



COLEGIO ABATE MOLINA

RIESGOS EN EL HOGAR

FACTORES DE RIESGO Y MEDIDAS
PREVENTIVAS





ACCIDENTES EN EL HOGAR

La Organización Mundial de la Salud define accidente en el hogar como "aquel que ocurre en la vivienda propiamente tal, patio, jardín, garaje, acceso a los pisos, vestíbulos de las escaleras y todo lugar perteneciente al domicilio".

El Hogar encierra múltiples peligros y no todos los integrantes de la familia están capacitados o preparados para reaccionar de manera rápida y oportuna ante una emergencia, ya sea, por motivos etarios, discapacidad u otros, es que hay personas que tienen un poder de reacción nulo o más lento.

Es por lo anterior y, con la finalidad de cuidar tanto la vida de ellos como la de todos los integrantes de la familia, que se recomienda emprender una serie de acciones que convertirán nuestro hogar en un lugar más seguro.





CLASIFICACIÓN DE LOS RIESGOS

En nuestro hogar, los riesgos más comunes a los que estamos expuestos son:

- 1.- Caídas.
- 2.- Intoxicaciones, alergias e irritaciones.
- 3.- Quemaduras.
- 4.- Incendios y explosiones.
- 5.- Electrocutión.
- 6.- Asfixia.
- 7.- Atrapamientos.
- 8.- Golpes.
- 9.- Sobreesfuerzos.
- 10.- Heridas.
- 11.- Juguetes.



Caídas



1.- Caídas:

En nuestro hogar pueden producirse dos tipos de caídas:

- A mismo nivel (sobre el suelo), al resbalar, tropezar, ser empujado, etc.
- A distinto nivel (desde altura), al caerse desde una escalera, estando de pie sobre una silla o una mesa, etc.

A mismo nivel

FACTOR DE RIESGO:

Tránsito por pavimentos resbaladizos.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

Evite tener superficies resbaladizas: grasa en cocina, agua en el baño.

FACTOR DE RIESGO:

Objetos depositados en la zona de tránsito.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

Mantener el suelo libre de obstáculos, sobre todo en las zonas de circulación.

"La limpieza no solo es necesaria, sino que también es seguridad"





A distinto nivel

FACTOR DE RIESGO:

Existencia de huecos abiertos o mal protegidos (ventanas bajas, barandillas de poca altura).

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Proteja aquellas ventanas donde cuyos huecos se encuentren a menos de un metro del suelo mediante defensas (barandillas, rejillas) que impidan la caída de personas.
- Evite colocar objetos que anulen la protección de la barandilla (maceteros en el balcón) por reducir su altura de protección al subirse en ellos.
- Las puertas, ventanas y balcones que den a la fachada y/o patio deben disponer de un sistema de bloqueo que impida su abertura a los niños.

FACTOR DE RIESGO:

Uso inadecuado de diferentes objetos para conseguir la altura deseada tales como: escalera en mal estado, silla no resistente o inestable.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- No utilice escaleras defectuosas.
- No permita el uso de escaleras a niños.
- Guarde la escalera lejos del alcance de los niños.
- Utilice de preferencia escaleras de tijera.
- No suba a la escalera hasta que esté bien instalada.
- Revise la escalera antes de usarla.
- Evite el uso de sillas o muebles para alcanzar objetos altos.
- No subir a la vez más de una persona en una escalera de mano.
- Al subir y bajar por las escaleras hágalo siempre de frente, peldaño a peldaño y empleando ambas manos.



A distinto nivel

FACTOR DE RIESGO:

Uso inadecuado de diferentes objetos para conseguir la altura deseada tales como: escalera en mal estado, silla no resistente o inestable.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- No suba ni permita que los niños suban sobre muebles y permanezcan en ellos de pie.
- No aumente la altura de una silla o de una mesa colocando sobre ella otro banco o silla con el fin de alcanzar mayor altura. El riesgo en este caso se potenciaría.

FACTOR DE RIESGO:

Uso de escaleras fijas.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Compruebe que las barandillas sean seguras.
- Coloque en las escaleras barreras que impidan el acceso no controlado de niños.
- Cuando se desplace por la escalera cargando objetos, hágalo con una mano libre y use la barandilla.
- Evite que las personas corran, salten o se deslicen por la barandilla de las escaleras.





