

CAPITULO I: PREVENCIÓN DE ACCIDENTES.

Los accidentes son definidos como sucesos perjudiciales independientes de nuestra voluntad. Son frecuentes y pueden producir varios tipos de daños, desde leves hasta graves y mortales.

A pesar de que muchos accidentes son imprevisibles e involuntarios, vale la pena preguntarnos si podemos hacer algo para evitarlos.

Observemos con atención este dibujo: el niño y el ambiente que lo rodea.



¿Vé alguna situación de peligro?

¿Qué podría ocurrir?

¿Qué se podría hacer?

MUCHOS ACCIDENTES AFECTAN A LOS NIÑOS POR LAS SIGUIENTES RAZONES:

1. Los niños pequeños tienen mucha curiosidad para descubrir el mundo. Quieren tocar todo lo que está a su alcance. Tratan de comer o beber cualquier cosa. No conocen el peligro de sus actos.

Por eso, **muchos accidentes afectan a los niños menores, especialmente de uno a cuatro años de edad.**

2. **El medio está lleno de peligros** porque los adultos lo han creado para ellos, sin tomar precauciones para los niños. Los accidentes son más frecuentes en los hogares pobres con falta de espacio, malas instalaciones eléctricas, etc.

3. La mayoría de los accidentes se deben a simples **descuidos por parte de los adultos**. Muchos accidentes ocurren en familias numerosas, donde ambos padres trabajan todo el día y dejan a los niños con otros familiares, hijos mayores o vecinos. Cuando los papás regresan pueden sentirse muy cansados y no darles suficiente atención a los niños.

También muchos adultos desconocen los riesgos que corre el niño en determinadas situaciones. De lo contrario, varios accidentes se podrían evitar.

LOS ADULTOS DEBEN APRENDER A RECONOCER LOS PELIGROS QUE EXISTEN EN LA CASA Y EN LA COMUNIDAD PARA TOMAR LAS MEDIDAS ADECUADAS.

A LOS NIÑOS TAMBIÉN SE LES DEBE ENSEÑAR LAS PRECAUCIONES QUE CORRESPONDEN A SUS EDADES Y ACTIVIDADES.

¿DONDE OCURREN LOS ACCIDENTES MAS FRECUENTES?

1. La mayoría de los accidentes ocurren en la casa o en los alrededores próximos.

Los más frecuentes son:

- Las caídas (desde un mueble, la cama, etc..) y los golpes.
- Las heridas (por instrumentos punzantes o cortantes).
- Las quemaduras (por fuego, líquidos calientes, electricidad, productos químicos).
- Los ahogos (en recipientes de agua, bolsas plásticas, por atragantamiento de dulces y otros).
- Los envenenamientos o intoxicaciones (por medicamentos, productos de aseo, gas, etc.).

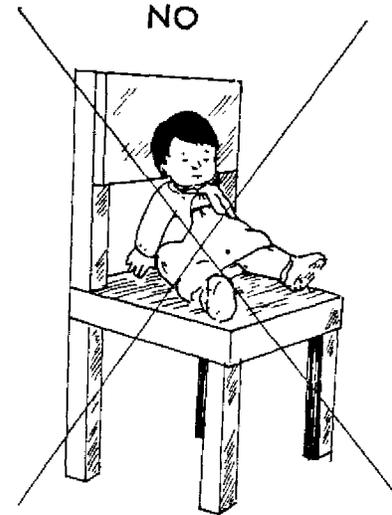
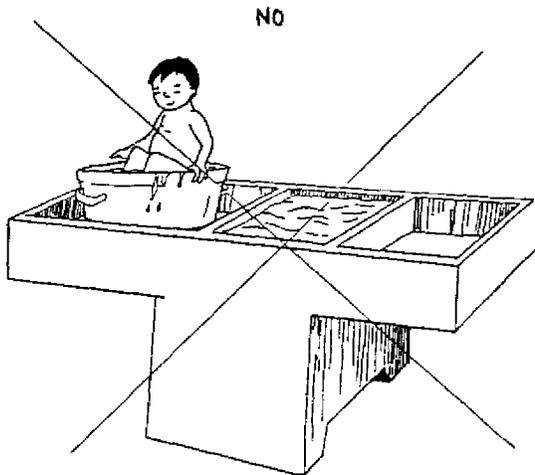
2. En segundo lugar vienen los accidentes de tránsito, en los últimos años han venido aumentando debido a:

- La mayor cantidad de vehículos que circulan.
- El descuido y la irresponsabilidad de varios pilotos (velocidad muy alta, el no respeto de las normas de seguridad, poca experiencia de manejar, etc.).
- Alcoholismo y drogadicción de muchos conductores.
- Fallas mecánicas de los vehículos.
- Falta de medidas adecuadas para la protección y la circulación de los peatones.
- Falta de espacio para deporte y áreas verdes, entonces los niños juegan en la calle.
- Descuido de los adultos/padres.

Muchos accidentes de tránsito afectan a los niños. Ellos estiman difícilmente la velocidad de los carros. Solamente a partir de los doce años el niño ya es capaz de tener una conducta segura como peatón o ciclista.

