

ANEXO



Para Módulos 1 y 2

- Entendiendo que es el riesgo
- Nuestras vulnerabilidades

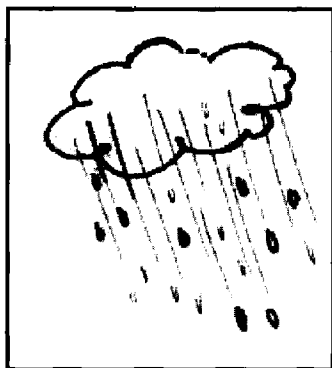


Para Módulos 1 y 2

Entendiendo qué es el riesgo. Nuestras vulnerabilidades.

- **LAS AMENAZAS Y LAS VULNERABILIDADES**

Como habíamos leído antes, la amenaza y la vulnerabilidad son los dos componentes del riesgo. El riesgo no se da si una de las dos está ausente.



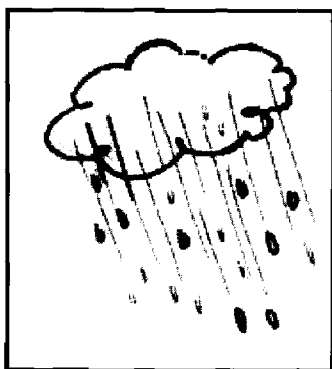
Amenaza



Vulnerabilidad



Riesgo



Amenaza



Protección



No Riesgo

**Estar preparado
Disminuir la vulnerabilidad**

En el ejercicio que vamos a hacer con nuestro grupo les pediremos que clasifiquen las amenazas (con las tarjetas) según lo que las origina:

Amenazas de origen natural	Las originadas por los fenómenos naturales
Amenazas de origen humano	Las que se originan directamente por la acción del ser humano
Amenazas que combinadas natural y humano	Se originan en la naturaleza, pero son Empeoradas por la acción humana (las llaman socio-naturales)

• **Amenazas de origen natural:**

Normalmente los humanos (hombres y mujeres) no intervienen para que estos fenómenos de la naturaleza ocurran, tampoco podemos evitar que se produzcan.

Ejemplos:

- Los relacionados con el agua y el clima como los huracanes, los temporales, que provocan inundaciones.
- Los relacionados con la tierra como los terremotos, la erosión, los hundimientos que provocan deslizamientos y derrumbes.
- Otros que son combinados como cuando un deslizamiento tapa el cauce de un río y provoca inundación.

• **Las amenazas socio naturales o combinadas naturaleza y humano.**

Como se explicaba antes, parece que son naturales, pero tiene que ver mucho la mano del ser humano, por ejemplo:

- Las sequías...se da el fenómeno de escasa lluvia y calor pero el las personas no hemos sabido usar adecuadamente el agua y la desperdiciamos. El ser humano destruye árboles y bosques enteros, nosotros mismos somos responsables por la sobrepoblación, el ser humano provoca quemas en grandes extensiones de terreno....
- Los derrumbes y deslizamientos son provocados por terremotos y lluvia ayudados por la deforestación.

Las provocadas por las personas. Ejemplos:

- La contaminación de los ríos que provoca enfermedades principalmente las diarreicas.
- La contaminación del aire por el humo, como las cocinas dentro de la casa, las quemas de cañaverales, los buses, las fábricas, que producen enfermedades de las vías respiratorias, principalmente en los niños y niñas.
- El ruido, con el volumen alto de música en los buses, los comedores, las casas, el tráfico, las maquinarias, el uso de radios y tocacintas con audífonos, todo esto provoca sordera progresiva.
- La delincuencia que provoca muertes y violencia en general, pérdida de bienes, mucha tensión nerviosa que provoca enfermedades en toda la población.

¿ ?

