

## PREVENCIÓN DE ACCIDENTES EN LA INFANCIA

Para conocerlos, primero tendríamos que saber **¿ Qué es un accidente? ¿A qué podríamos llamar accidente?**

- El origen de la palabra accidente procede del latín, y significa “ que ocurre “. Algo que ocurre.
- La OMS ( Organización Mundial de la Salud), lo define cómo
  - Un acontecimiento fortuito
  - Generalmente desgraciado o dañino
  - Independiente de la voluntad humana
  - Provocado por fuerza exterior
  - De actuación rápida
  - Y se manifiesta por daño corporal y/o mental

**¿ Tienen suficiente importancia para sentirnos muy preocupados?** Si, por los efectos que sobre la salud tienen y el ser una fuente de sufrimiento. Pero la verdadera preocupación es que:

- Suponen la primera causa de muerte entre los 1 y 15 años de edad.
- Serían evitables en su mayoría, si los adultos estuviéramos “ más preparados”.
- Los adultos no solemos mirar al mundo que nos rodea desde la óptica o perspectiva del niño.

**¿ Qué justifica desde el “ mundo infantil “ el que ocurran los accidentes?** Lo siguiente:

- La curiosidad por conocer el mundo que le rodea
- La educación que recibe
- El aprendizaje que hace de ese mundo
- La progresiva autonomía que adquiere y la simultanea responsabilidad que deben adquirir sus actos
- La prohibición que se les hace
- Las conductas arriesgadas ( de ahí mayor nº de accidentes en niños que en niñas)
- La dificultad para algunos adultos el “ controlar “ al niño las 24 horas del día.

**¿ Está, por tanto, predestinado el niño a que le ocurran accidentes?** ¡ No!

Siempre que el adulto cercano al niño tuviera la percepción del mundo cercana al menos a cómo la tiene el niño. Y saber qué cualquier objeto y cualquier actividad puede dar lugar a un accidente.

**¿ Por tanto, cuáles serían las reglas de oro para evitar los accidentes?** Serían las siguientes:

- No dejar nunca a un niño sólo.
- No confiar siempre en que el niño es incapaz de hacer...
- El niño es capaz de entender todo lo que se le explique (siempre que se haga a su “medida”).
- Y la más importante, es que el niño es capaz de entender lo que “ve en nosotros los adultos”.

**¿ Cada edad presente predominio de determinado tipo de accidente?** Sí. Pero no por la edad en sí, sino porque cada edad manifiesta un grado de desarrollo psicomotor, que matiza en el niño determinadas actividades y que, además, se pueden ejecutar en medios diferentes. Los primeros serían principalmente en el hogar, después en la guardería, el parque, el colegio, etc.

**¿Es la vivienda un mundo apto para que ocurra multitud de accidentes?** Sí. Y es dónde, además, ocurre el mayor número de accidentes en los primeros años de vida. Está diseñada por adultos, y para uso de adultos. No suele pensarse en el diseño que algún día la habitará algún niño.

**¿ Qué tipos de accidentes se pueden dar en el hogar?** Muy diversos, cómo:

- Bañera: Tanto quemaduras por la temperatura del agua, como ahogamiento.
- Estufas, radiadores, chimeneas ( quemaduras).
- Cocina: Quizá la zona más peligrosa de la casa, quemaduras por los fuegos (usar los más cercanos a la pared), los mangos de los utensilios al fuego, etc.
- Circular por la casa con líquidos u otros elementos calientes.
- Manteles en la mesa ( objetos diversos encima y con diversas temperaturas).
- Tener al pequeño en brazos mientras se toman elementos calientes.
- No se debe de calentar alimentos en el microondas para el pequeño ( no calor regular).
- Ojo con maquinillas y cuchillas de afeitarse, también con objetos de costura.
- Ojo cuchillos y tenedores. Vajilla y objetos de cristal.
- Herramientas de bricolaje.
- Enchufes eléctricos. Las conexiones de los electrodomésticos y ellos en sí.
- Luces de Navidad.
- Superficies blandas en la cuna. Cojines
- Bolsas de plásticos. Globos.
- Juguetes con componentes pequeños. Objetos pequeños en sí.
- No comer nada mientras se está acostado.
- No correr, ni risas, con alimentos en la boca.
- No facilitarles frutos secos ( nunca antes de los 6 años)
- Ojo con pilas de botón
- Ojo piscina de plástico.
- Ojo medicamentos. Insecticidas. Detergentes. Lavavajillas. Raticidas.
- Ojo bebidas alcohólicas.
- Ojo con plantas decorativas por si tienen algún componente tóxico o venenoso.
- Ojo con caídas de la cuna, cama, vestidos, trona.
- No acostarlos con adultos.
- Poner rejas en las ventanas.
- No dejar objetos cerca de los pretilos, barandas de los balcones y terrazas.
- En las escaleras poner puerta de seguridad.
- Ojo con las esquinas de los muebles.
- Ojo con cables, cuerdas, cintas en la cabeza, cadena en el cuello, pulseras, etc.

- Ojo con las mascotas ( perro, gato, etc.), por las lesiones y enfermedades transmisibles.

Y en definitiva, cada objeto es un riesgo en sí.

**¿ Y los accidentes fuera del hogar?** Influyen diversas circunstancias:

Educación vial: Procurar no ir sólo por la calle, enseñarle cómo y por dónde cruzar una calle, cuándo cruzarla, dónde debe de ir dentro del vehículo, no asomar parte del cuerpo por la ventanilla del vehículo, usar casco en las motos y en las bicicletas.

Ojo con las sillas dentro del vehículo si este está al sol (posibilidad de quemaduras). Usar carril-bici ( siempre que estos existan).

Parque: Valorar que las atracciones estén bien mantenidas y cuidadas ( los columpios, los toboganes, etc.). Y que la arena esté limpia.

Piscina: Que tenga valla protectora, que el acceso no esté libre, no perder de vista nunca al niño, seguir las instrucciones de los socorristas, no confiar en los flotadores, o en los manguitos, no bañarse sólo, no arrojarse al agua sin reconocer previamente la profundidad o si hay alguien dentro, etc.

Colegio, guardería, y deportes no reglados, sobretodo en las actividades recreativas. Y mención especial por la frecuencia de su uso, y el no uso de la protección debida, es la figura del monopatín ( siendo conveniente el uso de casco, y las protecciones de codos, rodillas, etc.)

Y ya en los deportes reglados, los encuentros entre los distintos contendientes los golpes suelen ser más contundentes a más edad, por lo tanto las lesiones mayores. Aquí juega gran papel el monitor-entrenador del mismo. Y tener en cuenta que cada deporte presenta unas lesiones que le son características.

Autor: Manuel Aguilar Peral.  
Pediatra. C.S. La Paz. Badajoz