Precauciones durante el primer año de vida de su niño

- No lo deje solo en sillas o mesas.
- Mantenga altos los barrotes de la cuna.



- No lo deje solo en la pila o en recipientes llenos de agua.

- Mantenga fuera de su alcance todo objeto pequeño que al tragarlo podría asfixiarlo.

- Coloque fuera de su alcance elementos que estén muy calientes o en ebullición.



- No use sábanas ni guardacolchones de plástico.

■ Otras: _____

Precauciones durante el segundo año de vida

- Mantenga fuera de su alcance ollas o sartenes colocados al fuego.
- Use las hornillas posteriores de la estufa.

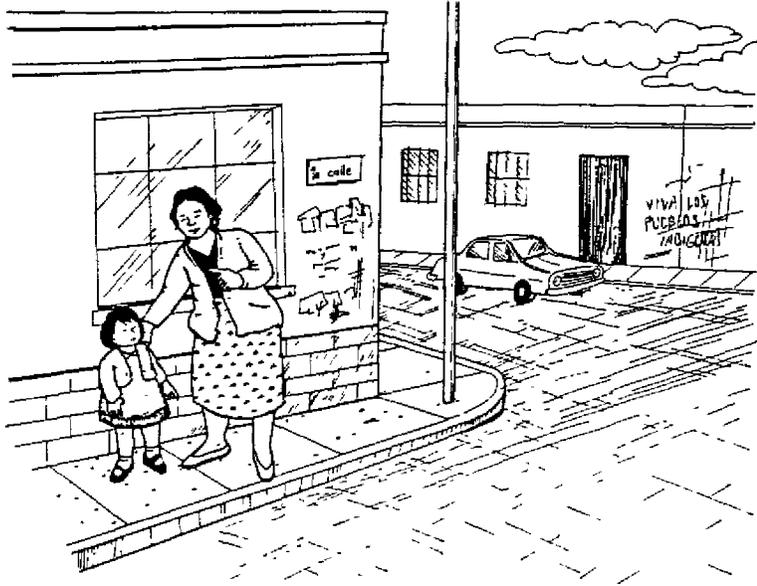


- Mantenga fuera de su alcance remedios venenos, productos de limpieza, objetos puntiagudos o filosos.

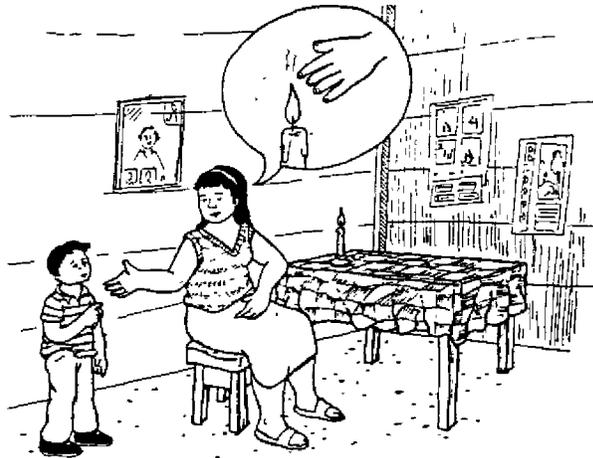
- Manténgalo en un lugar protegido (corralito) cuando no se halle en compañía de una persona mayor.

■ Otras: _____

Precauciones de los dos a los cinco años



- Enséñele el peligro de los automóviles.
- Enséñele a cruzar la calle, pero no lo deje hacerlo solo.
- Enséñele los peligros de lo caliente, del fuego y de la electricidad.



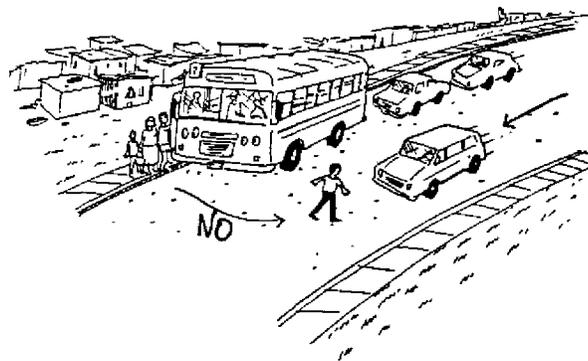
- Enséñele el riesgo de arrojar piedras y objetos.
- Enséñele los peligros de subirse a árboles y techos y de tirarse de ellos.
- Enséñele los peligros de acercarse mucho a los barrancos.
- Guarde las armas de fuego lejos de su alcance.