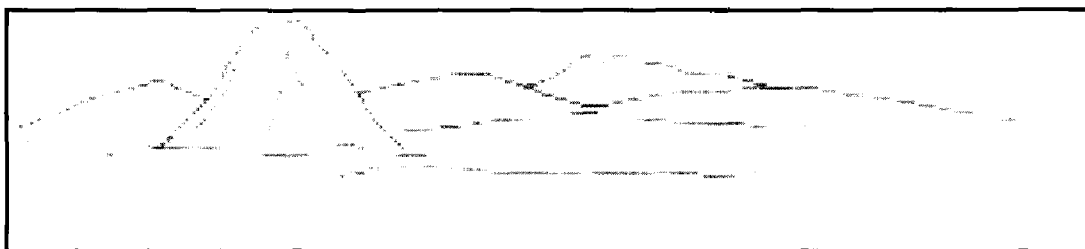
¿Tenemos amenazas en nuestras casas o vecindario?

¿Qué piensa usted?

Un machete o un arma en casa puede ser una amenaza. Una cocina dentro del cuarto puede ser una amenaza. La delincuencia en el lugar puede ser una amenaza. Una quebrada que pase atrás de la casa, una carretera muy transitada, pueden ser una amenaza.

Recordemos, la amenaza puede que no llegue a ser un riesgo si nosotros no estamos expuestos a ella.

El ejemplo del volcán es un buen ejemplo. El volcán puede estar allí en medio de un gran desierto donde no hay gente, ni animales ni árboles....si hay un derrumbe o una erupción no hay daño.



Si este volcán en cambio está cerca de una ciudad, cualquier disturbio como un derrumbe va a causar daños.



Anexo A

Así que la amenaza puede ser un riesgo dependiendo de ciertas condiciones que tienen que ver más con las personas, más internamente con las comunidades.....

Veamos el otro componente del riesgo que es el que llamamos vulnerabilidad. Si, cuesta un poco decirlo. .VUL – NE – RA – BI – LI – DAD.

Como facilitadores o facilitadoras es necesario que conozcamos la palabra, pero al trabajar con nuestros grupos en la comunidad podemos usar otras que signifiquen mas o menos lo mismo. Por eso es necesario que comprendamos bien el concepto.

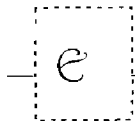
La vulnerabilidad es la debilidad de una persona o una comunidad para hacer frente a una amenaza o de recuperarse de los daños sufridos.

◦ **Las vulnerabilidades pueden encontrarse en:**

- **El medio ambiente** deterioro del medio ambiente, contaminación, deforestación.
- **En las construcciones:** casas mal construidas, puentes hechos “para mientras”, carreteras en mal estado, edificios como escuelas y hospitales con daños por terremotos, etc.
- **En la salud:** servicios insuficientes que no alcanzan a toda la población, personas que no tienen suficiente información acerca de las amenazas en la salud, ignorancia por parte de las personas sobre ciertas enfermedades o medidas que sirvan para prevenirlas.
- **En la educación:** niños y niñas que no asisten a la escuela, adultos que no saben leer, poco interés por enviar a los hijos/as a la escuela. Niños y niñas que trabajan y no asisten a estudiar. Ignorancia por parte de la población sobre medidas preventivas.

- En la **economía**: desempleo, pobreza en general, producción agrícola con bajos precios en el mercado, etc.
- En las **instituciones**: mucha burocracia, hay mucha dificultad en resolver las cosas, desconocimiento de la realidad. Personas no comprometidas.
- En las **leyes y las políticas**: aunque ya hay algunas políticas y leyes sobre la niñez todavía no hay mecanismos o formas de hacerlas cumplir.
- Desconocimiento de estas políticas y leyes por la población. Cuando las familias y la población desconocen los Derechos de la Niñez y Adolescencia.
- En las **familias**: indiferencia por hacer cambios para mejorar las condiciones de vida, falta de conocimientos sobre salud, higiene, cuidado de los niños, machismo, inequidad de género, falta de recursos económicos, falta de preparación técnica para obtener mejores trabajos, muchos hijos lo que hace difícil su educación y cuidado.
- En la **organización**: cuando las personas no son capaces de organizarse, de cooperar, de ser solidarias unas con otras y de participar ampliamente en la vida comunitaria.

