

Un hogar a prueba de niños

LOS ACCIDENTES DOMÉSTICOS SON LA CAUSA MÁS FRECUENTE DE LESIONES EN LOS MÁS PEQUEÑOS. NO OCURREN POR CASUALIDAD Y SON, EN SU MAYORÍA, EVITABLES

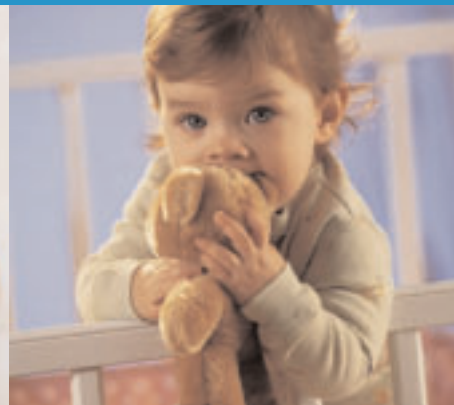
Estufas, suelos resbaladizos, enchufes, ventanas abiertas, escaleras, mesas de cristal, aparatos eléctricos, fármacos... Cuando los niños comienzan a gatear, la casa se convierte en un lugar lleno de emociones y descubrimientos, pero no está exenta de riesgos. Según datos de Cruz Roja Española, obtenidos a través del Instituto Nacional de Estadística y la Encuesta Nacional de Salud, en 2003 fallacieron más menores por accidentes domésticos (concretamente, 1.121 niños), que debido a siniestros de tráfico.

En la misma línea apunta el informe de Detección de Accidentes Domésticos y de Ocio de 2003 (DADO), elaborado por el Instituto Nacional de Estadística (INE),

que indica que en el interior de los domicilios se registraron ese año el 89% de los accidentes sufridos por menores de un año. Más de la mitad de ellos ocurrieron en el comedor o el dormitorio, y las caídas fueron, en un 64% de los casos, las causantes de las lesiones de los bebés. El mismo estudio señala la franja horaria que va desde las cinco a las ocho de la tarde como la más crítica. Entre el 24% y 45% de los accidentes, según edades, suceden entre esas horas, que coinciden con el regreso de la guardería o la escuela, y con un momento del día, antes de acostarse, en el que los niños se encuentran cansados y más inquietos, y los padres disponen ya de las últimas energías. <



LUGARES MÁS PELIGROSOS



Cocina

- >No deje solos a los niños en la cocina. Lo más aconsejable es colocar una barrera que les impida el acceso a su interior. Si no es posible mantenga la puerta siempre cerrada. No se les debe dejar entrar descalzos.
- >Los armarios y cajones deben disponer de cierres de seguridad o bloqueadores, en especial si contienen objetos cortantes o punzantes.
- >No hay que dejar jugar a los niños con los **interruptores** o las **llaves del gas**. Si es posible, conviene dotar a los fuegos de un sistema de bloqueo. Cuando se cocine, mejor utilizar los fuegos interiores, más cercanos a la pared, y colocar los mangos de cazuelas y sartenes hacia dentro, de manera que no sobresalgan del fogón.
- >El horno ha de estar situado en una zona alta. Si no es así, no deje a los niños acercarse a su puerta, especialmente cuando está caliente. **La lavadora** debe disponer de un sistema de apertura retardada. Mientras esté parada hay que mantener siempre la puerta cerrada. **El cubo de la basura** debe estar guardado en un armario fuera del alcance de sus manitas. **Los cordones de los aparatos eléctricos**, principalmente de la plancha, han de estar siempre enrollados y fuera de su alcance. No deje que se acerquen cuando se está planchando.
- >Si el **mantel de la mesa** de la cocina cuelga, vigile que no tiren de él y hagan caer lo que haya encima.

