

Prevención de Accidentes en Pediatría

Generalidades

Está demostrado que los hijos de una familia que se desarrollan en un ambiente psicofísico armónico obtienen innumerables beneficios, entre ellos, **confiar en sí mismos** y contar con una **autoestima saludable**. Estas dos condiciones, son las que permiten que el ser humano se desarrolle integralmente y acorde a sus potencialidades.

En lo que concierne a prevención de accidentes, los padres debemos comprender que “el aprender a cuidarse en el niño” esta completamente enraizada en la crianza, en un interjuego natural que transcurre entre la educación y la supervisión. Sin duda que mientras son pequeños, prima la supervisión, pero también debemos saber, que aún a esa edad uno lo esta educando principalmente con sus actos.

Los padres son para sus hijos como espejos, por eso cuando abundan en el hogar los buenos ejemplos, la empatía, el respeto y la alegría, la enseñanza y el aprendizaje de comportamientos seguros se ve facilitada.

He escrito una pequeña guía de supervisión para prevenir accidentes en niños pequeños. Seguramente en otro hable del camino educativo.

Cómo evitar asfixias

El bebe debe tener el cuello libre

Esta es la razón para prender el chupete o las medallitas a una cinta de 15 cm. de largo a la ropa con un alfiler de gancho de seguridad o broche tipo cocodrilo.

El bebe en la cuna

Durante los primeros meses lo ideal para un bebe es dormir en moisés.

Si duerme en cuna, la distancia entre los barrotes debe ser inferior a 6 cm. (**tres dedos juntos**). Si es mayor, colóquele una chichonera para evitar que el niño pase su cuerpo y quede colgado por el cuello.

La comida y los juguetes

Los bocados grandes, los objetos pequeños y las astillas de juguetes son peligrosas porque pueden aspirarse a la garganta o a los bronquios del bebe.

De allí la importancia de acompañarlo mientras come, proceder a la guarda de los objetos pequeños y proveerle juguetes grandes e inastillables.

Baño

Está demostrado que durante los **primeros tres años** de vida es necesario acompañar al niño mientras se baña. Esta conducta rinde buenos dividendos familiares.

Piletas de natación

El ahogamiento por inmersión es desgraciadamente un accidente fatal frecuente en nuestra zona (San Isidro, Don Torcuato, etc.).

Para evitarlo, es indispensable mantenerse junto al hijo y sus amigos cuando estén cerca del agua. Recuerde que las defensas pasivas (cercos de 1,20 cm. de altura) son un excelente complemento pero **jamás reemplazan la eficaz compañía de un adulto**.

El niño, su cuello y su cabeza

El niño de un año y medio es un gran imitador y simulando vestirse es capaz de colocarse cualquier cosa alrededor de su cuello. De allí la necesidad de guardar: cuerdas, cordones, bolsas de polietileno, etc. fuera de su alcance a la vez que, facilitarle elementos seguros para que continúe imitándolos.

La otra edad de riesgo de asfixias por ahorcamiento se presenta entre los niños de 5 a 7 años cuando, empujados por su fantasía, imitan a sus héroes (Batman, Hombre Araña, etc.) utilizando cuerdas. De ahí, que todo juego de esta índole requiera la supervisión de un adulto.

La familia y el oxígeno

Es sabido que, cualquier tipo de combustión consume oxígeno. Es útil demostrárselo a los chicos de 7 a 8 años (vela prendida tapada con un frasco) para que comprendan porque es necesario mantener ventilado el ambiente cuando están encendidas las estufas, el horno, etc.

Quemaduras

Vaporizaciones

Evite problemas. Use la ducha o un vaporizador colocado en un lugar seguro y a más de 70 cm. del niño.

Traslado de líquidos calientes

- **Verifique que sus hijos estén alejados del paso.**
- **Cocinando**

Ayúdelo a comprender desde pequeño que la cocina es un lugar de trabajo y no de juego.

A la vez procuren:

- Cocinar preferentemente en las hornallas de atrás con los mangos hacia la pared.
- Llamar a un técnico si perciben olor a gas.
- Guardar cualquier material inflamable fuera de este ambiente.

El niño y la Altura (Caídas)

La realidad demuestra que existen tres dimensiones: alto, largo y ancho. Si se fijan en las primeras letras se forma ALA y eso es justamente lo que no tienen los niños. De allí que la superficie ideal para un bebé es aquella que es baja, ancha y larga como el piso.

Hasta que el niño aprenda a conducirse y a respetar la altura procuren:

- Colocar defensas en balcones, escaleras, terrazas, etc., antes que gatee.
- Concurrir sólo a plazas que tengan juegos asentados en tierra o arena.
- Mantenerse junto a él cuando esté en el cambiador, cama, cuna sin barandas, etc.

El bebé y las sustancias peligrosas

La intoxicación es un accidente hogareño frecuente que puede evitarse adquiriendo un sencillo hábito: guardar las sustancias peligrosas después de usarlas.

Las posibilidades para conseguir una guarda segura contra niños pequeños consiste en usar barreras infranqueables para ellos como la altura (1,60 m) o el empleo de cerraduras (llave).

Hábitos útiles:

- Tomar los medicamentos fuera de la vista del niño.
- Administrar al niño sólo fármacos prescritos por un médico.
- Mantener los productos peligrosos en su envase original y bien guardados.

El niño y los Animales

Un niño está maduro para disfrutar con la compañía de un animal alrededor de los cinco años.

Hasta entonces es prudente:

- Tenerlo alzado cuando haya algún animal cerca.
- Hacia los tres o cuatro años enseñarle a cumplir las consignas: "dejálo dormir tranquilo", "dejálo comer en paz".
- Recordar que un animal faldero es muy celoso por eso, cuando lleguen con su hijo recién nacido un paso preventivo importante es presentárselo.

El bebé y el viaje en automóvil

En una ciudad la mayoría de los accidentes de tránsito ocurren viajando a 60 km. por hora.

Si se choca viajando a ésta velocidad contra un blanco fijo ocurre algo lamentable la máquina queda casi intacta y sus ocupantes tremendamente lesionados. Esto sucede porque el auto tarda en frenar 0,1 y los ocupantes que salen despedidos a la velocidad antes mencionada frenan en 0,01 segundo (contra el volante, tablero, parabrisas, etc.).

Esto significa que cuando lo gente ya se estrelló y quizás murió, el auto no terminó aún de detenerse.

De lo anterior se deduce que lo importante es que cuando se produzca un choque, **máquina y ocupantes frenen juntas** ya que ambos viajan a 60 km. por hora.

ESTA, es la importante función que cumple el cinturón de seguridad y la silla de seguridad para bebés.

Tanto el cinturón de seguridad como el colchón neumático son efectivos: más del 50 % de sobrevivida en adultos que viajaban con cinturón de seguridad colocado y más del 70 % en chicos que viajan en silla de seguridad).

Riesgo eléctrico

- **Evite el uso de prolongadores o instalaciones precarias.**
- **Coloque disyuntor de corriente y llaves térmicas de corte.**

Agradecimientos:

Al Dr. Carlos Beccar Varela por permitirme difundir materiales que hemos preparado juntos.

Bibliografía consultada:

Dres. Juan Carlos Santillán - Carlos Beccar Varela, EL ARTE DE CUIDAR A SU HIJO, Ediciones Macchi, 1991.

Material de difusión gratuita elaborado por el Dr. Juan Carlos Santillán - Médico Pediatra, Fundación Acción Familiar y Grupo Médico Don Torcuato.

Fuente:

Grupo Médico Don Torcuato
www.gmedicodontorcuato.com.ar

www.ecomed.org.ar