Otras: _____

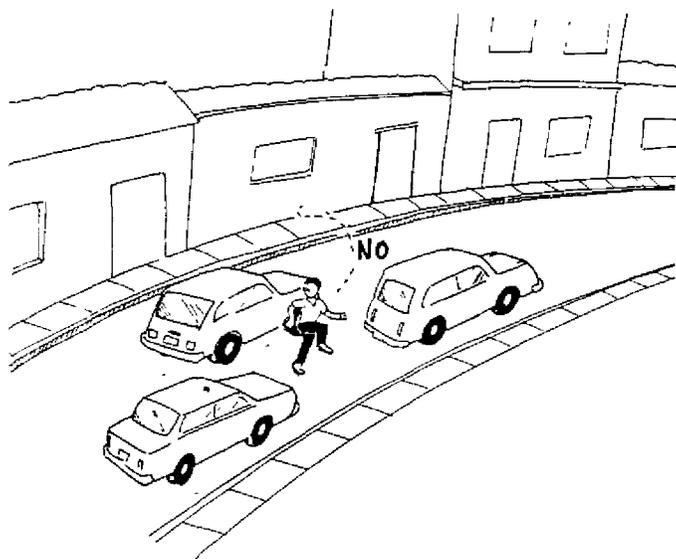
2. PRECAUCIONES PARA EVITAR LOS ACCIDENTES DE TRANSITO



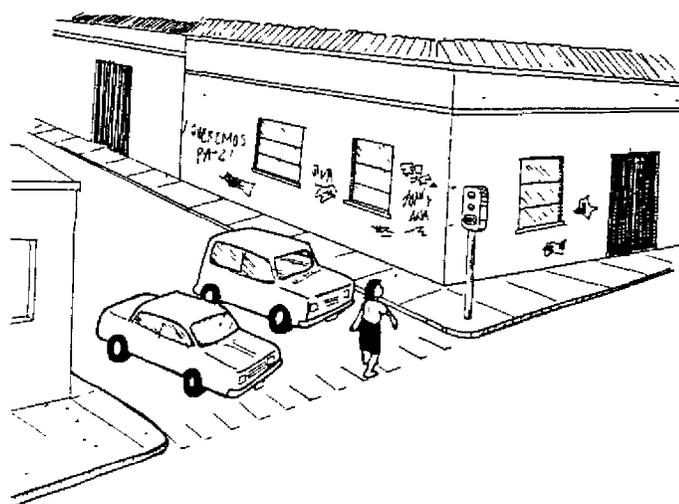
Mire a ambos lados antes de pasar la calle.
Cruce siempre en las esquinas.



No cruce las calles cuando no se tiene una buena visibilidad de los vehículos que transitan por ella.

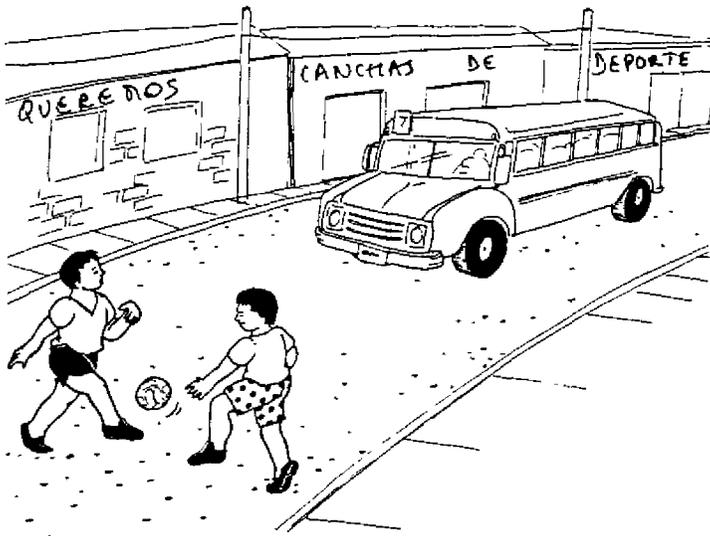
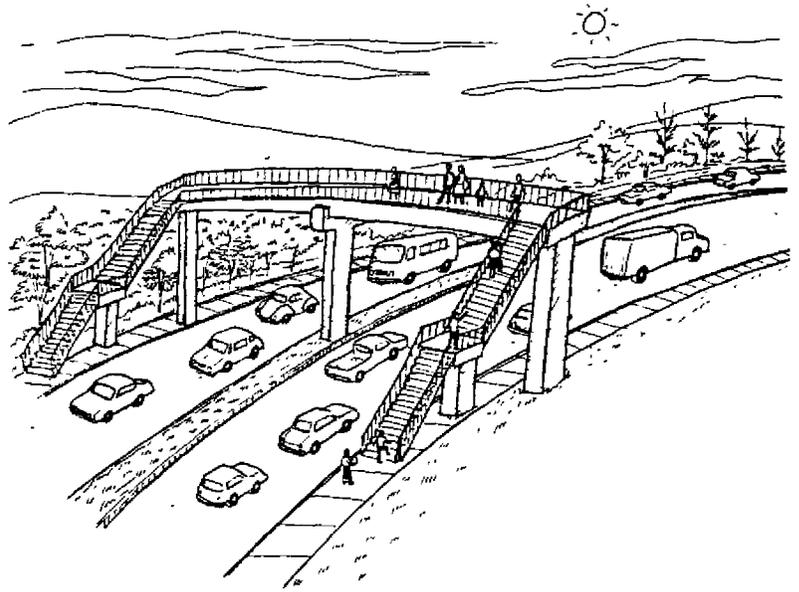


No cruce entre los vehículos en marcha.