Intoxicaciones, alergias e irritaciones



2.- Intoxicaciones, alergias e irritaciones:

Los principales riesgos por intoxicaciones, alergias e irritaciones en el hogar se derivan principalmente del uso de los siguientes productos:

- Medicamentos.
- Productos de limpieza.
- Insecticidas y productos de jardinería.
- Pinturas, disolventes y adhesivos.
- Combustibles o productos de combustión.
- Productos de perfumería.
- Alimentos en mal estado.

FACTOR DE RIESGO:

Disponer de medicamentos en el hogar.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- No tome medicamentos si no han sido recetados por el médico.
- Antes de ingerir cualquier medicamento, lea el prospecto anexo y compruebe la fecha de caducidad.
- No almacene medicamentos innecesariamente.
- Nunca guarde medicamentos en otros envases que no correspondan.
- No guarde sus medicamentos en los veladores, ni en lugares a los que tengas acceso los niños.





FACTOR DE RIESGO:

Uso de pinturas, disolventes y adhesivos.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Usarlos en lugares bien ventilados.
- No se lave las manos con disolventes.
- No permanezca en las habitaciones recién pintadas hasta que desaparezca el olor a disolvente.
- Deberán conservarse en recipientes adecuados a su uso, correctamente etiquetados y lejos de focos de calor.
- Utilice guantes durante su aplicación.
- Guárdelos en un lugar seguro y fuera del alcance de los niños.

FACTOR DE RIESGO:

Uso de insecticidas y productos de jardinería.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Úselo siguiendo las instrucciones y en lugares bien ventilados.
- No los pulverice sobre alimentos, personas o animales domésticos.
- No permanezca en lugares poco ventilados donde se haya utilizado recientemente.
- Utilizar elementos de protección personal.
- Guárdelos en un lugar seguro y fuera del alcance de los niños.

FACTOR DE RIESGO:

Uso de productos de limpieza.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Úselo siguiendo las indicaciones del fabricante.
- No haga mezclas indiscriminadas con otros productos de limpieza.
- Guárdelo siempre en su envase original hasta terminarlo y fuera del alcance de los niños.





FACTOR DE RIESGO:

Presencia de combustibles o productos de combustión.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- No utilice calentadores de gas, estufas o braseros en lugares mal ventilados.
- Cierre la llave del gas al finalizar su utilización y, sobre todo, al acostarse.
- Evite las corrientes de aire sobre la llama, ya que, pueden apagarla y seguir saliendo gas.
- No mantenga el vehículo en marcha al interior de garajes mal ventilados.

FACTOR DE RIESGO:

Consumo de alimentos en mal estado.

