

Los accidentes en niños mayores de un año son una importante causa de enfermedad, así como la principal causa de muerte durante la infancia y la adolescencia. Afortunadamente, gran parte de los accidentes se pueden prevenir tomando una serie de precauciones para proteger al niño y conseguir un entorno más seguro<sup>1,2</sup>.

# Prevención de accidentes infantiles



## Causas principales de accidente durante la infancia<sup>2-4</sup>

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) un accidente es "un suceso no premeditado cuyo resultado es un daño corporal identificable". Los más comunes son:



## Prevención de los accidentes infantiles<sup>2-5</sup>

Los niños deben y necesitan explorar su entorno, pero no tienen conciencia de los peligros que pueden presentarse. Por ello, la medida de **prevención** más importante que podemos tomar es **no perder de vista a los niños en ningún momento**, ya que **los accidentes pueden ocurrir en pocos segundos**.

Otras **precauciones** a tener en cuenta para reducir el riesgo de accidente son:

- Utilizar mobiliario homologado** y adaptado a la edad del niño (cuna, cambiador, trona, etc.).
- Usar siempre **sistemas de retención infantil (SRI)** para el coche, homologados y adecuados a la edad del niño. También es importante **enseñar a los niños las normas de seguridad vial y a respetarlas**.
- Evitar que el niño esté cerca de fuentes de calor** como hornos, estufas, radiadores, barbacoas o planchas.
- Evitar que coma caramelos y frutos secos enteros** hasta los tres años, ya que podría atragantarse.
- No dejar a su alcance objetos pequeños** como pilas, monedas o botones.
- Enseñar a los niños a **respetar a los animales**.
- Elegir adecuadamente sus juguetes:**
  - Elegir aquellos **certificados y adecuados para la edad del niño**.
  - Vigilar que **no tengan piezas rotas o sueltas**.
  - Evitar que use los de otros niños más mayores**, ya que pueden tener piezas pequeñas desmontables o pilas de botón.
- Evitar, a ser posible, que el niño esté en la cocina mientras se está cocinando.**
- No dejar productos de limpieza, de cosmética, pinturas, bebidas alcohólicas ni medicamentos a su alcance.**
- No dejar a su alcance bolsas de plástico** en las que pueda meter la cabeza, por riesgo de asfixia.
- Utilizar casco** para montar en bici, esquiar o patinar.

## Un hogar seguro para los niños<sup>1,2,5,6</sup>

Aunque es imposible evitar por completo los accidentes, podemos seguir ciertas **pautas** para que nuestra casa sea lo más segura posible para los más pequeños:

- Proteger los enchufes y evitar dejar cables a su alcance.**
- Mantener correctamente cerradas las puertas de terrazas y ventanas**, e instalar cierres de seguridad.
- Colocar barreras en las escaleras.**
- No colocar muebles frente a las ventanas**, para evitar que trepe por ellos.
- Anclar los muebles y estanterías a las paredes** para evitar vencimientos.
- Alejar los objetos cortantes** como cuchillos o tijeras del alcance del niño.
- Proteger el acceso y perímetro de la piscina** con barreras, como una valla.
- Guardar los medicamentos bajo llave o fuera de su alcance y en su envase original.**
- Guardar los productos de limpieza, de cosmética, pinturas y bebidas alcohólicas en un lugar inaccesible.**
- Proteger las esquinas o salientes de los muebles** que queden a la altura del niño.
- Instalar mecanismos de seguridad en armarios y cajones** que estén al alcance del niño.
- Cocinar con los mangos de las sartenes y cazuelas hacia dentro.**
- No dejar al niño en el baño sin supervisión.**

## ¿Cómo actuar ante un accidente infantil?<sup>3</sup>

Ante un accidente infantil aplicaremos la **técnica PAS**, que se basa tres sencillas pautas: **proteger, avisar y socorrer**.

- Proteger:**
  - Asegurarse de que no existe ningún peligro en la zona, ni para el herido ni para nosotros mismos.
  - Es esencial en situaciones más graves como accidentes de tráfico, incendios o electrocuciones.
- Avisar:**
  - Avisar de inmediato a emergencias llamando al **112**.
  - Mantener la calma durante la conversación.
  - Aportar información sobre el suceso y la ubicación.
  - Explicar las lesiones visibles.
  - Mantenerse en línea hasta que sea necesario.
- Socorrer:**
  - En la medida de lo posible, ayudar a las víctimas. Desde el 112 pueden darnos indicaciones de cómo socorrer a la persona hasta que lleguen los profesionales sanitarios.

## Enseñar a los niños a reaccionar ante un accidente<sup>3</sup>

Es importante que los más pequeños sepan identificar las situaciones de riesgo y reaccionar frente a ellas. Para ello, es recomendable:

- Explicar a los niños **qué es una emergencia**.
- Enseñar a los niños el teléfono de emergencias (112)** y algunas pautas para llamar.
- Enseñar a los niños a diferenciar las situaciones graves o peligrosas** de aquellas que no lo son.
- Enseñarles su dirección y número de teléfono** para que puedan comunicárselos a otras personas si fuera necesario.



**Recuerda que los niños son curiosos y no tienen conciencia del peligro. Permíteles descubrir y explorar el mundo que les rodea, pero vigilándolos siempre desde cerca para minimizar los riesgos de sufrir un accidente.**

<sup>1</sup>Accidentes infantiles. Comunidad de Madrid. Consultado agosto, 2023. <https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/accidentes-infantiles>.

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

<sup>3</sup>Guía práctica de primeros auxilios para padres. Hospital Infantil Universitario Niño Jesús. Septiembre, 2017. <https://www.comunidad.madrid/hospital/ninojesus/file/3227/download?token=PBxmEvb1>.

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

<sup>5</sup>Prevención de accidentes en niños menores de 2 años. En Familia AEP. Enero, 2012 (revisado julio, 2021). <https://enfamilia.aeped.es/prevencion/prevencion-accidentes-en-ninos-menores-2-anos>.

<sup>6</sup>Hogar seguro para la infancia. Ministerio de Sanidad. Enero, 2023. [https://www.sanidad.gob.es/areas/promocion/prevencion/lesiones/ociohogar/documentosTecnicos/docs/Hogar\\_seguro\\_en\\_la\\_infancia.pdf](https://www.sanidad.gob.es/areas/promocion/prevencion/lesiones/ociohogar/documentosTecnicos/docs/Hogar_seguro_en_la_infancia.pdf).