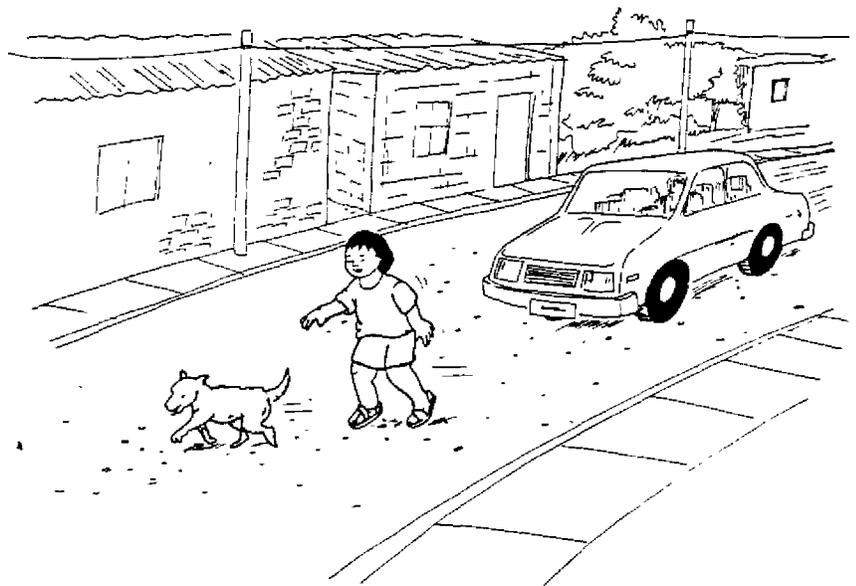
Esperar que el semáforo se ponga verde. Cruce hasta que los vehículos se hayan detenido completamente.

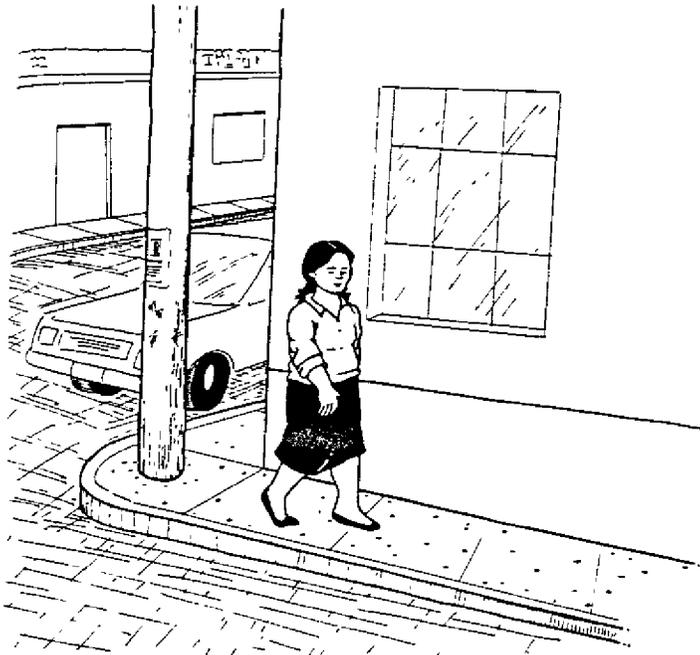
Utilice las pasarelas para cruzar las carreteras.



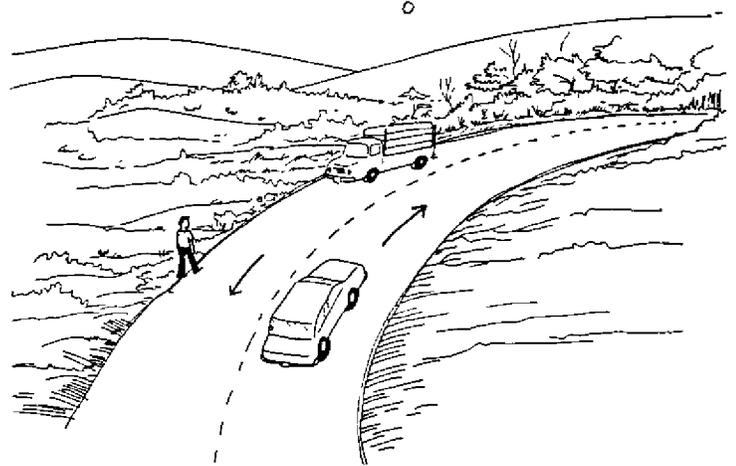
Nunca juegue en las calles, ni atraviese las carreteras corriendo o jugando.

No deje a los niños pequeños sin vigilancia en la calle.