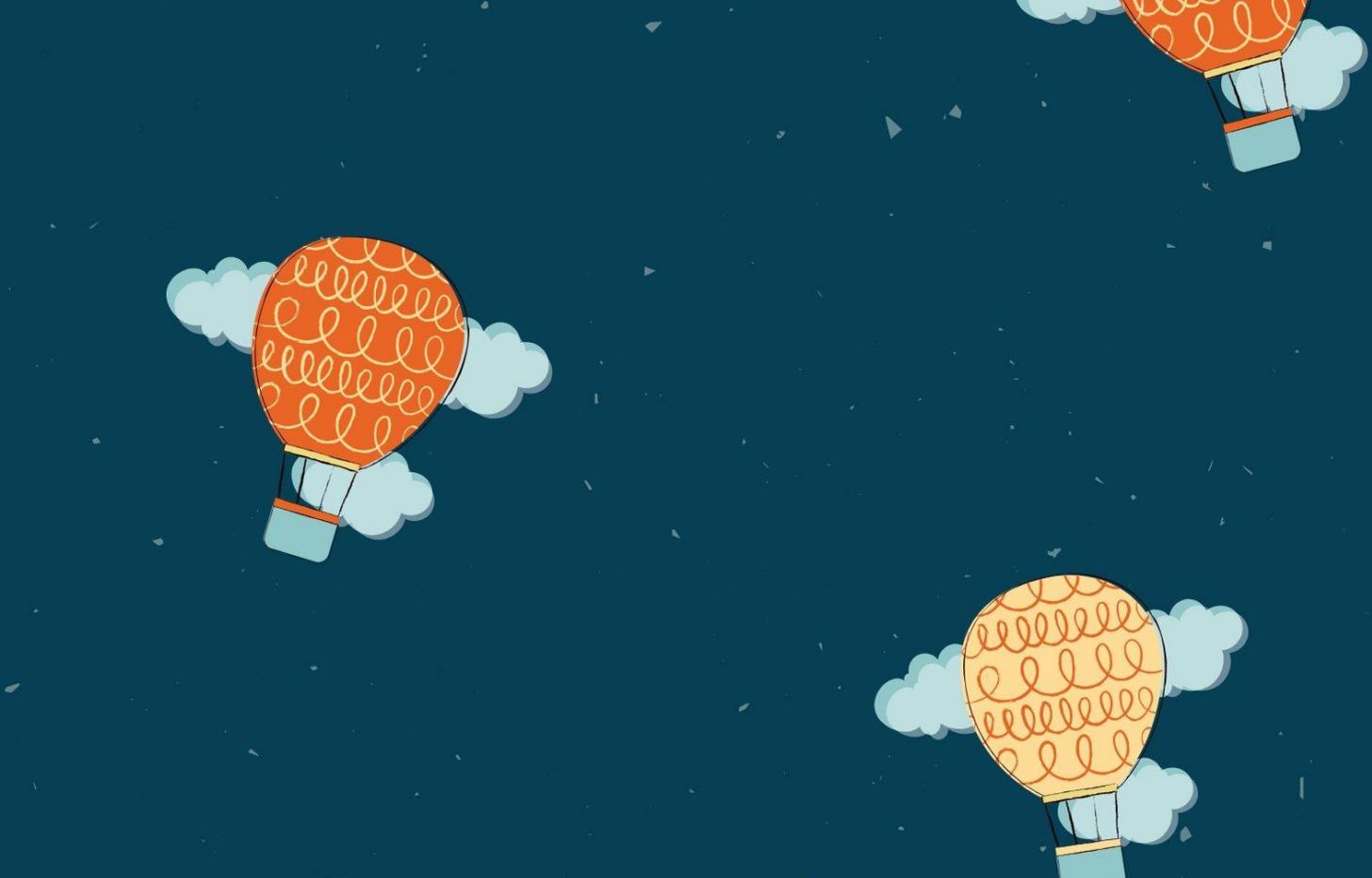
MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Compruebe siempre la caducidad del alimento.
- Almacene los alimentos lejos de los productos de limpieza.
- Lave bien las frutas y verduras.
- No volver a congelar ningún alimento ya descongelado.
- Mantenga los alimentos congelados a -18° .
- Mantenga los alimentos refrigerados entre 2 y 6°C .

RECUERDE

- NO DEJAR PRODUCTOS AL ALCANCE DE LOS NIÑOS.
- ETIQUETAR LOS RECIPIENTES Y MANTENERLOS EN SUS ENVASES ORIGINALES.
- LEER Y SEGUIR LAS INSTRUCCIONES DEL FABRICANTE, RESPECTO AL USO Y ALMACENAMIENTO DEL PRODUCTO.





Quemaduras





3.- Quemaduras:

Las quemaduras en el hogar se producen por contacto o por proyección de objetos, partículas o líquidos a altas temperaturas, o por contacto con productos cáusticos como lo son los ácidos.

FACTOR DE RIESGO:

Situar objetos calientes o llama viva en lugares accesibles a los niños que no están protegidos correctamente.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Aleje y proteja todos los objetos calientes o llamas del alcance de los niños.
- Coloque protecciones alrededor de aquellos objetos que se encuentran calientes y que son accesibles por necesidad.
- Aleje a los niños de la cocina y zona de planchar mientras se esté haciendo uso de ellas.

FACTOR DE RIESGO:

Situar las asas de objetos calientes hacia la zona de paso o al alcance de los niños.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Mantenga siempre las asas de ollas y sartenes orientadas hacia el interior.

FACTOR DE RIESGO:

Utilizar elementos a calentar sin asas o sin las debidas protecciones.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Seleccione y utilice objetos provistos de elementos de agarre aislantes (mangos, asas, etc.) en buen estado.





FACTOR DE RIESGO:

Manipular objetos calientes sin la debida protección en las manos.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Utilice guantes o manpas aislantes para mover objetos calientes.

