cuerpo del bebé.


 Al bañar a los/as niños/as siempre compruebe antes la temperatura del agua (ojalá con el codo).

 Compruebe siempre la temperatura de la leche (deje caer unas gotitas en su mano).


RECOMENDACIONES PARA PREVENCIÓN DE ACCIDENTES EN EL HOGAR




 No consuma bebidas calientes si va a tener un niño/a en brazos.

 A partir de los **4-5 meses** su hijo/a puede comenzar a girar sobre sí mismos, por lo que hay que tener mucho cuidado cuando se los deje en alturas.


 Si tiene escaleras se recomienda **instalar alguna reja de seguridad**, sobretodo cuando empiezan a gatear y caminar. Lo mismo si tiene piscinas en su hogar.

 **Guarde productos de limpieza**, medicamentos y otros productos que puedan generar intoxicaciones bajo llave (Considere que los niños/as pueden trepar para intentar alcanzarlos).

 Al cocinar prefiera los **quemadores traseros** para evitar que tome los mangos de las ollas.


 **Proteja los enchufes** si es que se encuentra al alcance de los niños/as.

PREVENCIÓN DE ACCIDENTES DE TRÁNSITO


 Importante enseñar a los/as niños/as sobre educación vial (No cruzar la calle con luz roja y siempre esperar a que los autos se hayan detenido).

 Al andar bicicletas, skates, patines o scooters, siempre usar elementos de protección como casco y rodilleras (independiente de la edad del niño/a).

 Para los/as niños/as más pequeños siempre ir de la mano del padre, madre o cuidador al ir por la calle.

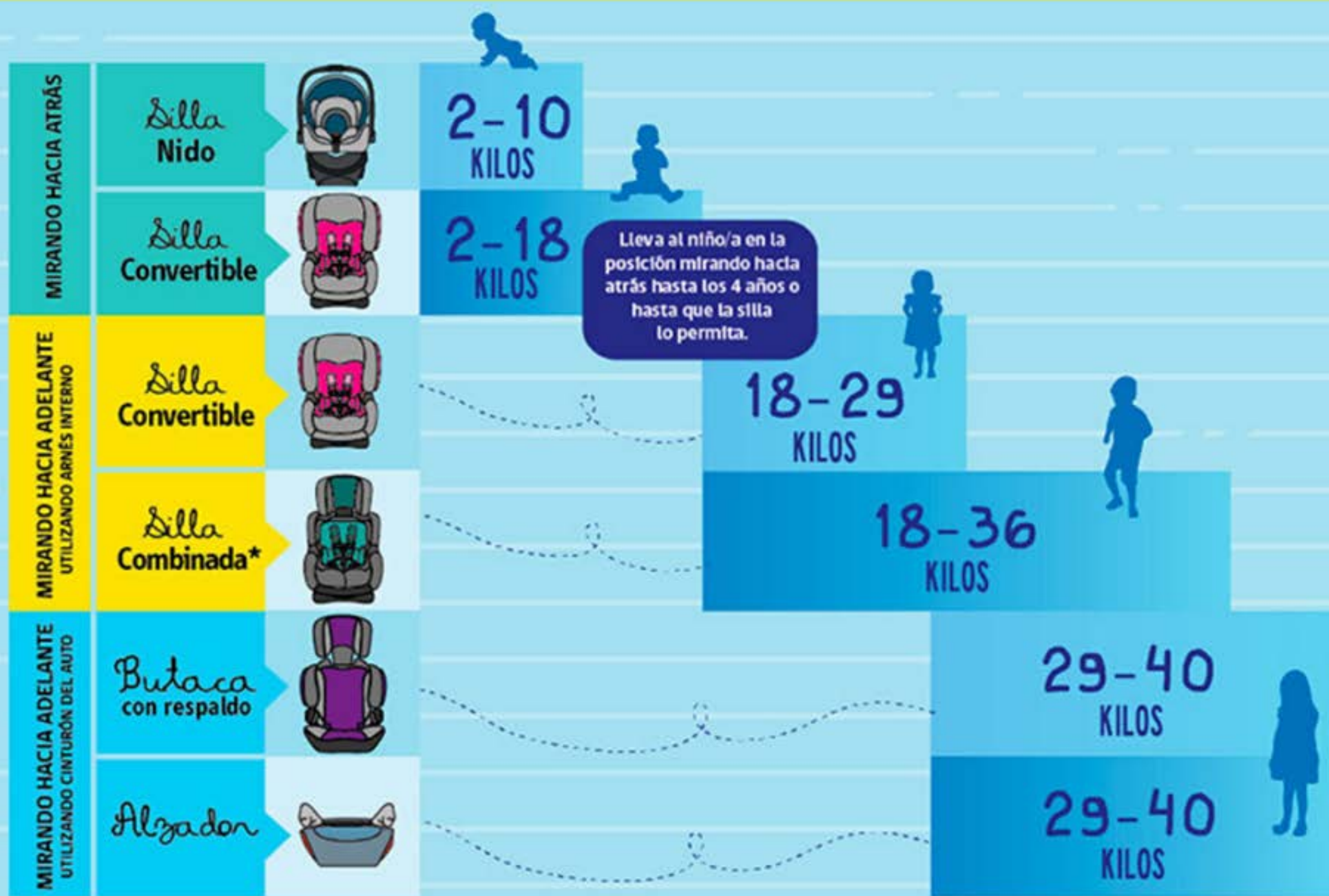
 Los/as niños/as menores de 9 años deben ir en una silla o alzador correspondiente a su talla y peso.

 Los/as niños/as menores de 12 años por ley deben ir en el asiento trasero.

 Los/as niños/as mayores de 12 años, al igual que los adultos, siempre deben ir con su cinturón de seguridad.



Recomendaciones complementarias a la Ley para el traslado seguro de niños



NOTA: Los pesos indicados son valores referenciales. Los límites de peso y altura permitidos de cada silla, los indica el fabricante.
 * La silla combinada primero se utiliza como silla que asegura al niño/a con arnés interno y a medida que va creciendo se transforma en butaca.

Recuerda que la mayoría de los accidentes son **PREVENIBLES** y si llegan a ocurrir podemos minimizar sus consecuencias.

Si llega a ocurrir un accidente **no te sientas culpable**, muchas veces no podemos anticiparnos a los cambios que se producen por el crecimiento y desarrollo de los/as niños/as.

**¡LO IMPORTANTE ES
SIEMPRE TRATAR DE
PREVENIR!**



En la descripción te dejaremos el listado de sillas y alzadores certificados en Chile y un las preguntas y respuestas más frecuentes sobre el uso de estos elementos de seguridad.