Adeslas

Prevenció d'accidents infantils

Els accidents en infants de més d'un any són una causa de malaltia important, i també la causa de mort principal durant la infància i l'adolescència. Afortunadament, una gran part dels accidents es poden prevenir prenent un seguit de precaucions per protegir la canalla i aconseguir un entorn més segur[1,2].

Prevenció d'accidents infantils



Causes principals d'accidents durant la infància[2-4]

Segons l'Organització Mundial de la Salud (OMS), un accident és *"un succés no premeditat el resultat del qual és un dany corporal identificable"*. Els més comuns són:



Caigudes, cops i traumatismes.



Talls i ferides.



Intoxicacions.



Ennuegaments amb menjar o amb objectes petits; asfixia.



Ofegaments.



Cremades per calor, corrent elèctric, substàncies químiques o radiacions.



Accidents de trànsit i atropellaments.



Picades d'insecte i mossegades d'animals.

Prevenció dels accidents infantils[2-5]

La canalla necessita i ha d'explorar l'entorn, però no té consciència dels perills que es poden presentar. Per això, la mesura de **prevenció** més important que podem prendre és **no perdre de vista els infants en cap moment**, ja que **els accidents poden ocórrer en pocs segons.**

Altres **precaucions** que cal tenir en compte per reduir el risc d'accident són:



Utilitza mobiliari homologat i adaptat a l'edat de l'infant (bressol, canviador, trona, etc.).



Utilitza sempre **sistemes de retenció infantil (SRI)** per al cotxe, homologats i adequats a l'edat de l'infant. També és important **ensenyar a la canalla les normes de seguretat viària i a respectar-les.**



Evita que el nen estigui a prop de fonts de calor com forns, estufes, radiadors, barbacoes o planxes.



Evita que mengi caramels i fruita seca sencers fins als tres anys, ja que es podria ennuegar.



No li deixis a l'abast objectes petits com piles, monedes o botons.



Ensenya a la canalla a **respectar els animals.**



Tria'n adequadament les joguines:

- Escull les **certificades i adequades per a l'edat del nen.**
- Vigila que **no tinguin peces trencades o soltes**
- **Evita que faci servir les d'altres infants més grans,** ja que poden tenir peces petites desmuntables o piles de botó.



Evita, si és possible, que l'infant estigui a la cuina mentre es cuina.



No deixis productes de neteja, de cosmètica, pintures, begudes alcohòliques ni medicaments al seu abast.



No li deixis a l'abast bosses de plàstic on pugui posar-hi el cap, per risc d'asfíxia.



Fes-los posar el casc per anar en bici, esquiar o patinar.

Una llar segura per als infants[1,2,5,6]

Tot i que és impossible evitar completament els accidents, podem seguir certes **pautes** perquè casa nostra sigui al màxim de segura possible per als més menuts:



Protegeix els endolls i evita deixar-los cables a l'abast.



Mantingues correctament tancades les portes de terrasses i finestres, i instal-la-hi tancaments de seguretat.



Col·loca barreres a les escales.



No col·loquis mobles enfront de les finestres, per evitar que hi trepi.



Ancora els mobles i les prestatgeries a les parets per evitar venciments.



Allunya els objectes tallants, com ara ganivets o tisores, de l'abast del nen.



Protegeix l'accés i el perímetre de la piscina amb barreres, com una tanca.



Guarda els medicaments amb clau o fora del seu abast i en l'envàs original.



Guarda els productes de neteja, de cosmètica, pintures i begudes alcohòliques en un lloc inaccessible.



Protegeix les cantonades o els sortints dels mobles que quedin a l'alçària del nen.



Instal·la mecanismes de seguretat en armaris i calaixos que estiguin a l'abast de l'infant.



Cuina amb els mànecs de les paelles i les cassoles cap a dins.



No deixis l'infant al bany sense supervisió.

Com s'ha d'actuar en un accident infantil?[3]

En un accident infantil hem d'aplicar la **tècnica PAS**, que es basa en tres pautes senzilles: **protegir, avisar i socórrer**.



Protegir:

- Assegura't que no hi ha cap perill a la zona, ni per al ferit ni per a tu mateix.
- És essencial en situacions més greus com accidents de trànsit, incendis o electrocucions.



Avisar:

- Avisa immediatament emergències trucant al **112**.
- Mantingues la calma durant la conversa.
- Aporta informació sobre el succés i la ubicació.
- Explica les lesions visibles.
- Mantén-te en línia fins que sigui necessari.



Socórrer:

- En la mesura en què sigui possible, ajuda les víctimes. Des del 112 et poden donar indicacions de com socórrer la persona fins que arribin els professionals sanitaris.

Ensenya a la canalla a reaccionar davant d'un accident[3]

És important que els més petits sàpiguen identificar les situacions de risc i reaccionar-hi. Per fer-ho, és recomanable:



Explicar als infants **què és una emergència.**



Ensenyar-los a diferenciar les situacions greus o perilloses de les que no ho són.



Ensenyar als nens el telèfon d'emergències (112) i algunes pautes per trucar-hi.



Ensenyar-los la seva ubicació i número de telèfon perquè puguin comunicar-los a altres persones, si calgués.

Recorda que els infants són curiosos i no tenen consciència del perill. Permet-los descobrir i explorar el món que els envolta, però vigilant-los sempre de prop per minimitzar els riscos de patir un accident.

[1]Accidentes infantiles. Comunitat de Madrid. Consultat l'agost del 2023. https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/accidentes-infantiles

[2]Accidentes domésticos en niños. Artículo monográfico. Revista Sanitaria de Investigación. Setembre, 2022. https://revistasanitariadeinvestigacion.com/accidentes-domesticos-en-ninos-articulo-monografico/

[3]Guia pràctica de primeros auxilios para padres. Hospital Infantil Universitario Niño Jesús. Setembre, 2017. https://www.comunidad.madrid/hospital/ninojesus/file/3227/download?token=P8xmEvb1

[4]Poner la casa a prueba de niños y prevenir los accidentes domésticos. Kids Health. Consultat l'agost del 2023. https://kidshealth.org/es/parents/childproof.html

[5]Prevención de accidentes en niños menores de 2 años. EnFamilia AEP. Gener 2012 (revisat el juliol del 2021). https://enfamilia.aeped.es/prevencion/prevencion-accidentes-en-ninos-menores-2-anos

[6]Hogar seguro para la infancia. Ministeri de Sanitat. Gener 2023. https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevencion/lesiones/ocioHogar/documentosTecnicos/docs/Hogar_seguro_en_la_infancia.pdf