FACTOR DE RIESGO:

Manipular pólvora y el uso por los niños de mecheros, fósforos, velas, otros.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Prohíba el uso de petardos y cartuchos a los niños.
- Impida que los niños jueguen con fósforos, mecheros u objetos que desprendan llama.

FACTOR DE RIESGO:

Cocer o freír los alimentos que dan origen a salpicaduras.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Evite salpicaduras usando cubiertas o tapaderas durante la cocción o la acción de freír.

FACTOR DE RIESGO:

Manipular productos cáusticos y corrosivos.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Utilice guantes y antiparras al manipular el producto para evitar el contacto con la piel.
- Evite las salpicaduras de estos productos y mantenga sus envases cerrados.



Incendios y explosiones



4.- Incendios y explosiones.

Para que se inicie un incendio, sólo hace falta que se unan, de forma adecuada, tres elementos que están siempre en el hogar:

- Aire.
- Combustibles.
- Focos de calor.



Cuando el combustible es gas, que se ha acumulado por fuga o similar, puede generar una explosión.

Los posibles combustibles son:

- Gaseosos: butano, propano, gas licuado, aerosoles, etc.
- Líquidos: quitamanchas, lacas, pinturas, aceite, gasolina, etc.
- Sólidos: tejidos, papel, cartón, plástico, madera, etc.

Pueden ser focos de calor:

Motores de aparatos eléctricos, planchas, radiadores de calefacción eléctrica, mecheros, fósforos, llamas de calentadores o estufas, colillas de cigarrillos, cortocircuitos, interruptores, lámparas, etc.





FACTOR DE RIESGO:

Uso de fósforos - fumar.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Si usted fuma, apague perfectamente los fósforos y colillas de cigarrillos, por ejemplo, humedeciéndolas con agua.
- Coloque ceniceros adecuados en los lugares oportunos.
- No fume en la cama.
- No permita que los niños utilicen o jueguen con fósforos y/o encendedores (mecheros).

FACTOR DE RIESGO:

Uso de electricidad.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- La instalación eléctrica debe cumplir las normas de seguridad vigentes y solo debe ser modificada por personal autorizado.
 - No sobrecargue los enchufes con demasiados aparatos.
 - Compruebe, antes de su uso, el buen estado de: radiadores lavavajillas, planchas, lavadoras, estufas y cocinas eléctricas.
 - Si observa calentamiento o chisporroteo en algún mecanismo, haga que revisen sus conexiones.
 - Si alguno de los interruptores generales salta con frecuencia, debe llamar a un eléctrico.
 - Evite la realización de empalmes y preste cuidado en la utilización de alargadores y enchufes múltiples.
 - Haga que se sustituyan los cables en mal estado.
- 





FACTOR DE RIESGO:

Uso de líquidos inflamables.

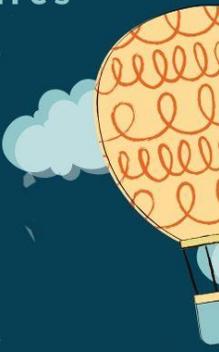
MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Tenga sólo la cantidad imprescindible de líquidos inflamables.
- Almacénelos en su envase original o en recipientes irrompibles y herméticos con indicación de su contenido.
- Utilice los líquidos inflamables sólo en lugares ventilados y alejados de los focos de calor.

FACTOR DE RIESGO:

Uso de gas.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Haga revisar periódicamente su instalación.
 - Revise y cambie el tubo flexible de conexión de sus aparatos antes de su fecha de caducidad.
 - Cierre las llaves de paso por la noche y cuando salga de casa.
 - Nunca almacene bombonas ni aerosoles cerca de focos de calor ni en lugares donde reciban sol permanentemente.
 - Deshágase de recipientes vacíos que hayan tenido líquido inflamable en su interior.
 - Vigile el color de la llama, una indicación puede ser: Si la llama es de color azul, la combustión es perfecta; si fuese de color amarillo, rojizo o en otros tonos, la combustión es defectuosa y estaría saliendo gas sin quemar, por tanto, deberá revisar su instalación.
- 





FACTOR DE RIESGO:

Uso de sartén con aceite.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Cuando se incendie el aceite en la sartén, deslice una tapa encima de la misma, **NUNCA EMPLEAR AGUA.**

FACTOR DE RIESGO:

Uso de olla a presión.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Verifique que la válvula de seguridad funcione adecuadamente y que esté dirigida lo más lejos posible de las personas.