Cuando tenemos todas estas vulnerabilidades o debilidades, o algunas de ellas, estamos más expuestos a las amenazas.



Ejemplo:

Una familia que no tiene higiene en su casa, hay basura, por lo tanto hay moscas. No tiene letrina, por esa razón, las heces están contaminando el terreno cerca de la casa.

Las moscas llevan y traen los microbios y huevos de parásitos.

Como no tapan los trastos ni la comida las moscas llegan.

Las personas comen esa comida y se enferman.



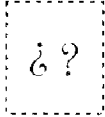
La amenaza son los microbios y parásitos que existen

Si tenemos higiene, no nos llegan a hacer daño, pero si somos vulnerables o débiles porque no tenemos higiene tenemos riesgo de enfermarnos...

¡Bum! Comemos comida contaminada y el daño está hecho: nos enfermamos.

Los microbios (**amenaza**) no los podemos eliminar totalmente del mundo, pero si podemos disminuir nuestra vulnerabilidad teniendo higiene y de esta manera disminuimos **el riesgo** de enfermarnos.

Cuando nos ponemos a pensar de esta manera no vemos las cosas tan difíciles de resolver, porque no tenemos que luchar por quitar la amenaza – que muchas veces no se puede -- pero sí podemos reducir nuestras debilidades.



¿Sabe usted por qué es más fácil reducir las debilidades?

Pues porque nosotros mismos las hemos ido construyendo....la contaminación del río, un basurero en la comunidad, no asistencia a los controles de salud, no hacer caso a las campañas de vacunación de perros y gatos, esa pared o techo que está sólo medio puesta “para mientras”, esa cocina que “algún día” vamos a sacarla de donde dormimos.

Y lo que nosotros mismos hemos ido haciendo...nosotros mismos podemos irlo deshaciendo o eliminando. Es nuestra propia responsabilidad. No es responsabilidad de los de la ONG que viene todas las semanas, no es responsabilidad del Promotor de salud, ellos nos indican el camino y nos apoyan pero los responsables directos somos nosotros mismos.

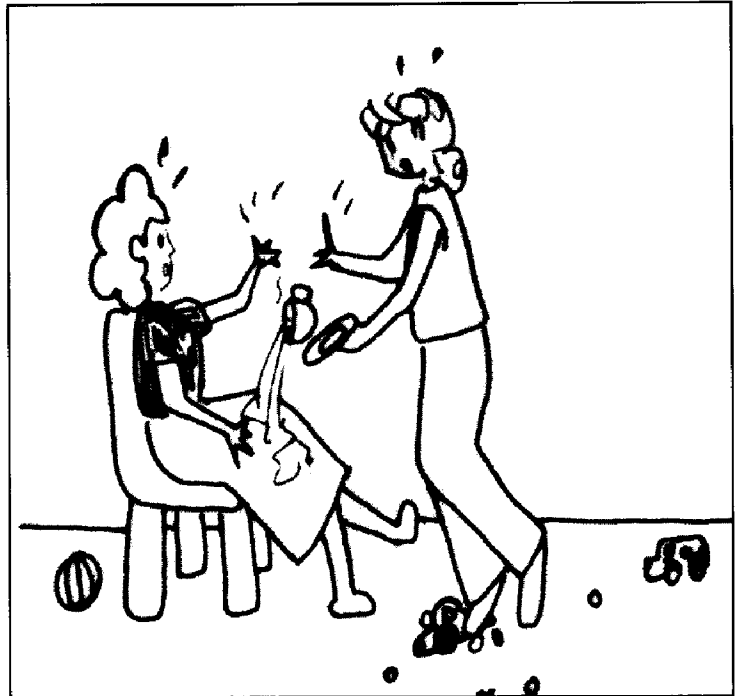
ANEXO B

Para los Módulos 3 y 4
Prevención de accidentes en casa.

• PREVENCIÓN DE ACCIDENTES EN CASA.

