



### Las situaciones domésticas más habituales implican riesgos.

Es necesario que seamos conscientes de estos riesgos y adoptemos las medidas de seguridad más adecuadas para prevenir accidentes.

### La prevención en casa

Cada lugar de la casa tiene sus propios riesgos. Sin embargo, las investigaciones sostienen que por orden de prioridad los lugares donde ocurre mayor cantidad de accidentes son:



cocina



baño



dormitorio



garage



jardín

### ¿Quiénes tienen más riesgos de sufrir accidentes domésticos?



Los niños  
**menores a 5 años.**



Los ancianos  
**mayores de 65 años.**

### ¿Cuáles son los accidentes más comunes?



#### Caídas y resbalones

A causa de suelos húmedos, alfombras, mala iluminación, etc.



#### Intoxicaciones, alergias o irritaciones

Producidos por medicamentos, perfumería, insecticidas, productos de limpieza, pintura o combustibles.



#### Incendios y explosiones

Se generan por combustibles, mecheros, fósforos, planchas, cigarrillos mal apagados, velas o sobrecalentamiento de aparatos eléctricos.



#### Electrocuciones

Sucede cuando los aparatos eléctricos superan los 200-250 voltios, o cuando los niños tocan un tomacorriente.



#### Quemaduras

Son lesiones producidas por calor. También pueden ser causadas por salpicaduras de agua o aceite al cocinar.



#### Atrapamientos

Sucede cuando alguna parte de nuestro cuerpo es aprisionada por objetos, máquinas o muebles.



#### Heridas

Se trata de cortes o raspones en la piel producto del contacto con un objeto punzante o cortante, caídas, arañazos o mordeduras de animales domésticos.



#### Golpes

Producidos por cajones, puertas, ventanas, libros y objetos colocados en altura.



#### Asfixia respiratoria

Sucede por ahogo, atragantamiento o estrangulamiento.

### ¿Cómo puedo prevenirlos?

✓ **Advertir** el riesgo.

✓ **Valorar** los posibles peligros.

✓ **Adoptar** una actitud segura.



#### Para los más chiquitos

- ✓ Procurá que los niños estén **siempre acompañados** por un adulto responsable, sobre todo en la cocina y los baños.
- ✓ Mantené los botones, las pilas, las pastillas y todos los objetos pequeños **fuera de su alcance**. También evitá que puedan acceder a elementos de vidrio, pesados o cortantes.
- ✓ Guardá medicamentos y productos de limpieza en **lugares seguros**.
- ✓ Mantené **lejos de los niños** cualquier mobiliario que puedan utilizar para trepar.
- ✓ Sugerile a tus chicos **no cerrar las puertas** con llave para poder socorrerlos fácilmente en caso de accidente.



#### Electricidad y gas

- ✓ **Protege** enchufes y electrodomésticos.
- ✓ **Revisá** las instalaciones eléctricas.
- ✓ **No manipules** artefactos eléctricos mojados o húmedos.
- ✓ Controlá que la instalación de gas **no tenga pérdidas**.
- ✓ **Cerrá la llave** de gas mientras no estés usándola.
- ✓ **Ventilá diariamente** los espacios calefaccionados con equipos sin tiro balanceado para evitar intoxicaciones por monóxido de carbono.



#### Otros

- ✓ **Secá bien los pisos** para evitar resbalones y caídas. También podés recurrir al **uso de barrales** en ciertos espacios.
- ✓ Al cocinar, procurá **utilizar las hornallas de atrás** colocando los mangos y las manijas hacia dentro.
- ✓ **Controlá los vencimientos** de los alimentos y medicamentos para evitar intoxicaciones.
- ✓ Si utilizás **insecticidas**, procurá que sean en **aerosol**. Luego, ventilá adecuadamente el espacio para **renovar el aire**.
- ✓ **Evitá automedicarte**. Si te sentís enfermo, consultá a tu médico.

### ¡Consejos prácticos!



**Un buen botiquín de urgencias**, en lugar accesible, seguro y alejado de los niños, puede ser de gran utilidad en los primeros momentos de un accidente.



### ¿Qué debo tener en mi botiquín?

- Guantes de látex**  
Para no contaminar heridas y para seguridad de quien asiste.
- Gasas y vendas limpias**  
Para limpiar heridas y detener hemorragias.
- Líquidos antisépticos**  
Iodopovidona o agua oxigenada para prevenir infecciones.
- Tijera**  
Para cortar gasas, vendas o ropa.
- Cinta adhesiva**  
Para fijar gasas o vendajes.
- Jabón neutro (blanco)**  
Para higienizar heridas.
- Curitas**

Podés agregar los medicamentos utilizados habitualmente, siempre que hayan sido recetados por un médico.