RECUERDE

- Procure no distraerse con otras tareas cuando haya cosas al fuego y/o aparatos de gas y eléctricos en funcionamiento, así como cuando salga de su domicilio.
- Utilice siempre las estufas o braseros fuera del contacto con ropas, sábanas, cortinas, etc.
- Limpie o sustituya periódicamente los filtros de la campana extractora de su cocina.
- Evite corrientes de aire en la cocina que pudieran apagar el gas.
- Evite almacenar combustibles innecesarios en su casa como ropa vieja, periódicos, pinturas, etc.
- Haga revisar periódicamente la chimenea y estufa de calefacción.

- En caso de fuga de gas no encienda ni apague las luces: ventile lo máximo posible y avise a bomberos.
- Si su edificio no cuenta con extintores, disponga de ellos en su hogar. Se recomienda polvo químico seco multipropósito.
- Establezca un lugar determinado para las llaves de casa y lo más cerca posible de la puerta de salida, porque, en caso de emergencia, no tendrá tiempo de buscarlas.



NORMAS GENERALES DE ACTUACIÓN

- No pierda nunca la calma.
- Disponer del número de emergencias (132) en el teléfono.
- Si no puede apagar el fuego, salga del recinto y cierre la puerta.
- No se distraiga recogiendo pertenencias.
- Si el fuego es en un departamento cercano o colindante, trate de salir por la escalera (nunca por el ascensor), habiéndose mojado previamente la ropa y con un pañuelo mojado protegiéndose la nariz y la boca.
- Cuando vaya a abrir una puerta, si está caliente, apártese a un lado para evitar la posible llamarada.
- Si existe humo, camine agachado/a, ya que, la mayor cantidad de oxígeno está a medio metro del suelo aproximadamente, mientras que el humo tiende a ocupar las capas altas del recinto del incendio.
- Si no pudiera salir de un recinto, cierre la puerta y tape las rendijas con toallas mojadas para evitar que entre humo. Pida ayuda exterior.



Electrocución





5.- Electrocución

En las viviendas existe un riesgo general de electrocución para todas las personas de la casa.

El peligro que entraña un contacto eléctrico se hace mucho mayor cuando la persona está en ambiente mojado o descalza sobre el suelo.

Hay que tener en cuenta que esta circunstancia se da en múltiples lugares del hogar: en el cuarto de baño, lavadero, cocina y en cualquier lugar después de trapear el suelo.

El contacto accidental de una persona con un objeto que esté en tensión puede producirse de dos formas distintas:

1. Contacto eléctrico directo: cuando se tocan directamente elementos eléctricos que estén en tensión, como puede ser:

- Por existir cables pelados.
 - Por conectar los aparatos mediante conductores por los extremos pelados (sin clavija).
 - Por realizar pequeñas reparaciones en enchufes y cableado sin haber cortado la corriente eléctrica previamente.
 - Al tratar de reparar algún aparato sin haberlo desconectado.
 - Al introducir los niños los dedos u objetos en bases de enchufes.
 - Por existir aparatos que carecen de tapas protectoras y, por consiguiente, tienen partes eléctricas accesibles.
- 





2.-Contacto eléctrico indirecto: cuando se toca la carcasa de algún electrodoméstico que se ha puesto en tensión como consecuencia de una deficiencia en los aislamientos interiores, como puede ser: la nevera, lavadora, lavavajillas, etc.

Los electrodomésticos que indiquen doble aislamiento en su placa de características, se les debe considerar como no peligrosos en este sentido, salvo en caso de que se mojen.

FACTOR DE RIESGO:

Existencia de ambiente mojado o húmedo o persona descalza.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Procure no usar ni tocar aparatos eléctricos estando descalzo, aun cuando el suelo esté seco.
 - No utilice elementos eléctricos, principalmente en cuartos de baño o cocinas, con las manos húmedas.
 - No conecte aparatos que se hayan mojado.
- 

FACTOR DE RIESGO:

Reparación o manipulación de la instalación eléctrica.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Llame a un eléctrico cuando se desconozca la tarea a realizar.
- Ante cualquier reparación o manipulación de la instalación, desconecte la corriente eléctrica en el cuadro general mediante el interruptor y compruebe seguidamente la ausencia de tensión.
- Advierta del riesgo a otras personas para que no la conecten, colgando un cartel de aviso en el mismo interruptor.
- Compruebe periódicamente el correcto funcionamiento del diferencial de alta sensibilidad en el cuadro general.