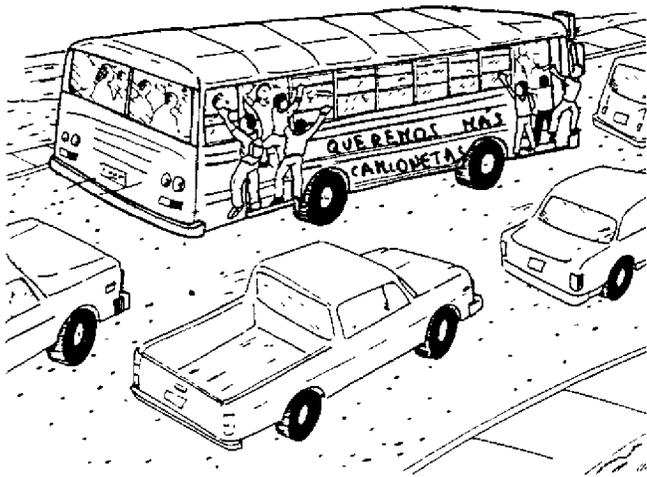




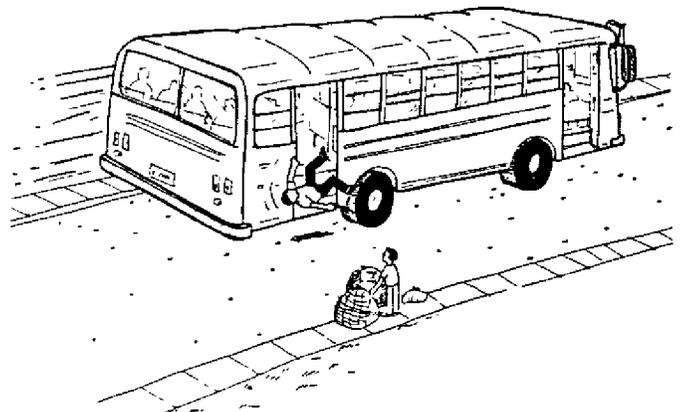
Utilice las banquetas para caminar.



Donde no haya banquetas se debe caminar por el lado izquierdo de la carretera para que los autos le queden al frente.

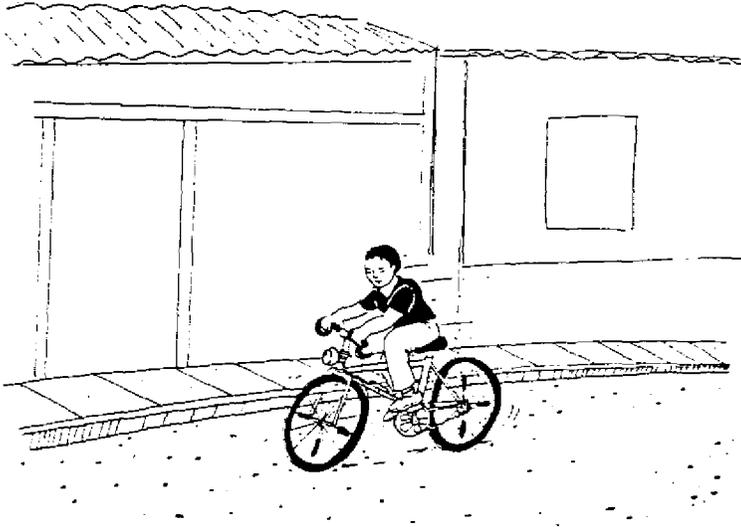
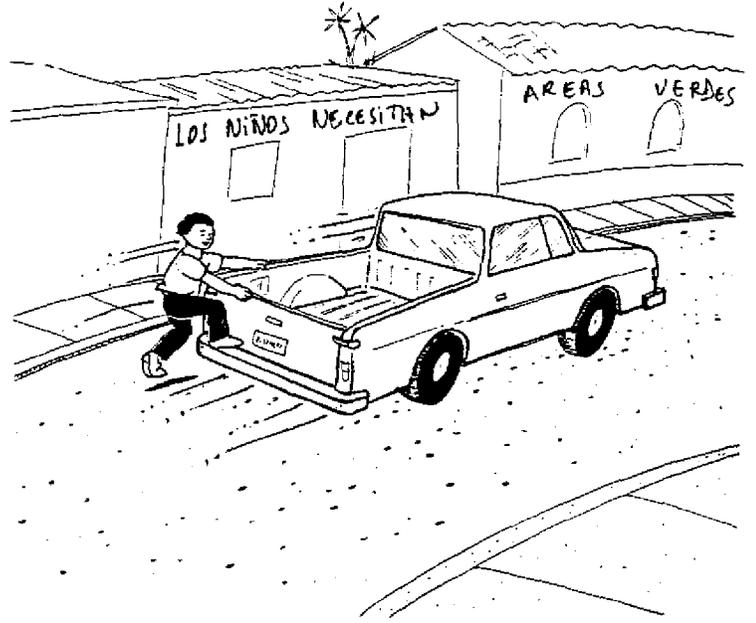


No se cuelgue de las camionetas cuando están muy llenas.



Nunca suba ni baje de un autobus en movimiento.

No permita que los niños se cuelgen de los vehículos en marcha.



Utilice ropa de colores o fosforescente cuando ande en bicicleta.

Equipe su bicicleta con foco y reflectores.

No viaje con conductores que estén bajo los efectos de bebidas alcohólicas o drogas.