Siempre hemos creído que los accidentes ocurren porque sí, porque tienen que ocurrir... Cuando queremos disculparnos por algo que nos pasó decimos: "Perdón, fue un accidente".

Seguramente la mayoría de veces no tenemos la intención de que las cosas sucedan, no lo hacemos de mala fe. Suceden por descuido, suceden porque no hemos tomado las medidas para evitar que pasen.



La mayoría de accidentes tiene una **causa**
Por eso decimos que no son por casualidad, sino por **causalidad**

En nuestros países en Centroamérica y Suramérica, los accidentes son una de las cinco primeras causas de que la gente muera.

En nuestro país son una causa principal de muerte, con sólo ver los noticieros en los periódicos y en la televisión podemos imaginarnos.

Sería un buen ejercicio que por cada noticia que vemos de un accidente, pensáramos si se pudo haber evitado y cómo se pudo haber evitado.

Veríamos que no era tan difícil, sólo necesitamos tener el conocimiento y la costumbre de pensar como personas prevenidas.

Es más triste cuando los accidentes les pasan a niñas y niños por descuido de las familias y otras personas adultas.

Los niños y las niñas no deberían padecer, ni morir, por causas que se pudieron haber evitado.



Vamos a aprender algunas cosas sobre el riesgo de sufrir accidentes en la casa, en el hogar y cómo los podemos prevenir.

Los accidentes mas frecuentes, en el hogar, pueden ser por:

- caídas
- quemaduras
- heridas
- envenenamientos o intoxicaciones
- asfixias o ahogamiento

ALGUNAS COSAS QUE CONDICIONAN QUE SUCEDAN ACCIDENTES EN EL HOGAR.

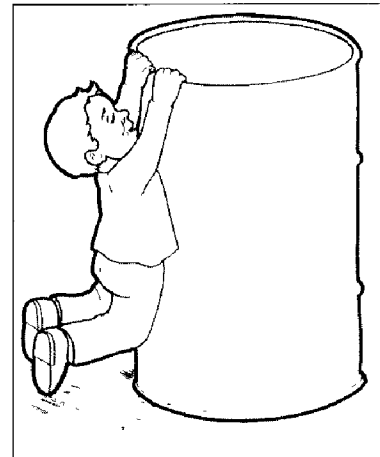
Para prevenir mejor los accidentes en el hogar es bueno tomar en cuenta varias cosas:

- **Las edades de las personas que viven en la casa.**

Los niños pequeños gatean y se meten todo a la boca.

Los niños más grandecitos son muy curiosos y traviesos.

Los niños que ya van a la escuela les gusta experimentar y quieren parecerse a los grandes de la casa.



Los niños a todas las edades imitan lo que los adultos hacen.

Los ancianos son descuidados porque son olvidadizos, hay que tener eso en cuenta. Los hombres a veces son descuidados y dejan todo tirado porque esperan que alguien más lo recoja y lo guarde. Las mujeres andamos en muchas cosas y por hacer algo dejamos a medias otras y nos descuidamos.

- **El nivel de conocimientos que las gentes tienen sobre cosas de salud, higiene y prevención de accidentes.**

Las personas que han tenido más oportunidad de capacitarse, y de aprender cosas sobre salud y prevención, están más atentas a que no les sucedan accidentes en la casa, a tener buenos hábitos de higiene y buenas prácticas de crianza.

Así como nosotros en este Proyecto, que aprenderemos muchas cosas para evitar que nos sucedan accidentes.

Hay muchas personas que no tienen estos conocimientos y por eso nosotros estamos haciendo un importante trabajo en estas capacitaciones.

- **El tipo de trabajo de la familia.**

Por ejemplo si la familia se dedica a elaboración de cohetes y trabajan con pólvora, si la familia trabaja cortando café y llevan a todos los niños grandes y pequeños, si la familia trabaja fuera de casa y dejan a los niños solos por mucho tiempo. Si la familia se dedica a sacar curiles en las comunidades de la orilla del mar en los esteros y bahías. De esta manera, el trabajo que hacen los familiares puede poner en algunos riesgos a los niños y niñas más pequeños.