Baño

- >La puerta del **baño** debe estar siempre cerrada y la tapa del inodoro siempre bajada. Cuando el niño comience a utilizar el inodoro, se debe colocar un soporte especial, de forma que el diámetro sea menor y el pequeño pueda hacer sus necesidades sin caerse dentro.
- >Los **cajones y armarios** que contengan cosméticos o cualquier otro producto tóxico tendrán cierres de seguridad.
- >Hay que colocar **materiales antideslizantes** en la bañera, la ducha y sus zonas de salida. Además, es aconsejable colocar en la bañera asientos adaptables y agarraderas que pueden ayudar y facilitar el baño de los niños. Un regla de oro: no hay que dejar a los niños solos en la bañera; pueden ahogarse en pocos segundos y con pocos centímetros de agua.
- >Se debe instalar un **filtro** en el sumidero para evitar que el niño se pille los dedos o meta objetos en él.
- >Cuando se utiliza **agua caliente** y se vuelve a abrir el grifo, parte del agua queda retenida. Muchas quemaduras leves se producen por este motivo, en gran medida entre los niños por la especial sensibilidad de su piel. Para evitarlo, después de utilizar el agua caliente hay que dejar correr la fría, hasta que la temperatura se estabilice.

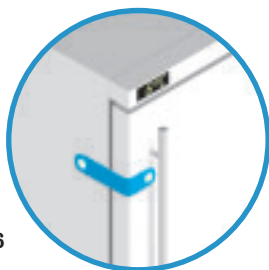
Habitación

- >Hay que elegir muebles homologados fabricados con materiales no tóxicos e ignífugos y con cantos redondeados. Los muebles que superan el control de calidad más riguroso llevan impresa en la etiqueta la palabra TÜV (organismo internacional que certifica la seguridad de muebles, juguetes...).
- >Si el bebé duerme durante los primeros meses -máximo hasta los cuatro o cinco- en un **capazo** o en un **moisés**, su fondo debe ser rígido y plano, con los bordes altos y acolchados, y preferiblemente de algodón. Dado que suelen ser algo inestable, hay que tener cuidado de no apoyarse sobre él para evitar que vuelque.
- >La **cuna** ha de ser sólida, estable y segura y sin adornos que se puedan desprender. La distancia entre los barrotes debe ser mayor de 4,5 centímetros y menor de 6,5 centímetros. Sus costados deben tener por lo menos 60 centímetros de altura. Para evitar que se golpee la cabeza o saque las manos o pies entre los barrotes, ponga un protector por dentro de la cuna.
- >Tanto la cuna como el capazo se colocarán lejos de fuentes de calor. Enchufes, cables, cintas de las persianas y cordones de las cortinas deben estar fuera de su alcance.
- >Cuando ya duerman en la cama, hay que instalar una barandilla o barra de seguridad para evitar que se caigan.



Peligro y situaciones a considerar

Accesorios de seguridad



Cierres multiusos. Permiten bloquear armarios, cajones, la tapa del inodoro y puertas como la del frigorífico o el horno, evitando que los niños accedan a su interior.
PRECIO: Entre 3 y 15 euros.



Cierre de seguridad. Impide que los pequeños accedan al interior de los armarios que disponen de puertas con pomos y tiradores.
PRECIO: Entre 5 y 9 euros.



Seguro para dedos. Dispositivo que impide que los dedos de los niños queden atrapados al cerrar la puerta. Se coloca en la parte alta para que ellos no lo alcancen.
PRECIO: Entre 2 y 6 euros.



Barrera para puertas. Impide el paso de los niños a determinadas zonas de la casa. También sirve para bloquear el acceso a las escaleras.
PRECIO: Entre 23 y 69 euros.



Barrera para cama. Se instala en los laterales de la cama para evitar que los más pequeños se caigan mientras duermen.
PRECIO: Entre 36 y 41 euros.

Mobiliario

- Es útil colocar protectores en las esquinas y salientes de los muebles.
- Los muebles deben ser estables y sin tornillos sueltos ni aristas.

Se deben fijar a la pared las estanterías y los muebles altos que puedan volcar.

