

PREVENCIÓN DE ACCIDENTES, MÁS QUE UNA VENTANA DE OPORTUNIDAD PARA NUESTROS HIJOS

Dra. Karen Dayairé García Mejía¹

¹Médico Pediatra, Capítulo León

Bol Col Ped Gto 2025;3(1):4-7



Como ya sabemos nuestros niños son personas que se encuentran en periodos de cambios constantes, en los cuales desarrollan durante este proceso habilidades y destrezas acordes a su edad, por lo que pueden modificar su forma

de pensar y cómo entienden el entorno que los rodea.

En esta incansable etapa de aprender y explorar el mundo, puede estar en riesgo en muchas ocasiones su integridad física, ya que en la mayoría de las veces no saben identificar los peligros que los rodean.

¿Qué es un accidente?

Según la Organización Mundial de la Salud, un accidente se define como un suceso que ocurre de manera fortuita y es causado por una fuerza externa. En general, se entiende el accidente infantil como un riesgo connatural al

crecimiento y al aprendizaje de la vida.

Magnitud del problema

Los accidentes se sitúan entre las 3 primeras causas de muerte a nivel mundial, con más de 875,000 muertes al año en menores de 18 años sin tomar en cuenta a aquellos que requieren cuidados hospitalarios por lesiones no fatales y muchos otros por secuelas permanentes.

De acuerdo con datos de la última encuesta ENSANUT Continua 2022 que han sido publicados por la Secretaría de Salud, 712 mil niñas y niños de entre 0 y 9 años sufrieron alguna lesión accidental en nuestro país.

Esto quería decir que 3.3% de las niñas y niños de 0 a 9 años en el país habían sufrido un accidente durante 2022,

Como vimos, los accidentes son una de las primeras causas de enfermedad y muerte en los niños, siendo las caídas la principal causa y el lugar donde más ocurren estos, es en el hogar con un reporte del 43.6% en los

niños de 0 a 9 años, por lo que está en nuestras manos poder prevenirlos.

Los accidentes pueden variar acorde a la edad de los pequeños, pero en general los más frecuentes son los siguientes

1. Caídas
2. Accidentes de tránsito
3. Intoxicaciones
4. Incendios y quemaduras
5. Ahogamiento

Las medidas de prevención no son costosas, pero sí requieren educación, ingenio, constancia, responsabilidad, participación y compromiso de los padres, maestros y de toda la comunidad, por lo que a continuación se muestran acciones para que nuestro hogar deje de ser el lugar más peligroso para nuestros pequeños.

HOGAR SEGURO

El hacer de nuestra casa un lugar menos peligroso para nuestros hijos es lo que abrirá la ventana de oportunidad para prevención de accidentes por lo que a continuación se brindan una serie de recomendaciones para lograrlo.

Colocar tapones de seguridad en todos los tomacorrientes eléctricos que no se utilicen, esto mantendrá a su pequeño fuera del riesgo de descarga eléctrica ya que los pequeños les llaman la atención estos orificios para introducir sus deditos o juguetes.

Verificar que no se encuentren tirados en el piso juguetes u otros objetos que puedan ser peligrosos si un niño los ingiere. Algunos ejemplos incluyen monedas, cuentas, botones, alfileres y píldoras, que pueden causar asfixia o intoxicación.



Así como método de prevención de caídas.

Checar que aparatos o juguetes que llevan baterías de botón o moneda de litio para que los mantenga fuera del alcance de los niños. Ya que estos elementos cuando se inhalan o se ingieren, pueden causar daños rápidos y potencialmente mortales en el esófago o los intestinos.

Verifique la estabilidad de los muebles ya que esto incrementa el riesgo de caída de éstos si los pequeños intentan treparlos o usarlos como medios para alcanzar objetos.

Para evitar caídas de ventanas, instale protectores de ventana



movibles que solo un adulto o un niño mayor puedan abrir desde el interior.

No coloque sillas, sofás, mesas bajas ni otros elementos sobre los que un niño podría treparse en frente de una ventana.

No deje bolsas de plástico tiradas ya que estas pueden asfixiar a los niños. Tampoco guarde los juguetes u otros objetos en bolsas de plástico.

Para prevenir quemaduras, revise las fuentes de calor, como puede ser estufas microondas, calentadores eléctricos y planchas los cuales deben estar cubiertos y protegidos para que su hijo no pueda acercarse a ellos.

No deje agua hervida al alcance de los pequeños ni deje que estos estén jugando en la cocina mientras se está cocinando.

El hogar más seguro para un niño es un hogar sin armas. Si tiene un arma de fuego, es esencial guardarla descargada en un estuche con llave, con la munición guardada en un lugar separado, aunque lo ideal sería no tenerlas.

Coloque cerraduras de seguridad en todos los armarios con líquidos de limpieza u otros artículos

peligrosos. También guarde todos los medicamentos fuera del alcance de los niños.

No haga confianza de las tapas de seguridad para niños que tienen algunos medicamentos.

OJO: no colocar productos de limpieza en envases de refresco, colocarlos en un envase con una señal de peligro y en la alacena bajo llave.

Mantenga todas las bebidas alcohólicas bajo llave.

Instale puertas de seguridad en la parte superior e inferior de las escaleras cuando su hijo esté aprendiendo a gatear y a caminar.

Revise los muebles con bordes duros y esquinas afiladas que podrían lastimar a su hijo. Si es posible, retire los muebles peligrosos de las áreas de tránsito, especialmente cuando su hijo está aprendiendo a caminar.



También puede comprar los protectores acolchados de plástico para las esquinas.

Identificar qué plantas de interior podrían ser perjudiciales. Ya que hay algunas plantas muy comunes en nuestro país como lo es la planta

elegante, la cual conlleva un peligro tenerla en el hogar, ya que de ser ingerida ésta es tóxica.

Ahora que ya lo saben, hay que poner manos a la obra para hacer de nuestro hogar, un lugar seguro para el desarrollo y crecimiento de nuestros hijos, y con esto evitar en mayor medida el riesgo de un accidente que podremos lamentar.

REFERENCIAS

1.- Lesiones no intencionales en México. Ensanut Continua 2022 Elisa Hidalgo-Solórzano, M en C de la Salud,(1) Manuel Alejandro Martínez-Nolasco, M en C de la Salud,(1) Araczy Martínez-Dávalos, M en SP,(1) Martha Híjar, D en C de la SP.

2.-“Lineamiento de Operación del Componente Prevención de Accidentes en la Infancia”. Centro Nacional para la Salud de la Infancia y la Adolescencia Francisco de P. Miranda 177, Actualización: Diciembre 2019

3.- Epidemiología de lesiones no intencionales en niños: revisión de estadísticas internacionales y nacionales

Edgar Bustos Córdova^a, Rosa Georgina Cabrales Martínez^a, Magdalena Cerón Rodríguez^a, María Yolanda Naranjo López^a

^aPediatría Ambulatoria, Hospital Infantil de México Federico Gómez, México D.F., México

Vol. 71. Núm. 2. páginas 68-75 (marzo 2014)