- **El tipo de vivienda.**

Si la vivienda es de bahareque y tienen muchos huecos en las paredes, puede que algunos animales puedan criarse allí como las chinches, los alacranes y otros.

Lo mismo pasa en las viviendas con techos de paja.

Algunas viviendas que tienen muchas láminas y algunas con las orillas medio rotas pueden ser un riesgo para las heridas o cuando hace mucho viento porque pueden soltarse.

Las viviendas con piso de tierra hacen más difícil poder eliminar algún tipo de objetos como clavos, pedacitos de vidrio, astillas de madera.

Las viviendas donde los animales andan sueltos hacen que estén más sucias porque los animales se hacen pupú donde quiera (patos, pollos, cerdos) y esto contamina todo.

Las casas en donde la cocina de leña está dentro de la construcción, no aparte en el patio, el humo que queda adentro es muy dañino para la salud. Además, las cocinas que no están mejoradas y no tienen el tubo para la salida del humo son contaminantes.

- **Las costumbres de las personas que viven en la casa.**

Algunos tenemos buenas costumbres y otros aún no hemos puesto en práctica todo lo que aprendemos o no tenemos suficientes conocimientos sobre lo que es bueno o es malo con relación a la salud.

Muchos de nosotros dejamos candelas encendidas en la casa, sin vigilancia.

Algunos acostumbramos a no lavarnos las manos antes de comer.

Hay personas que acostumbramos a guardar el gas, gasolina, lejía en botellas de gaseosa.

Algunos acostumbramos a darle tomas o medicinas que no han sido recetadas a los niños pequeños.

Como podemos ver, nuestras costumbres también pueden influir en que se den o no accidentes.

- **El nivel de organización de la comunidad**

Una comunidad organizada tiene comités o grupos de personas que velan por la seguridad de sus habitantes, también trata de mantenerla limpia y libre de contaminación, estas comunidades conocen sus problemas, conocen sus recursos, saben lo que necesita y toman acción para poderlo conseguir.

Una comunidad organizada siempre atrae a organizaciones que la apoyen y ayuden y son menos vulnerable a las amenazas.

ACCIDENTES MÁS COMUNES

- **LAS CAIDAS**

Son más frecuentes en casas que no están bien construidas o que van siendo adecuadas poco a poco o que han hecho las estructuras “para mientras”. Por ejemplo:

- Techos inseguros hechos de láminas sólo puestas (no aseguradas con clavos o pernos) o con muchos objetos pesados sobre ellas.
- Las escaleras o gradas sin pasamanos o algún tipo de protección a los lados.
- Las ventanas sin protección, en especial personas que viven en casas que tienen segunda planta.
- Pisos irregulares o si son de ladrillo que están mojados o lisos.
- Objetos en el camino en especial objetos pequeños en los cuales nos podemos deslizar, líquidos o comida que se cae y no la limpiamos.
- Zanjas, pozos mal protegidos.

Sufren caídas con más facilidad los niños que:

- No están vigilados de cerca por un adulto
- Los que viven en lugares elevados o con varios desniveles
- Los que usan andaderas.
- Los que son dejados solos en coches, cuando usan triciclos, patines, bicicletas.
- Usan banquitos, sillas u otro objeto para subirse y alcanzar cosas.
- Se dejan solos cuando se suben a los árboles.
- Corren con zapatos sueltos o con las cintas sueltas.

Se pueden evitar este tipo de accidentes si protegemos las gradas, los desniveles, las terrazas, si mantenemos asegurados los pasamanos de las escaleras, mantenemos las gradas y escaleras en buen estado, aseguramos los muebles, evitamos que se suban en banquitos o sillas inseguros, si evitamos dejar objetos tirados en el suelo, mantenemos los pisos secos y limpios, protegemos las zanjas, los pozos, u otro sitio peligroso para una caída.

Si no dejamos a los niños y niñas solos o lejos de nuestra mirada mientras juegan, y aconsejamos o explicamos a los niños lo que es peligroso.

