



LA PREVENZIONE DEGLI INCIDENTI IN CASA E FUORI



Gli incidenti domestici sono ad oggi tra le cause più frequenti di morte in età pediatrica. Dati recenti dell'Istituto Superiore di Sanità, ci dicono che **ogni anno accedono al Pronto Soccorso circa 1.300.000 casi per incidenti domestici.**



Chi sono i soggetti più a rischio?



I **bambini** in età prescolare, insieme agli **anziani** ultraottantenni, rappresentano il **gruppo maggiormente a rischio**. I bambini rappresentano il 10 % di tutta la casistica che arriva al Pronto Soccorso, il 20 % dei casi gravi (codici gialli) e i bambini sotto i 5 anni oltre il 20 % di tutta la casistica molto grave (codice rosso).

Incidenti più frequenti

Il tipo di incidente domestico varia a seconda della fascia di età: circa la metà degli incidenti è rappresentato dalla **caduta dall'alto** come letto, divano, fasciatoio, seggiolone **con il 75% dei casi nei bambini sotto l'anno di età.**

- **Ferite da taglio, schiacciamenti ed ustioni** sono più frequenti **in età scolare;**
- **Avvelenamento** o intossicazioni si riscontrano soprattutto **in bimbi tra 1 e 4 anni.**
- **Soffocamento** per ingestione di corpo estraneo e **ustioni** sono incidenti piuttosto rari, ma rappresentano le prime **cause di morte** per i bambini **tra i 5 ed i 9 anni e, rispettivamente, la seconda e la terza per quelli fino a 4 anni.**

Sono circa 2000 i casi di ustione ogni anno causati da acqua calda (rovesciamento della pentola, acqua del bagnetto eccessivamente calda, cadute nella vasca) e altre fonti di calore (forno, piastre elettriche, ferro da stiro, corrente elettrica, caminetti...).

In ordine di frequenza tra le cause di morte nei bambini e adolescenti troviamo:

- ✿ Gli incidenti stradali;
- ✿ L'annegamento;
- ✿ L'avvelenamento;
- ✿ Le ustioni;
- ✿ Le ferite.



Come prevenirli

A differenza degli adulti i bambini piccoli **non riconoscono il pericolo** e spesso questi eventi accadono in modo banale, per semplice svista o mancata attenzione.



Per ridurre il numero di questi eventi occorre perciò maggior **sensibilizzazione e informazione** tra coloro che si occupano dei bambini (genitori, nonni, educatori, babysitter..), per garantire loro un ambiente senza rischi.

La **prevenzione** è la strategia migliore. Secondo gli esperti, il 60% degli incidenti domestici in età evolutiva potrebbe essere evitato tramite **adeguate misure preventive e precauzioni** che rendano l'**ambiente domestico più sicuro.**

Prevenzione delle intossicazioni da farmaci

I farmaci rappresentano quasi la metà degli accessi in pronto soccorso per avvelenamento. Gli avvelenamenti che si verificano più frequentemente sono:

- il sovraddosaggio intenzionale (credendo che “se aumento la dose ho un maggior effetto”),
- l'assunzione inavvertita di una dose supplementare, errori di erogazione e di misurazione della dose prescritta,
- l'esposizione attraverso il latte materno,
- l'assunzione accidentale di farmaci lasciati incustoditi e accessibili al bambino.

La sicurezza in casa

È strano pensare che la casa, il luogo dove ci si sente più sicuri è, in realtà, quello nel quale avvengono più incidenti. **Nell'ambiente domestico** i rischi maggiori sono legati all'**inesperienza del bambino ed alla stanchezza**, alla **fretta** o più spesso, ad una complessiva **ridotta attenzione dell'adulto**.



Una finestra lasciata aperta, un fornello acceso, il contenitore del detersivo lasciato a portata di mano... sono piccole disattenzioni che possono avere conseguenze drammatiche. I bambini non sono in grado di valutare il pericolo e cose del tutto scontate per un adulto possono essere per loro fatali.

I bambini sono costantemente alla scoperta del mondo, per impedire che la loro curiosità si trasformi in pericolo, occorre organizzare l'ambiente che li circonda con misure di sicurezza nelle zone più a rischio e tramite una scrupolosa sorveglianza.

Non lasciare mai da soli i bambini piccoli

Consigli per tutti gli spazi domestici

- se ci sono scale, fare impiantare cancelletti in cima e in fondo;
- le finestre e le porte devono avere chiusure di sicurezza interne;
- le ringhiere dei balconi e dei davanzali devono essere alte e non devono permettere il passaggio di un bimbo, in tal caso è possibile aggiungere delle reti di protezione;
- non sistemare accanto alle finestre vasi, sedie o mobili su cui i bambini potrebbero salire;
- i sistemi elettrici devono essere sempre a norma, con efficaci impianti salvavita;
- le prese di corrente devono avere sistemi per impedire l'introduzione di oggetti o dita (la sostituzione della presa non è un costo eccessivo per la sicurezza dei vostri figli)



I bambini sono molto attratti da tutti gli utensili presenti in cucina, se vengono lasciati da soli è facile che tentino esperimenti per conto proprio. Con la giusta misura di attenzione e gli opportuni dispositivi di sicurezza è possibile ridurre molti dei pericoli.