FACTOR DE RIESGO:

Uso de electrodomésticos.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- No intente reparar o manipular un electrodoméstico conectado.
- Los aparatos que dispongan de clavija con toma de tierra solo deberán conectarse a bases de enchufes con toma de tierra.

FACTOR DE RIESGO:

Uso de enchufes.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Deben protegerse los enchufes para evitar que los niños tengan accidentes.
- Use enchufes giratorios de seguridad para niños.



Asfixia





6.- Asfixia

La asfixia se produce por una falta de oxígeno en el aire o por la imposibilidad de que este llegue a los pulmones o la sangre. El oxígeno del aire no puede llegar a los pulmones cuando las vías respiratorias quedan obstruidas.

La obstrucción de las vías respiratorias puede ser externa o interna.

La **obstrucción externa** se denomina sofocación. Un caso especial de sofocación es el producido por una compresión externa a través del cuello.

La **obstrucción interna** puede ser producida por objetos sólidos o por líquidos.

Los sólidos generalmente proceden del exterior, bien de forma accidental o bien por los alimentos que obstruyen el paso del aire. Además, los líquidos pueden proceder del interior de nuestro cuerpo (vómitos).

Cuando las obstrucciones líquidas se producen desde el exterior por inmersión de la cabeza en el agua nos hallamos ante la asfixia por ahogamiento.

OBSTRUCCIÓN EXTERNA

FACTOR DE RIESGO:

Taponamiento externo de las vías respiratorias de los niños.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- No duerma en la misma cama adultos y lactantes.
- No rodee de muchas almohadas a los niños.
- Evite que los niños jueguen con bolsas plásticas.
- No utilice cunas con barrotes cuya separación entre ellos sea mayor de 15 centímetros.





FACTOR DE RIESGO:

Llevar en el cuello lazos o cadenas sujetadoras de chupete y medallas.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Evite que los niños pequeños lleven rodeando el cuello cualquier elemento que pueda producirle una compresión del mismo.

OBSTRUCCIÓN INTERNA

FACTOR DE RIESGO:

introducción por la boca y nariz de pequeños objetos tales como botones, globos, canicas, alfileres, juguetes pequeños, etc.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Evite que los niños de corta edad jueguen y manipulen objetos pequeños o aquellos que pueden desmontarse en piezas pequeñas.

FACTOR DE RIESGO:

Vómitos.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Provoque el eructo en los lactantes después de las comidas.
- Recueste al lactante sobre un costado para dormir.
- Coloque de costado a la persona que haya perdido el conocimiento para facilitar la salida de posibles vómitos.



FACTOR DE RIESGO:

Ahogamiento por líquido.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- No deje recipientes con agua, grandes o pequeños, cerca de los niños (sobre todo menores de año y medio).
- No deje a los niños solos en la bañera.
- Enseñe natación a temprana edad.
- Vigile a los niños que circulen cerca de lugares con aguas profundas (piscinas, ríos, charcas, pozos, etc).





Atrapamiento



7.-Atrapamientos:

En diversas manipulaciones de elementos del hogar o en las reparaciones caseras, existe la posibilidad de atraparse las manos entre objetos móviles.

FACTOR DE RIESGO:

Uso de objetos con elementos agresivos móviles al descubierto (ventiladores sin rejilla, ascensores sin dible pierta, etc.)

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Compre aparatos con todos sus elementos móviles protegidos.

FACTOR DE RIESGO:

Désmontaje y reparación de aparatos móviles en funcionamiento.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Cuando realice el desmontaje o reparación de aparatos móviles (tritadoras, ventiladores, etc.) desenchufelos previamente.