CAPITULO II: INTOXICACIONES O ENVENENAMIENTOS

¿Qué es un veneno?

Conteste:

Un veneno es cualquier sustancia que dentro del organismo produce intoxicación, es decir graves trastornos y hasta la muerte.

¿Qué venenos conocemos?

Conteste:

CLASES DE VENENOS

1. Los medicamentos en exceso:

Los más comunes son la aspirina, los calmantes y las pastillas de hierro.



Los medicamentos tomados en exceso, sea por equivocación, desconocimiento, descuido o a veces voluntad de suicidarse, son muy peligrosos.

2. **Los productos químicos, para limpieza doméstica:**

- Jabones, cloro.
- Pinturas, thinner.
- Alcohol.
- Sosa cáustica y ácido muriático.
- Gas (o Kerosene).



3. **Los plaguicidas, productos químicos utilizados en la agricultura y en fumigaciones:**

- Insecticidas: Baygón...
- Venenos para ratas.
- Fertilizantes.

Estas sustancias pueden provocar intoxicaciones de tres maneras:

- al respirarlas, penetran a través de los pulmones
- al tragarlas
- al manipularlas, pasan a través de la piel.

Las intoxicaciones por plaguicidas afectan a muchos trabajadores del campo.

4. **Algunos gases:** Como el gas propano o los gases industriales absorbidos a través de los pulmones. Inhalaciones de pegamento.

5. Algunos frutos, semillas y plantas venenosas:

Como hongos o bayas.

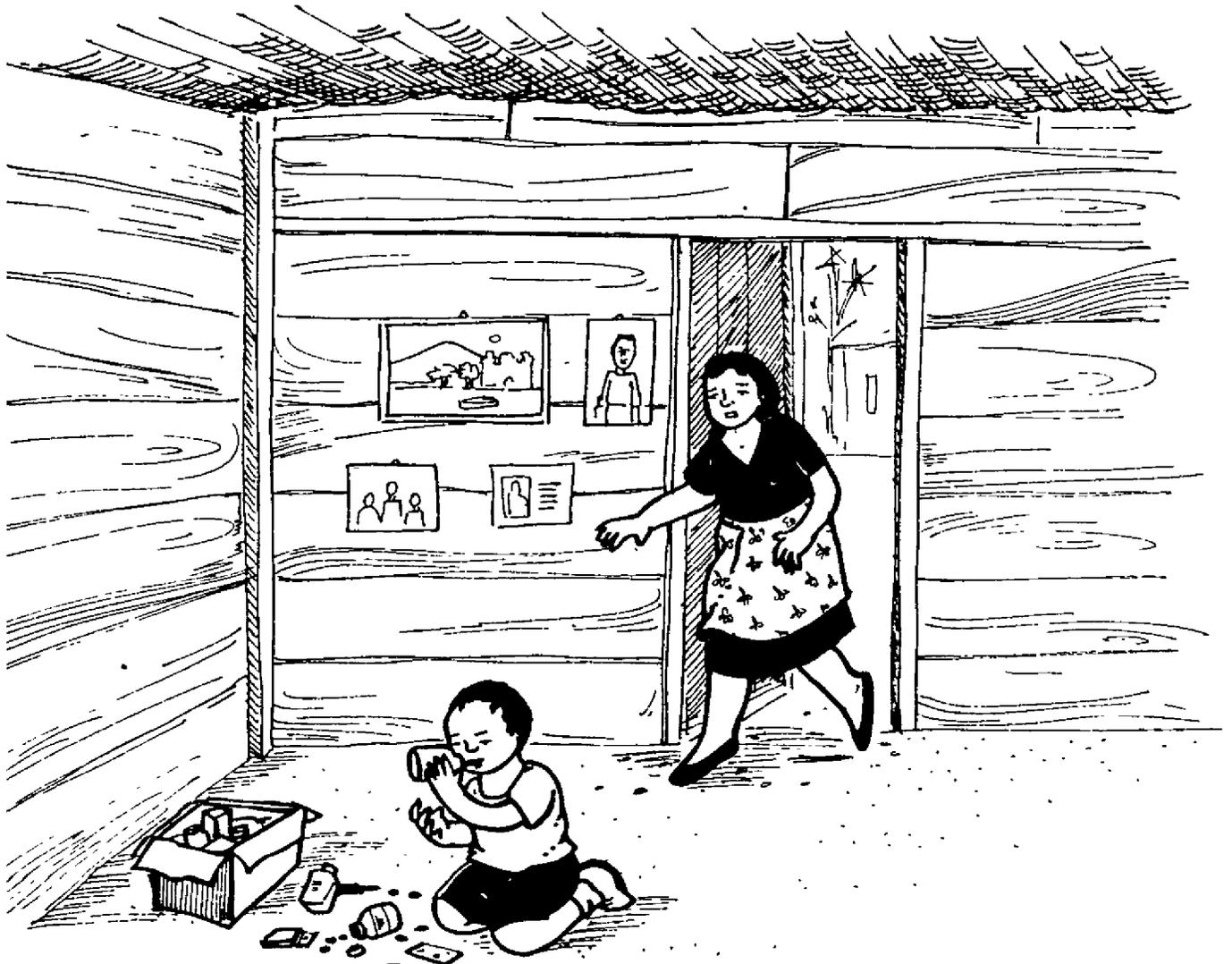
6. Los alimentos guardados o enlatados en malas condiciones.