- Hay que retirar las mesas y otras superficies de cristal. Si las puertas son de este material, conviene cambiar los cristales por otros de seguridad; en su defecto, se pueden colocar unas películas transparentes que impidan que en caso de rotura los pedazos caigan al suelo.
- Se deben colocar topes en las puertas de las habitaciones para evitar que se cierren pillándose los dedos.

Ventanas y balcones

- Se recomiendan cierres de seguridad o con siste-

mas de apertura que les impidan abrirlas o que sólo se abran un poco.

- Evitemos dejar macetas, cajas, sillas, mesas u otros objetos a los que se pueda subir cerca de ventanas y balcones.
- Las ventanas situadas a menos de un metro de altura estarán protegidas con barandillas o rejillas.

Aparatos eléctricos y radiadores

- Conviene cubrir con protectores todos los enchufes y alargadores al alcance de los niños. También es conveniente que tengan toma de tierra.
- Hay que asegurarse de que se dispone de un interruptor diferencial (ICP). Se trata de un mecanismo de protección de circuitos que detecta una desviación del voltaje y corta la corriente. Su instalación es obligatoria en viviendas de nueva construcción (viene de obra), pero si se carece de ICP conviene contactar con la compañía eléctrica para

solicitar su colocación.

- Se deben poner fuera de su alcance todos los cables, y evitar los que estén sueltos y sin aislante.
- El horno, la placa eléctrica y la vitrocerámica pueden producir quemaduras con el calor residual después de estar apagados.
- Los radiadores han de estar a una temperatura suficientemente baja para evitar que les produzcan quemaduras en caso de que los toquen.
- Las estufas de gas y los braseros de carbón no son recomendables porque el riesgo de asfixia y quemaduras es muy alto. Si se utilizan, han de estar protegidas para que no logren acceder a ellas, ni consigan introducir objetos que puedan arder.

Medicinas y productos de limpieza

- Las medicinas y productos de limpieza se deben guardar fuera de su alcance en armarios altos o bajo llave.
- Es deseable que los enva-

ses tengan tapones y dispositivos de seguridad que no puedan ser abiertos por los niños.

- Mejor no convertir el botiquín en un lugar secreto que despierte la curiosidad de los más pequeños. Y mejor no tomar medicamentos en presencia de los niños.
- Para conseguir que ingieran sus medicinas sin protestar, no les diga que son golosinas: se les está incitando a buscarlas para tomarlas por su cuenta.
- Hay que prestar una atención especial a los antitérmicos y analgésicos. Sus colores y su sabor resultan muy atractivos para los niños.
- Los productos de limpieza o tóxicos deben mantenerse en su envase original y no ponerlos en botellas o recipientes de bebidas. Cuando se utilizan, no hay que perderlos de vista para que no los cojan en un descuido.



Barrera para los fogones. Evita que los niños alcancen los quemadores y se tiren por encima el contenido de ollas y sartenes.

PRECIO: Entre 16 y 42 euros



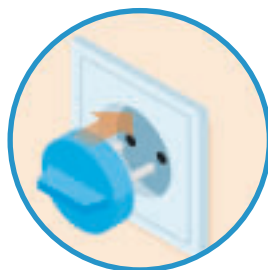
Protector de vídeo. Pieza plástica que cubre la ranura de entrada de las cintas, evitando que los pequeños metan la mano o depositen objetos en su interior.

PRECIO: Entre 4 y 10 euros.



Protectores de esquinas. Pequeñas piezas de plástico o goma que se fijan en los cantos vivos de los muebles para impedir que los niños se hagan daño en caso de golpearse.

PRECIO: Entre 2 y 13 euros. Se venden en packs de varias unidades.



Protector de enchufe. Impide que los niños metan los dedos y objetos en el enchufe. Los hay que obturan el enchufe y sólo pueden quitarse mediante su propia clavija, y los que permiten usar el enchufe sin tener que quitar el protector.

PRECIO: Entre 2 y 6 euros. Se venden en packs de varias unidades.