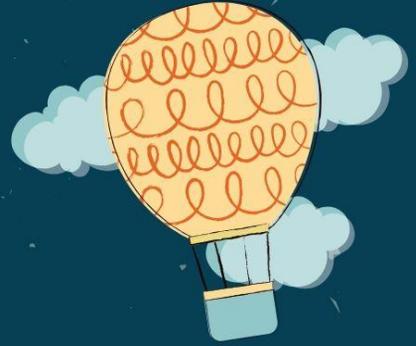
FACTOR DE RIESGO:

Atrapamiento de dedos y manos con puertas, cajones, baúles, etc.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Cuando existan niños cerca de puertas, ventanas, balcones, etc. vigile que sus manos no se encuentren en las juntas o ejes de cierre.
- Vigile las manos de los niños ante el peligro de atrapamiento con cajones, puertas, etc.
- Procure que los niños no usen los ascensores cuando no vayan acompañados de personas responsables.
- En las cabinas de ascensores los niños deben situarse lejos de las puertas.
- Utilice cierres de seguridad en puertas o cajoneras de muebles que estén al alcance de los niños.
- Utilice bloqueos para puertas (evitarán que éstas se cierren).





Golpes





8.- Golpes:

Es frecuente que en el hogar las personas se golpeen con objetos fijos (muebles, escaleras, etc.) o con objetos móviles (caída de una maceta, herramientas, etc.).

Ambas formas de accidente, aunque generalmente poco graves, son frecuentes.

FACTOR DE RIESGO:

Utilizar herramientas inadecuadas, en estado incorrecto o de forma poco precisa.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Seleccione siempre las herramientas adecuadas para cada tipo de trabajo. Evite que los niños jueguen con ellas y guárdelas en cajas apropiadas.

FACTOR DE RIESGO:

Existencia de muebles colgados bajos y salientes, cajones abiertos, etc.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Situe los objetos colgantes de forma estable y a la altura necesaria.
- Ilumine adecuadamente todas las estancias de la casa.
- No dejar armarios y cajones abiertos.
- Procure que todos los muebles y objetos de decoración tengan el canto redondeado, nunca en arista viva.

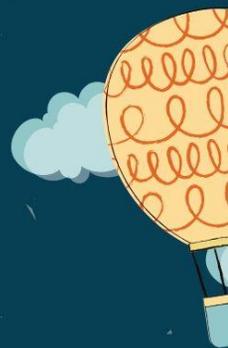


FACTOR DE RIESGO:

Caída de objetos.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- No cuelque objetos sobre la calle (en balcones, barandillas, etc.)
- Donde haya niños se colocará un zócalo continuo o rejilla en la parte inferior de la barandilla de la terraza para que no caigan objetos al exterior.



Sobreesfuerzos



9.- Sobreesfuerzos:

Los sobreesfuerzos físicos suelen producirse como consecuencia de la realización de movimientos repetitivos, levantamientos, empujes o arrastres de objetos pesados o de movimientos realizados mediante posturas forzadas.

FACTOR DE RIESGO:

Tareas de limpieza.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- No emplee útiles de limpieza que precisen la realización de movimientos repetitivos de torsión.
- Compruebe que los palos o mangos de las escobas, cepillos, fregonas y demás útiles de limpieza tengan la altura adecuada para evitar inclinaciones de columna.

FACTOR DE RIESGO:

Almacenamiento de objetos.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Coloque los objetos en función de su tamaño y peso, situando los más pesados en la parte baja de las estanterías o armarios.





FACTOR DE RIESGO:

Levantamiento de objetos pesados.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- No levante pesos superiores a 25 kilos.
- Para levantar un objeto pesado debe separar los pies, flexionar las rodillas, no curvar la espalda ni realizar torsiones de tronco y acercar el mismo al cuerpo.
- Cuando un objeto es excesivamente pesado, se aconseja manipularlo en compañía de otra persona o de elementos auxiliares.

FACTOR DE RIESGO:

Utilización de mochilas.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Procure que las mochilas tengan ruedas.
 - Si la mochila es de colgar, utilice siempre los dos tirantes. Lleve el peso en medio de la espalda y tan bajo como sea posible y mantengalo pegado al cuerpo.
 - Compruebe que los niños carguen solo con lo que necesitan, nunca más del 10% de su peso.
- 



A whimsical illustration of a town at night. The sky is a deep blue, filled with small white stars and several hot air balloons. Each balloon is orange with a white wavy pattern and is surrounded by soft white clouds. Below the sky, a row of colorful houses is visible. From left to right: a yellow house with a pink heart on its roof and a pink heart on its door; a pink house with a red door and a red roof; a yellow house with a red roof and a chimney; and a large, multi-story house with a brown roof, a green door, and a yellow garage. The houses are stylized with thick outlines and bright colors.