7. Las mordeduras de serpientes venenosas.

Las picaduras de ciertos insectos.

MUCHAS DE LAS INTOXICACIONES SE DAN EN LOS NIÑOS CUANDO BEBEN O TOMAN MEDICAMENTOS O SUBSTANCIAS VENENOSAS POR DESCUIDO DE LOS ADULTOS.

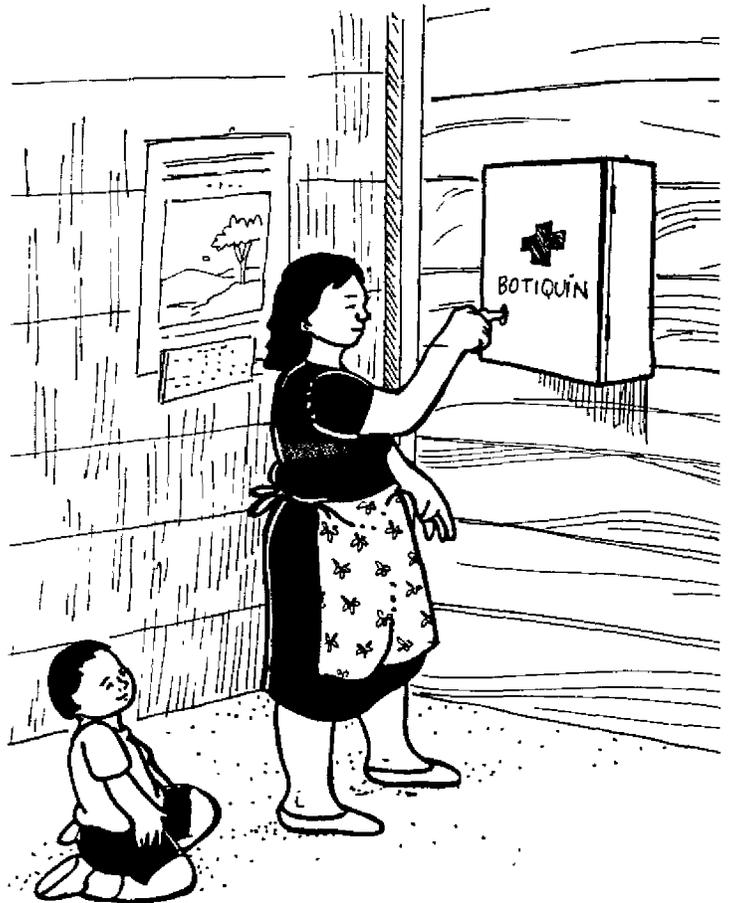


¿COMO EVITAR LAS INTOXICACIONES?

1. Precauciones con los medicamentos

Escriba a continuación la precaución más importante con los medicamentos:

Otras:



- Cuando el médico ordene una medicina respete bien las recomendaciones.
- Todos los remedios que sobran cuando se acaba un tratamiento no se deben volver a utilizar sin autorización del médico.
- No se automedique, es decir, no tome medicamentos sin consultar al médico, enfermera o farmacéutico.
- No le dé a su niño Aspirina para cualquier molestia. **A los menores de 1 año nunca les dé aspirina.**

2. Precauciones con las sustancias tóxicas:



Escriba la recomendación más importante:

Otras:

- Escriba el nombre en los tarros, botellas y cajas que contengan sustancias tóxicas.
- Cada tóxico debería tener indicaciones claras:
 - Nombre químico
 - Peligro
 - Qué hacer en caso de haberlo tomado por equivocación.
- No eche los productos químicos en botellas de gaseosas o de licor, porque pueden haber equivocaciones.
- No utilice los recipientes vacíos que hayan contenido venenos, para ninguna otra cosa.

3. Precauciones con los alimentos:

- Los alimentos que no tengan su olor normal, que tengan sabor ácido o avinagrado no se deben comer, porque producen diarreas, cólicos y pueden dañar el estómago.

- Cuando se consumen alimentos enlatados no deben dejarse en la lata abierta porque se dañan.

- No use una lata oxidada o hinchada, así como tampoco aquella que deja salir gas al abrirla

- Lave siempre las verduras y frutas antes de consumirlas para quitarles restos de insecticidas que pueden envenenar a las personas.

- No coma hongos si no los conoce.

4. Precauciones cuando se fumiga una casa:

¿Cuáles son las precauciones que se deben tomar antes de fumigar una casa?

¿Después de que se ha fumigado una casa?

Antes:

- Tapar muy bien los alimentos, y los recipientes con agua.
- Tapar las vasijas de preparar y servir los alimentos.
- Apagar fogones.
- Sacar a los niños, al menos mientras se hecha el insecticida y dejar pasar unas 2 horas.



