

Prevençió d'accidents infantils

Els accidents en infants de més d'un any són una causa de malaltia important, i també la causa de mort principal durant la infància i l'adolescència. Afortunadament, una gran part dels accidents es poden prevenir prenent un seguit de precaucions per protegir la canalla i aconseguir un entorn més segur^{1,2}.

Prevençió d'accidents infantils



Causas principals d'accidents durant la infància²⁻⁴

Segons l'Organització Mundial de la Salut (OMS), un accident és *"un succés no premeditat el resultat del qual és un dany corporal identificable"*. Els més comuns són:

<p>Caigudes, cops i traumatismes.</p>	<p>Talls i ferides.</p>	<p>Intoxicacions.</p>	<p>Ennuagements amb menjar o amb objectes petits; asfíxia.</p>	<p>Ofegaments.</p>	<p>Cremades per calor, corrent elèctric, substàncies químiques o radiacions.</p>	<p>Accidents de trànsit i atropellaments.</p>	<p>Picades d'insecte i mossegades d'animals.</p>
--	--------------------------------	------------------------------	---	---------------------------	---	--	---

Prevençió dels accidents infantils²⁻⁵

La canalla necessita i ha d'explorar l'entorn, però no té consciència dels perills que es poden presentar. Per això, la mesura de **prevenció** més important que podem prendre és **no perdre de vista els infants en cap moment**, ja que **els accidents poden ocórrer en pocs segons**.

Altres precaucions que cal tenir en compte per reduir el risc d'accident són:

- Utilitza mobiliari homologat** i adaptat a l'edat de l'infant (bressol, canviador, trona, etc.).
- Utilitza sempre **sistemes de retenció infantil (SRI)** per al cotxe, homologats i adequats a l'edat de l'infant. També és important **ensenyar a la canalla les normes de seguretat viària i a respectar-les.**
- Evita que el nen estigui a prop de fonts de calor** com forns, estufes, radiadors, barbacoes o planxes.
- Evita que mengi caramels i fruita seca sencers** fins als tres anys, ja que es podria ennuegar.
- No li deixis a l'abast objectes petits** com piles, monedes o botons.
- Ensenya a la canalla a **respectar els animals**.
- Tria'n adequadament les joguines:**
 - Escull les **certificades i adequades per a l'edat del nen.**
 - Vigila que **no tinguin peces trencades o soltes**
 - **Evita que faci servir les d'altres infants més grans**, ja que poden tenir peces petites desmuntables o piles de botó.
- Evita, si és possible, que l'infant estigui a la cuina mentre es cuina.**
- No deixis productes de neteja, de cosmètica, pintures, begudes alcohòliques ni medicaments al seu abast.**
- No li deixis a l'abast bosses de plàstic** on pugui posar-hi el cap, per risc d'asfíxia.
- Fes-los posar el casc** per anar en bici, esquiar o patinar.

Una llar segura per als infants^{1,2,5,6}

Tot i que és impossible evitar completament els accidents, podem seguir certes **pautes** perquè casa nostra sigui al màxim de segura possible per als més menuts:

- Protegeix els endolls i evita deixar-los cables a l'abast.**
- Guarda els medicaments amb clau o fora del seu abast i en l'envàs original.**
- Mantingues correctament tancades les portes de terrasses i finestres**, i instal·la-hi tancaments de seguretat.
- Guarda els productes de neteja, de cosmètica, pintures i begudes alcohòliques en un lloc inaccessible.**
- Col·loca barreres a les escales.**
- Protegeix les cantonades o els sortints dels mobles** que quedin a l'alçada del nen.
- No col·loquis mobles enfront de les finestres**, per evitar que hi tregui.
- Instal·la mecanismes de seguretat en armaris i calaixos** que estiguin a l'abast de l'infant.
- Ancora els mobles i les prestatgeries a les parets** per evitar venciments.
- Cuina amb els mànecs de les paelles i les cassoles cap a dins.**
- Allunya els objectes tallants**, com ara ganivets o tisores, de l'abast del nen.
- No deixis l'infant al bany sense supervisió.**
- Protegeix l'accés i el perímetre de la piscina amb barreres**, com una tanca.

Com s'ha d'actuar en un accident infantil?³

En un accident infantil hem d'aplicar la **tècnica PAS**, que es basa en tres pautes senzilles: **protegir, avisar i socórrer**.

<p>P</p>	Protegir: <ul style="list-style-type: none">• Assegura't que no hi ha cap perill a la zona, ni per al ferit ni per a tu mateix.• És essencial en situacions més greus com accidents de trànsit, incendis o electrocucions.
<p>A</p>	Avisar: <ul style="list-style-type: none">• Avisa immediatament emergències trucant al 112.• Mantingues la calma durant la conversa.• Aporta informació sobre el succés i la ubicació.• Explica les lesions visibles.• Mantén-te en línia fins que sigui necessari.
<p>S</p>	Socórrer: <ul style="list-style-type: none">• En la mesura en què sigui possible, ajuda les víctimes. Des del 112 et poden donar indicacions de com socórrer la persona fins que arribin els professionals sanitaris.

Ensenya a la canalla a reaccionar davant d'un accident³

És important que els més petits sàpiguen identificar les situacions de risc i reaccionar-hi. Per fer-ho, és recomanable:

- Explicar als infants què és una emergència.**
- Ensenyar als nens el telèfon d'emergències (112)** i algunes pautes per trucar-hi.
- Ensenyar-los a diferenciar les situacions** greus o perilloses de les que no ho són.
- Ensenyar-los la seva ubicació i número de telèfon** perquè puguin comunicar-los a altres persones, si calgués.



Recorda que els infants són curiosos i no tenen consciència del perill. Permet-los descobrir i explorar el món que els envolta, però vigila-los sempre de prop per minimitzar els riscos de patir un accident.

¹Accidentes infantiles. Comunidad de Madrid. Consultado l'agost del 2023. https://www.comunidad_madrid/servicios/salud/accidentes-infantiles

²Accidentes domésticos en niños. Artículo monográfico. Revista Sanitaria de Investigación. Setembre, 2022. <https://revistasanitariadeinvestigacion.com/accidentes-domesticos-en-ninos-articulo-monografico/>

³Guía práctica de primeros auxilios para padres. Hospital Infantil Universitario Niño Jesús. Setembre, 2017. https://www.comunidad_madrid/hospital/ninosjesus/file/3227/download?token=PBxmEyb1

⁴Poner la casa a prueba de niños y prevenir los accidentes domésticos. Kids Health. Consultado l'agost del 2023. <https://kidshealth.org/es/parents/childproof.html>

⁵Prevención de accidentes en niños menores de 2 años. En Familia AEP. Gener 2012 (revisat el juliol del 2021). <https://enfamilia.aeped.es/prevencion/prevencion-accidentes-en-ninos-menores-2-anos>

⁶Hogar seguro para la infancia. Ministerio de Sanitat. Gener 2023. https://www.sanidad.gob.es/areas/promocion/prevencion/lesiones/ocioHogar/documentosTecnicos/docs/Hogar_seguro_en_la_infancia.pdf