Heridas



10.- Heridas

En el hogar suelen producirse distintos tipos de heridas que, sin ser graves, ocurren con demasiada frecuencia.

Las más importantes son los cortes y pinchazos que se producen por contacto de las personas (generalmente manos y pies) con objetos cortantes o punzantes.

FACTOR DE RIESGO:

Dejar objetos cortantes y punzantes al alcance de los niños.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Protege, aleja o elimina en lo posible del alcance de los niños aquellos objetos que presenten superficies con aristas vivas (cúchillos, tijeras, aspas de ventilador, triturador, destornillador, etc).
 - Revise y elimine platos y vasos que con el uso presentan partes aristas cortantes.
 - Situe los costureros y su contenido fuera del alcance de los niños.
- 

FACTOR DE RIESGO:

Uso de utensilios cortantes o punzantes de cocina.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Maneje con precaución los utensilios de cocina.
- Guarde los objetos cortantes o punzantes después de ser utilizados.
- Tenga precaución al abrir latas de conserva.

FACTOR DE RIESGO:

Presencia de plantas punzantes (cactus).

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Situe las plantas punzantes en lugares visibles y fuera del alcance de los niños.





Juguetes

11.- Juguetes:

La elección de un juguete adecuado para nuestros hijos no debe ser una simple cuestión de espacio. Se han de tomar en consideración múltiples factores: la edad, su personalidad, sus gustos y preferencias, las características del juguete, lo que éste aporta en la formación del niño y, de manera fundamental, que el juguete que se va a comprar sea un producto realmente seguro.

Es indudable que los juguetes, si no cumplen unas condiciones específicas, pueden llegar a convertirse en peligrosos objetos que comprometen la seguridad del niño.

El primordial, a la hora de comprar un juguete, que éste cuente con sello de certificación, lo cual, significa que se está adquiriendo un producto de calidad, seguro y que está confeccionado bajo normas de seguridad vigentes.

ADVERTENCIAS E INDICACIONES DE LAS PRECAUCIONES DE SU USO Y MANEJO

- Los juguetes deberán ir acompañados de indicaciones claramente legibles y adecuadas, que permitan reducir los riesgos que entrañan su uso.
- Los juguetes no destinados a niños menores de treinta y seis meses llevarán la advertencia "No es conveniente para niños menores de tres años" o "3+".
- Toboganes, columpios en suspensión, anillas, trapecios, cuerdas y juguetes análogos montados sobre soportes irán acompañados de unas instrucciones de uso y precisarán que, en caso de omisión de los soportes, el juguete podría presentar riesgos de caídas o vuelco.



- Los juguetes funcionales o su envase llevarán la inscripción: "Utilice bajo la vigilancia de un adulto". Irán también acompañados de instrucciones de uso o empleo. Se entenderá por juguetes funcionales aquellos que tengan las mismas funciones que aparatos o instalaciones destinados a adultos y de los cuales constituyen a menudo un modelo a escala reducida.
- Los juguetes químicos exhibirán en sus envases la inscripción: "Únicamente para niños mayores de... (edad que indique el fabricante). Utilícese bajo la vigilancia de un adulto". Se consideran juguetes químicos: las cajas de experimentos químicos, las cajas de inclusión plástica, los talleres en miniatura de cerámica, esmalte, fotografía y juguetes análogos.
- Los patines y patinetas de ruedas para niños, si se venden como juguetes, llevarán la inscripción: "Utilice con equipo de protección". El recomendado es casco, guantes, rodilleras, coderas, etc.
- Los juguetes náuticos llevarán la inscripción: "Utilizar sólo en agua donde el niño pueda mantenerse de pie y bajo vigilancia".

RECOMENDACIONES PARA COMPRAR JUGUETES

- Lea cuidadosamente el etiquetado. Compruebe que estén marcados los siguientes datos:
 1. El marcado CE.
 2. El nombre y/o razón social y/o marca.
 3. Dirección del fabricante, representante autorizado o importador.
 4. Instrucciones de uso y, en su caso, las de seguridad y mantenimiento.
 5. Las advertencias e indicaciones que procedan, destacando las precauciones que se deberán tomar.
- No se fíe de la presentación del juguete. Siempre que sea posible pruébelo antes de adquirirlo.
- Elija juguetes adecuados a la edad del niño.
- No deje los envoltorios de los juguetes al alcance de los niños.