- Cuando se fumigan ropas, cobijas, sábanas y colchones, déjelos al aire libre por unas horas. Porque al respirar el veneno directamente podemos intoxicarnos.

Después:

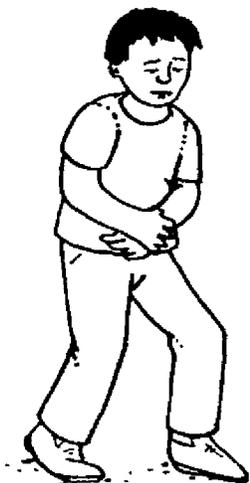
- Cuando haga limpieza, riegue agua en el suelo y barra bien. Así no se levanta ni se respira polvo de insecticida.
- Queme o entierre la basura que recogió, porque tiene desperdicios de insecticida.
- Lávese las manos y las de los niños muchas veces al día, porque se tocan objetos que tienen insecticidas.
- No tome agua guardada donde se ha fumigado.

SINTOMAS Y SIGNOS DE LAS INTOXICACIONES

Hay muchos signos de intoxicación, dependiendo del veneno, por ejemplo.



■ Dolor de cabeza.

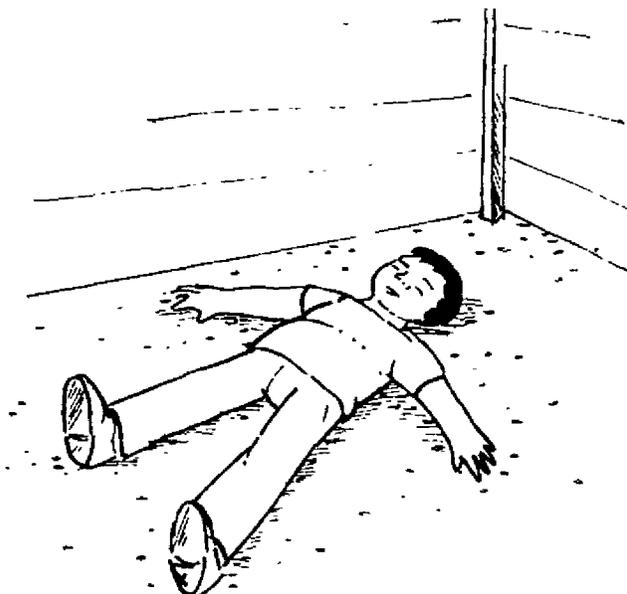


■ Dolor de estómago.



■ Vómito - diarrea.

- Angustia, dificultad de respirar
- Mareo.
- Desmayo - choque. Puede perder la vida en pocos minutos.



- Visión borrosa, ojos cruzados.
- Parálisis (imposibilidad de moverse).
- Quemaduras en los labios, boca y garganta provocadas por sustancias químicas.
- Sangrado de la boca y nariz.

Si una persona que estaba sana presenta de repente algunos de esos signos, hay que pensar en una intoxicación.

¿QUE HACER EN CASO DE INTOXICACION O ENVENENAMIENTO?

1. Cualquier caso de intoxicación ha de ser tomado con seriedad. **Trate de identificar el veneno para facilitar el tratamiento.**
2. **En caso de intoxicación por medicamentos, alimentos en mal estado, mariscos, hongos, etc.:**
 - **Si la persona intoxicada está consciente provoque el vómito lo más rápido posible introduciéndole un dedo hasta el fondo de la garganta.**



- Déle a beber agua y hágale vomitar de nuevo hasta que solamente arroje agua.

PROHIBICIONES:

- **No provoque el vómito si la persona ha tomado detergente, cloro, gas, kerosene o cualquier corrosivo como ácidos o cáusticos.** Una manera de saberlo es observando las quemaduras y manchas blancas en los labios, la boca, la ropa o por el olor.
- **No provoque el vómito ni le dé nada de beber si la persona está inconsciente.**
- **No provoque el vómito si la persona se intoxicó hace más de 4 horas.**

3. **Dé un Antídoto o "Contraveneno"**: los venenos son muy diferentes y necesitan tratamientos diferentes:

- **Si el veneno es un ácido**, debe darle a la persona:
 - bicarbonato: 1 cucharadita disuelta en un vaso de agua
 - o leche.
- **Si el veneno es sosa cáustica o detergente**, debe darle:
 - jugo de limón
 - o vinagre diluido (un vaso de vinagre en un litro de agua).
- **Si el veneno es desconocido**, déle uno de los contravenenos siguientes:
 - cuatro claras de huevos batidas en un litro de agua.
 - o tortilla o pan bien quemado y molido con bastante agua y si es posible, con leche de magnesia.
 - o leche.

4. Continúe dando líquidos en abundancia, siempre que la persona esté consciente y envíela al Puesto, Centro de Salud u Hospital más cercano.

5. **Si la persona ha perdido el conocimiento**, póngala boca abajo con la cabeza hacia un lado, de modo que no pueda ahogarse con su lengua o con sus vómitos.

- No lo haga vomitar.
- No le de nada por la boca.
- Refiérala lo antes posible al hospital.