Evitamos el uso de andaderas, vigilamos que no caminen con las cintas de los zapatos sueltas, quitamos del camino cualquier cosa que pueda hacerlos tropezar.

• LAS QUEMADURAS

Las más frecuentes son las causadas por líquidos calientes.

Por ejemplo, cuando un niño hala el mantel o el plástico y se viene la taza o el pichel de café caliente, cuando tenemos la olla con el maíz en el suelo y la niña se acerca y toca o mete la manita, cuando vamos chineando al bebé y llevamos en la otra mano algo caliente, cuando los niños están cerca y llevamos cosas calientes como sopa, chocolate o comida con aceite y nos tropezamos o hacemos un movimiento brusco...

Cocinas con los mangos de las sartenes o los peroles hacia fuera y los niños las quieren alcanzar.

El lugar de mayor riesgo en la casa es la cocina y en segundo lugar la zona del comedor.

Les siguen en frecuencia las quemaduras causadas por el fuego, la electricidad, las planchas calientes y en nuestro país la pólvora.

Muchos ejemplos hay de esto, como cuando quemamos la basura de la casa y dejamos los montoncitos en el patio o carbones todavía encendidos y los niños/as pequeños se acercan y se queman los pies o las manos.

Lo más triste es durante las fiestas, que en lugar de ser una época de felicidad se vuelve de tragedia cuando tantos niños y niñas se queman por reventar pólvora.

Lo más triste es que la mayor parte de las veces es al papá o a los mayores de la casa a quienes les gusta la pólvora y son los que la compran.

Recordemos las noticias de las casas, los negocios que se queman por los silbadores y otros cohetes.

Las familias que tienen como negocio la elaboración de cohetes no deberían dejar que niños/as estén cerca y deberían ser mucho más cuidadosos con el manejo de la pólvora.

Si se dejan los niños/as solos, debemos tener la buena costumbre de guardar los fósforos, los encendedores y otros objetos peligrosos fuera de su alcance.

Cuando ellos se queman siempre los regañamos y les pegamos, pero ellos no tienen la culpa, ellos son traviesos por su edad, somos nosotros los adultos los culpables por ser descuidados.

Se previenen estos accidentes si evitamos que los niños y niñas, en especial los más pequeños, se acerquen a donde estamos cocinando. Si somos cuidadosos y colocamos bien las ollas y cacerolas con los mangos hacia atrás (que no queden hacia el lado de adelante donde los niños puedan alcanzarlos), si no dejamos descuidados los líquidos calientes como leche, chocolate café sobre la mesa.

Se previenen no dejando los enchufes eléctricos desprotegidos o alambres eléctricos sobre el suelo o colgando al alcance de ellos y ellas.

Las quemaduras por fuego pueden prevenirse evitando dejar los fósforos o encendedores al alcance de los niños pequeños, educando a los niños y niñas más grandecitos; evitando dejar candelas o veladoras encendidas durante el día o la noche y en especial evitar el uso de pólvora como diversión.

En los casos en que se manipule pólvora como negocio de la familia, tratar que el taller de fabricación esté un poco separado de donde la familia vive y no dejar que los niños y niña pequeños se acerquen.

• INTOXICACIONES

La forma más común de envenenamientos o intoxicaciones es por tomar algún veneno o algún químico como medicamentos o limpiadores, combustible y otros.

Los medicamentos por lo general los encuentran porque las personas adultas los dejamos en cualquier lugar. Les llaman la atención los líquidos de color y las píldoras o pastillas, ellos creen que son dulces.

La lejía, el gas, la gasolina o cualquier otro líquido peligroso, nunca debemos guardarlos en botellas de gaseosa o de otro bote que pueda parecer un refresco.