IN CUCINA

- ❁ Evitare l'impiego di piccoli elettrodomestici in prossimità del lavandino e staccare sempre la spina dopo l'utilizzo;
- ❁ Non lasciare mai incustoditi fiammiferi, accendini, elettrodomestici, attrezzi da cucina come lame, coltelli, forbici,
- ❁ Durante la preparazione dei cibi utilizzare preferibilmente i fornelli più interni impiegando pentole e padelle con i manici rivolti verso l'interno;
- ❁ Riporre detersivi, detergenti e prodotti per la pulizia della casa ad un'altezza non accessibile ai bambini;
- ❁ Non travasare solventi o sostanze chimiche liquide (anche detersivi) in bottiglie non appropriate, come quelle dell'acqua minerale, bibite, ecc....



IN BAGNO



- ❁ Fare attenzione alla temperatura dell'acqua ed utilizzare tappetini antiscivolo nella vasca da bagno;
- ❁ Non tenere elettrodomestici (phon, rasoi elettrici) nelle vicinanze di lavandini, vasche da bagno o comunque ad un'altezza accessibile ai bambini;

IN CAMERA DA LETTO



- ❁ Controllare che le sponde della culla o del lettino siano di altezza sufficientemente elevata per evitare che il bambino possa sporgersi e che la distanza tra le sbarre sia inferiore a 8 centimetri;
- ❁ Togliere catenelle, braccialetti e ciondoli durante il sonno
- ❁ Non lasciare mai solo il bambino sul fasciatoio o su una superficie elevata;
- ❁ Non far dormire i bambini più piccoli di 6 anni nella parte alta del letto a castello;
- ❁ È consigliabile l'uso di sistemi di bloccaggio delle porte;
- ❁ Non lasciare le chiavi nella serratura.

I giocattoli

- Acquistare giocattoli sicuri, certificati dal marchio CE sulle etichette;
- Fate attenzione ad oggetti di diametro inferiore ai 4 cm come bottoni, spille, biglie, giochi smontabili, monete, semi, noccioline ecc... che potrebbero ostruire le vie aeree, soprattutto nei bambini con meno di 4 anni;
- Non lasciare incustodite buste o borse di plastica che potrebbero costituire pericolo di soffocamento del bambino;



Attività motoria



I bambini devono potersi muovere in sicurezza ed i genitori devono creare per loro un ambiente domestico sicuro, adottare protezioni e dispositivi per la sorveglianza tenendo presente l'importanza di favorire il movimento del bambino stimolando la motricità.



Particolarmente importante è esercitare il bambino a fare le scale; per quanto si faccia attenzione, prima o poi capiterà che si trovi ad affrontare questo ostacolo.



Un bimbo agile si fa male con minore frequenza e spesso in maniera meno grave.

Televisore e computer attirano i piccoli, ma i genitori dovrebbero controllare che i bambini non trascurino i giochi all'aperto e che trascorrono una minima parte della giornata davanti a TV e PC.



Un suggerimento per tutti



Tenete sempre a portata di mano i **numeri utili in caso di emergenza**: quello del **pediatra** di famiglia, quello del **Centro Antiveneni** più vicino e, naturalmente, il **118**.



La sicurezza in auto



Gli adulti hanno una grande responsabilità nell'educare i bambini a comportamenti prudenti e sicuri. Come genitori bisogna usare gli appositi dispositivi per il trasporto del bambino in auto, ma soprattutto **dare il buon esempio**, utilizzando sempre la cintura di sicurezza.

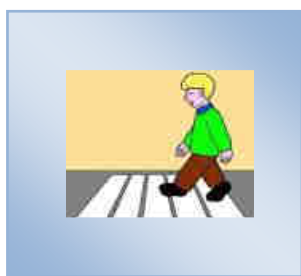


Nonostante la sensibilizzazione su questi temi sia ampia, **il 25% dei genitori ammette di non usare abitualmente il seggiolino** e recenti indagini riportano che almeno **il 40% dei bambini continua a viaggiare in modo non sicuro**.

Gli incidenti stradali (in auto, a piedi, in bicicletta, ecc.) continuano ad essere la principale causa di morte. L'utilizzo dei dispositivi di protezione per il trasporto del bambino (seggolini, navicelle ed adattatori) è l'unica prevenzione possibile per evitare traumi e ridurre la mortalità.

Ricordiamoci che:

- ☺ Il seggiolino va **sempre** usato, anche per tragitti molto brevi;
- ☺ Un trauma su quattro in età pediatrica potrebbe essere prevenuto se tutti i bambini fossero correttamente allacciati;
- ☺ **Il corretto utilizzo del seggiolino** potrebbe ridurre il rischio di morte da incidente stradale fino al 70 % sotto l'anno di vita e del 47% tra 1 e 4 anni;
- ☺ È una errata convinzione la presunta sicurezza del contenimento in braccio da parte dell'adulto: in realtà un bimbo di 10 Kg è impossibile da trattenere per chiunque!!!!



Il comportamento alla guida è fondamentale: ricordatevi che oltre il 20% dei decessi di bambini per incidenti stradali li vede vittime di investimenti come pedoni o ciclisti.

