Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Guía para lograr una casa lo más segura posible

No hay casa segura del todo. Ni parque, ni escuela, ni centro comercial, ni piscina... Ante la imaginación y posibilidades de los niños, todo lo que se haga por protegerles es poco.

(Leer: Decálogo de la prevención de accidentes)

Con estas premisas tan poco esperanzadoras, cabe decir que sí es posible establecer unas pautas generales que en la mayor parte de los casos evitan que el niño sufra un accidente. De hecho, muchas de las medidas se han descrito gracias a la observación y estudio de los casos ya producidos. Con ello queremos señalar que, además de lo que aquí se comenta, es fundamental fijarse en la conducta de cada niño. Ver qué capacidades tiene, qué le llama la atención y qué puede resultar peligroso para cada niño en concreto.

Se van a enumerar una serie de medidas generales. Hay que individualizarlas según la edad del niño y el entorno. Es muy útil recorrer la casa poniéndose en el lugar del niño, tanto en altura como en destrezas. De ese modo podemos ver con más claridad las posibles fuentes de accidentes.

Medidas generales

Una norma fundamental es no dejar al niño nunca solo en la casa. Aunque esté dormido, ni siquiera para ausentarse “un momento”. En toda la casa se debe tener controlado lo siguiente:

- Enchufes

Hay que taparlos todos, hasta que el niño sea consciente del peligro que tiene introducir los dedos o un objeto. Se le debe enseñar a que pida ayuda para enchufar o desenchufar aparatos.

- Aparatos eléctricos

Se deben tener en lugares a los que no acceda el niño. Cuando no se utilicen es mejor desenchufarlos. Nunca deben usarse cerca del agua.

Mención especial merecen las estufas y chimeneas eléctricas. Deben estar en perfecto estado para evitar malas combustiones. No debe haber nada cerca que pueda causar un incendio (cortinas, mantas...). Siempre hay que asegurarse de apagarlas cuando no se necesiten.

- Cajones

Los que estén al alcance del niño no deben contener nada peligroso para él. De ser así, es mejor poner dispositivos

que los mantengan cerrados.

- Armarios y estanterías

Deben estar firmemente sujetos a la pared. Así se evita que vuelquen si el niño se agarra o se sube a ellos. Los productos de limpieza o peligrosos deben estar en las partes más altas de forma que no lleguen a cogerlos.

- Ventanas

Cuando el niño esté en la casa, es mejor tener todas las ventanas cerradas. Hay que aprovechar otros momentos para ventilar. El mecanismo de apertura debe ser seguro, de tal forma que no pueda abrirlas a edades tempranas. No se debe dejar que el niño se asome a las ventanas. Hay que tener la precaución de no colocar ningún mueble (mesa, silla, cajonera…) debajo de ellas. El niño podría trepar, alcanzar la ventana y abrirla.

- Puertas

Las puertas de acceso a la calle, incluyendo a los jardines, deben cerrarse por las noches. Hay que procurar enseñarle desde pequeño a no cerrar con portazos y a evitar poner los dedos en el marco.

- Escaleras

Hasta que tengan soltura, se les debe acompañar al subir y bajar escaleras. Debes enseñarles a hacerlo prestando atención, sin correr y teniendo las manos libres de objetos. Si son pequeños, se deben proteger con barreras tanto a la subida como a la bajada, para evitar que trepen por ellas y pierdan el equilibrio. Al igual que con las ventanas, no se les debe dejar asomarse a los distintos pisos. Hay que tener cuidado de que no puedan trepar a través de otros muebles para asomarse.

Pasando por la cocina

Cuando se esté cocinando, es mejor que el niño no se halle en la cocina. De ser necesario, hay que mantenerle lejos de las fuentes de calor.

Todos los objetos punzantes deben estar guardados en sitios a los que no pueda llegar.

Los productos de limpieza y fármacos, que son posibles tóxicos, tienen que estar correctamente cerrados. Se deben guardar en las zonas más altas a las que no lleguen los niños.

Al fregar el suelo, hay que tener cuidado de que el niño no lo pise corriendo porque podría resbalarse.

Entrando en el baño

Es recomendable que los grifos tengan un regulador de temperatura. De esta forma la temperatura máxima del agua se controla para no causar lesiones por quemadura.

La bañera no se debe dejar llena de agua si no se está utilizando. Siempre que el niño esté dentro del agua hay que estar delante de él. Un simple despiste puede suponer que el niño quede sumergido dentro del agua y no pueda respirar ni salir por sí mismo, aunque aparentemente el nivel del agua sea bajo. Al sacar al niño de la bañera, sobre todo cuando son pequeños, hay que prestar mucha atención. Puede resbalarse de las manos y caer

al suelo. Así mismo, el suelo puede estar mojado y hacer que el adulto resbale, por lo que hay que tener cuidado.

Las habitaciones

Si las mesas o muebles de las zonas de paso habitual del niño tienen esquinas, conviene protegerlas para evitar golpes.

Los cambiadores son origen frecuente de caídas. Por eso, nunca se debe dejar al niño pequeño sólo encima de ellos.

En las camas es recomendable colocar barreras, sobre todo al hacer el cambio desde la cuna.

En el garaje

No se debe tener vehículos detenidos con el motor en marcha en presencia del niño. Podría intoxicarse al inhalar el humo. El freno de mano siempre debe estar activado al aparcar.

Al arrancar cualquier vehículo, antes de ponerlo en marcha, hay que asegurarse de que el niño no está alrededor.

La puerta, ya sea de apertura mecánica o manual, debe estar en buen estado. Es preferible abrirla o cerrarla sin que el niño esté situado debajo.

Salimos al jardín

No se debe fumigar ni emplear insecticidas cuando esté el niño.

Si hay piscina, ya sea comunitaria o privada, hay que asegurarse de que está vallada. El niño no debe poder acceder a ella sin estar acompañado por un adulto. Cuando el niño se meta dentro de la piscina, siempre ha de estar vigilado.

Para verla mejor, pincha en la imagen.

Fuente infografía: Ministerio de Sanidad.Gobierno de España. Enero 2023.

Fecha de publicación: 14-05-2015

Autor/es:

- Rebeca da Cuña Vicente. Pediatra. Zona Básica de Salud Rural 1. Serrada y Cabezón de Pisuerga (Valladolid)

CC BY NC ND