Tampoco debemos dejarlos al alcance de los niños, por lo general los guardamos debajo del lavadero, la pila, cerca de la cocina o en el patio y allí están fuera de nuestra vista, pero están más a la vista de los niños que son pequeños o gatean

No hay medicamentos que no representen un peligro dejarlos al alcance de los niños. Pensemos en la aspirina, el acetaminofén, la medicina de la tos, que los usamos sin tener muchos cuidados, pero son de alto riesgo si son ingeridos en mayor dosis o cantidad por los chiquitines, en especial los menores de seis años.

Otros tipos de intoxicaciones se dan por alimentos en mal estado. Por ejemplo pollo o carne que no se cocina pronto y no se come caliente. Los alimentos de alto contenido proteico (carnes, leches, quesos, huevos) se deben mantener refrigerados y si no se tiene esta facilidad hay que consumirlos calientes.

Nunca se deben guardar alimentos y venenos en el mismo lugar, como por ejemplo, veneno para ratas, cucas, zompopos, etc.

Anexo B

Cuando hemos manipulado o tocado sustancias químicas, como abonos, insecticidas, pinturas, es importante lavarnos bien las manos antes de tocar a los niños o manipular alimentos.

Las picaduras de animales pueden llegar a causar la muerte, por lo que debemos tener mucho cuidado en que no se críen en nuestras casas.

Los sitios húmedos y oscuros son preferidos por algunos animales venenosos, debemos tener cuidado en eliminarlos de las cercanías de la casa o no dejar que los niños y niñas pequeños se acerquen a estos sitios.

Recordemos que picaduras de animales pueden ser de mayor gravedad para los de menor edad que para los mayores, por lo que el aseo y cuidado es importante para que no convivan animales como alacranes, arañas y otros con nosotros.

Un sitio en donde puede estar estos animales es en donde guardamos la leña.

El cuidado de eliminar plantas que puedan ser tóxicas también es importante, hace algunos años era frecuente ver intoxicados por comer semillas de higuerrillo.

Dar adecuadamente las medicinas recetadas es importante. NO AUTOMEDICARSE o hacer caso de sugerencias dadas por personas que no son profesionales de la salud.

Un medicamento dado sin receta a un niño menor de seis meses puede causarle hasta la muerte.

Evitemos envenenamientos e intoxicaciones guardando adecuadamente todo líquido o material químico peligroso.

No mediquemos a los niños pequeños sin que nos hayan recetado la medicina y sepamos bien la dosis.

Evitemos que se críen animales en lugares oscuros y sucios de las casas.

Alejemos las plantas venenosas o tóxicas de nuestros patios.

Hay una forma de intoxicación que es poco conocida pero que puede causar serios problemas de salud, y hasta la muerte en niños y niñas, es la **intoxicación con plomo** y este se encuentra en las baterías de carros, en las pinturas en especial las usadas en talleres automotrices.

El plomo causa daño en el cerebro y los niños y niñas pueden presentar convulsiones y otros síntomas como dolores de cabeza que se pueden confundir con otras enfermedades, por lo general se descubre la verdadera causa cuando ya es muy tarde.

Alejemos a los niños/as de talleres o terrenos baldíos en donde haya cosas de talleres o baterías abandonadas.

• **HERIDAS**

Dejar objetos cortantes en cualquier sitio de la casa es peligroso: cuchillos, navajitas de afeitar, tijeritas, estuches de cuido de uñas, pedazos de vidrio, clavos.

Si algo de vidrio se quiebra hay que tener cuidado de recoger inmediatamente todos los pedazos, debemos tener cuidado que no vayan pedazos de vidrio en la basura que recogemos o dejamos por el patio. Botellas rotas en los pequeños basureros en el patio son peligrosas.

Debemos tener el cuidado de clavar bien, doblar o sacar clavos que sobresalen de pedazos de maderas o muebles. Las latas, en especial las tapaderas cortadas son de gran riesgo.

Otro tema de gran importancia son las armas de fuego. Si alguien en la familia la tiene, que esté capacitado para usarla y esto incluye conocer todos los cuidados que hay que tener, cómo guardarla y nunca manipularla dentro de la casa y mucho menos frente a los niños y niñas.

