

PREVENCIÓN DE ACCIDENTES EN LA EDAD PEDIÁTRICA

Dr. Luis Enrique Durán Juárez¹

¹Pediatra, Capítulo Moroleón-Uriangato

Bol Col Ped Gto 2023;1(1):49-51

OBJETIVO: Contribuir a la disminución de lesiones por accidentes en los niños a través de medidas preventivas.

¿QUÉ ES UN ACCIDENTE?- La Organización Mundial de la Salud lo define como un evento fortuito, generalmente dañino, independiente de la voluntad humana, provocado por una fuerza exterior que actúa rápidamente y que se manifiesta por la aparición de lesiones orgánicas.

LOS ACCIDENTES OCURREN :

- En el hogar.
- En la escuela.
- En la vía pública.
- En el coche.

LA PREVENCIÓN: es el conjunto de medidas destinadas a reducir la posibilidad de que una persona sufra daño (cortes, quemaduras, intoxicaciones, golpes...).

Cada etapa de la infancia involucra diferentes factores de riesgo, en general, la curiosidad natural por explorar el ambiente, el deseo de desafiar nuevas reglas y la aprobación o aceptación por compañeros de grupo.

RECOMENDACIONES PARA EVITAR ACCIDENTES EN NIÑOS MENORES DE 1 AÑO:

CUNA DEL RECIÉN NACIDO:

- La cuna debe tener una

profundidad desde el colchón hasta el borde de la barandilla de, al menos, 60 cm.

- Si el diseño es de barrotes, estos deben de estar separados por una distancia de entre 4.5 y 6.5 cm para evitar que el bebé quede atrapado al meter la cabeza o parte del cuerpo.
- El colchón debe ser firme.
- No usar almohada.
- No usar redondel.
- No usar peluches.
- Que no esté fabricada o pintada con materiales tóxicos.
- Que tenga sistema de frenos.
- La cuna debe estar en el cuarto de los padres.

MUERTE DE CUNA:

- El bebé debe acostarse boca arriba, la cabeza debe quedar mirando hacia un lado para evitar peligro en caso de regurgitación que broncoaspire y debe alternarse la posición de la cabeza para evitar que se produzcan deformidades.
- No envolverlo como "tamal".
- No cobijarlo en exceso.

DURANTE EL BAÑO:

- Debe de acercarse todo lo que necesite para el baño y para posteriormente vestirlo.
- Debe hacerse en una habitación totalmente libre de corrientes de aire.

- La tina debe ser expresamente diseñada para el baño de bebés.
- La tina debe de tener una alfombrilla antideslizante.
- Probar la temperatura del agua antes de meterlo.
- Bajo ningún concepto se debe dejar solo al bebé en la tina.
- No usar cotonetes para limpiar los oídos.

DURANTE EL GATEO:

- Colocar protectores en las tomas de corriente eléctrica.
- Evitar cables conectados a la corriente eléctrica.
- Evitar juguetes muy pequeños con los que se puede atragantar.
- Usar barandales en las escaleras.

RIESGO DE ASFIXIA:

- No dejar objetos, juguetes ni alimentos pequeños (dulces, frijoles, chicharos, botones...).

RIESGO DE CAÍDAS:

- No dejar solo al bebé sobre superficies elevadas como camas, sillas, mesas...).

RIESGO DE AHOGAMIENTO:

- Jamás dejar solo a un bebé cerca de lugares donde haya agua (cisternas, cubetas, albercas, w.c, tinas...)

RIESGO DE QUEMADURAS:

- No permitir que los niños jueguen en la cocina

- Mantener alejados de agua o alimentos calientes, planchas, enchufes, fogones, estufas...

RIESGO DE ENVENENAMIENTO:

- Siempre guardar medicamentos, bebidas alcohólicas y químicos (productos de limpieza, aceites, insecticidas) en un lugar alto y bajo llave.
- Evitar automedicar a los niños.

RIESGO EN TRANSPORTE:

- Usar siempre silla porta bebé orientada hacia atrás y colocada en el asiento trasero del vehículo.

EN LA CASA:

Es responsabilidad de los papás del bebé asegurar que viva en un lugar seguro donde puede aprender y crecer:

OBJETOS PEQUEÑOS Y FLUIDOS:

- Todo lo que toma el bebé se lo lleva a la boca. No deje sobre el suelo ni sobre las mesas palomitas de maíz, cigarrillos, motas de polvo, monedas, sujetadores de papel, grapas, pelotas pequeñas, canicas y cualquier objeto que mida menos de 5 centímetros.
- Ponga fuera del alcance del bebé todos los cordeles de las persianas y no ponga la cuna cerca de ventanas con cortinas o persianas con cordeles.

ARTÍCULOS ELÉCTRICOS:

- Cubra todos los enchufes eléctricos que no se usan con tapones plásticos.
- Coloque los abanicos y ventiladores en un lugar alto.

- En la cocina no deje cables eléctricos colgando.
- Ponga los mangos de las ollas hacia atrás de la estufa.

BOLSAS PLÁSTICAS Y GLOBOS:

- Las bolsas plásticas son un peligro. El bebé puede poner cualquier tipo de bolsa sobre su nariz y boca y asfixiarse.
- Los globos, tire inmediatamente a la basura los globos reventados.

VENENOS:

- Ponga en un lugar alto todos los productos de limpieza.
- Ponga trabas y candados a prueba de niños en los estantes donde guarda productos químicos.
- Algunas plantas domésticas son venenosas.
- Si tiene una fiesta tire todas las bebidas sobrantes en el lavamanos.
- Los cigarrillos son peligrosos si el bebe los come.
- Los botiquines y estantes con medicamentos deben mantenerse bajo llave.
- Nunca diga a un niño que un medicamento es “dulce”. En grandes cantidades, aún las vitaminas y píldoras de hierro pueden causar la muerte a un niño.

ESCALERAS:

- Instale puertas de seguridad en la parte de arriba y debajo de las escaleras.

- Siempre ponga seguros a las puertas.

AGUA:

- Mantenga las tapas de los inodoros cerradas .
- No deje baldes con agua descuidados cuando está haciendo limpieza o lavando el automóvil.

BIBLIOGRAFÍA

1. Lie, L., Runyan, C. W., Petridou, E., & Chang, A. (1994). American Public Health Association/American Academy of Pediatrics Injury Prevention Standards. *Pediatrics*, 94(6 Pt 2), 1046–1048.
2. Centro Nacional para la Salud de la Infancia y la Adolescencia. Acceso el 5 de marzo de 2023, disponible en <https://www.gob.mx/salud%7Censia/>
3. Secretariado técnico del Consejo Nacional para la Prevención de Accidentes, México. Acceso el 5 de marzo de 2023, disponible en <https://www.gob.mx/salud/acciones-y-programas/secretariado-tecnico-del-consejo-nacional-para-la-prevencion-de-accidentes-102486?state=published>