• ASFIXIAS

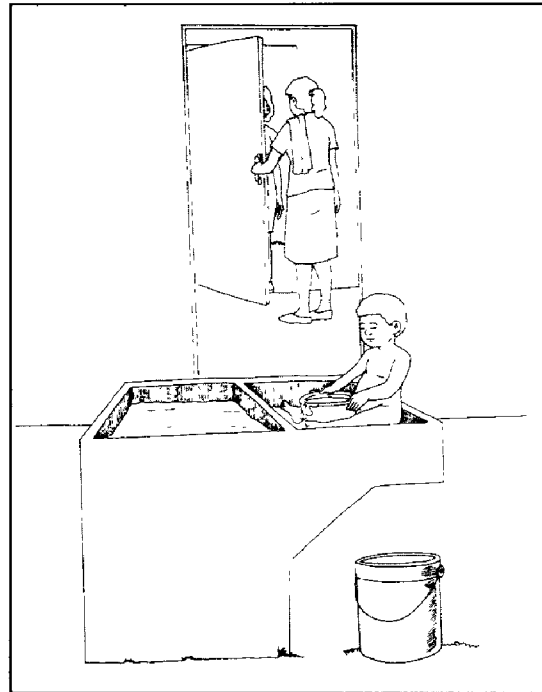
Pueden ser por:

- Inmersión (cuando se sumerge en agua).
- Sofocación
- Confinamiento (cuando se quedan encerrados en un lugar pequeño y sin entrada de aire).
- Obstrucción (cuando se tapan las vías respiratorias).
- Compresión externa.

En general las asfixias son mas frecuentes en niños pequeños.

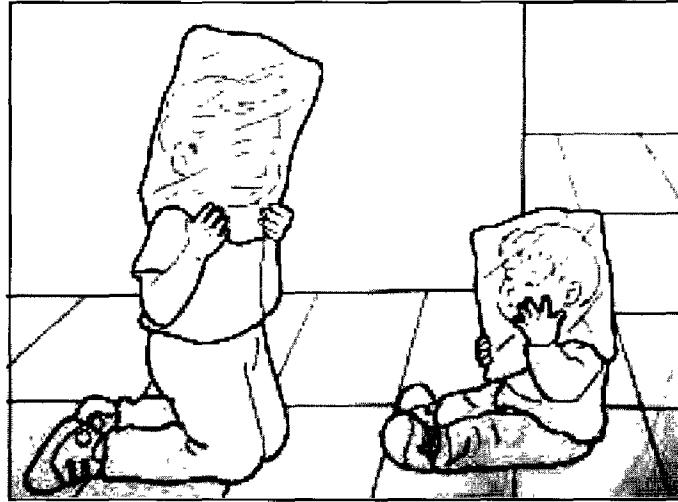
Para prevenirlas se debe tener especial cuidado con tanques, pozos, guacales grandes con agua e incluso recipientes más pequeños en las casas donde hay niños menores de dos años.

No dejar solos a los niños pequeños cuando los estamos bañando cerca de una pila o barril.



La prevención de asfixias por sofocación se puede conseguir si se evita dormir en la misma cama con niños muy pequeñitos como recién nacidos o dejar mantas y cobijas en las camas donde los niños pequeños puedan enredarse durante el sueño y sofocarse.

Evita que los niños jueguen con bolsas plásticas para prevenir este tipo de accidentes. Las bolsas debemos doblarlas, guardarlas y reciclarlas.



Las refrigeradoras viejas, cajas, carros abandonados en los patios vecinos a las casas son peligrosos porque los niños pueden jugar de esconderse y quedar encerrados y no darnos cuenta.

La asfixia por obstrucción se evita si no damos lazos, cordones, correas u otros materiales con los que jugando puedan asfixiarse.

Debemos evitar dar frutas o comidas que puedan ser peligrosas como mamones.

Debemos evitar también dejarles el hule de los globos o vejigas que ya se reventaron.

Es importante seguir el consejo de nuestras abuelas, no corran mientras comen, y no hablen mientras tengan comida en la boca, traguen primero.

