

## *Accidentes en el hogar*



*¿Porque ocurren? ¿como prevenirlos ?*

# ***Manual de Primeros Auxilios y Precauciones Hogareñas***

Nuestra casa es sin duda alguna, el lugar donde transcurre nuestra vida íntima y familiar. Para la mayor parte de la población, en el hogar transcurre un buen número de horas de su vida. Allí se ríe, se llora, se convive y se enferma. Pero ahí también, en el hogar, se producen accidentes.

Quizás no solemos pensar demasiado en los peligros que la casa encierra y sin embargo las estadísticas nos indican que son muchos los accidentes que allí se producen.

En realidad el hogar puede ser un lugar peligroso. Y si uno se pregunta por las causas comprobará que la presencia de aparatos e instalaciones que utilizan el gas o la electricidad es numerosa. Por doquier hallaremos aparatos provistos de motores, aspas o cuchillas que, además de proveernos un apetecible confort, pueden provocar situaciones peligrosas.

Por otro lado la presencia de productos químicos en forma de detergentes, productos de limpieza, Fertilizantes o insecticidas, es también una fuente de peligro.

Por último si se analiza la cantidad de medicamentos que al alcance de cualquiera, se encuentran Profusamente distribuidos en nuestros hogares, comprenderemos cuán peligrosa es su presencia en los mismos. Este peligro viene potenciado por la atractiva presentación de los medicamentos.

A todo ello cabe añadir el desconocimiento del peligro por parte de los niños y ancianos que viven en el hogar, así como la poca atención que normalmente los adultos prestan a estas cuestiones y la ausencia, en consecuencia, de hábitos y comportamiento seguros.

La combinación de todos estos aspectos produce, sin duda alguna, situaciones de alto riesgo que pueden derivar, y de hecho lo hacen, en accidentes.

Los niños menores de cinco años y los ancianos mayores de 65 años son los que más sufren accidentes dentro del hogar. La edad y su situación en la vida los convierten por su ignorancia, despreocupación, debilidad y características mentales, en los más indefensos y vulnerables.



## ¿QUE PODEMOS HACER?

En el hogar pueden producirse accidentes.

Sin embargo podemos emprender una serie de acciones que, sin duda alguna, convertirán nuestros hogares en un lugar seguro.

Ante todo es fundamental que exijamos y busquemos aquellas seguridades que podríamos denominar básicas. Así tenemos todas las cuestiones referidas a la electricidad y el gas. Sus instalaciones deben ser seguras, respetando las normas que las autoridades dictan.

Por otro lado debemos aumentar la atención y el cuidado, no solo a nivel personal, sino hacia los niños y los ancianos.

Por último, y esto nos incumbe a todos, deben seguirse hábitos seguros en todo lo que concierne a los aparatos, productos, instalaciones y situaciones que en el hogar se van sucediendo.

Este archivo pretende ayudarles en este cometido.

Como Hemos visto el hogar encierra múltiples peligros. Pero de entre los miembros de la familia, no todos se encuentran con las mismas posibilidades de defensa frente a ellos. En este aspecto las estadísticas arrojan unos avisos muy claros:

## CONSECUENCIAS DE LOS ACCIDENTES

Resulta evidente que en el hogar se pueden producir accidentes especialmente en niños y ancianos. ¿Cuáles son las consecuencias de los mismos?

**CAIDAS DE PERSONAS.  
INTOXICACIÓN, ALERGIAS  
E IRRITACIONES.  
QUEMADURAS.  
INCENDIOS Y  
EXPLOSIONES.  
ELECTROCUCIÓN.  
ASFIXIA RESPIRATORIA.  
GOLPES Y  
ATRAPAMIENTOS.  
HERIDAS.**



Tenga presente que en el hogar pueden producirse dos tipos de caídas:

*A nivel (del suelo)*

*A distinto nivel (desde altura)*

Las causas principales que las originan son:

- \* Existencia en las superficies de tránsito (pasillos, living), y de trabajo (cocina, lavadero, estar,...) de objetos depositados en el suelo.
- \* Pisos poco limpios.
- \* Suelos resbaladizos por el uso continuo, pulido y lustrado inadecuado, etc.
- \* Existencia de huecos abiertos o defectuosamente protegidos (ventanas bajas, barandas de corta altura,...)
- \* Utilización como elementos de elevación de objetos inadecuados (sillas en lugar de escaleras), o en mal estado (escaleras con peldaños empalmados o rotos)

*No te descuides  
evitá accidentes*



**NO DEJES QUE TU HOGAR  
SEA UN LUGAR PELIGROSO  
PARA ELLOS**

*Educá con el ejemplo*



**Los niños en sus juegos,  
imitan las conductas de los mayores,  
incluso si estas son  
potencialmente peligrosas**

Revise que las escaleras de acceso al hogar tengan baranda de altura no menor a 90 cm. Y dispongan de pasamanos en todos sus tramos.

Proteja aquellas ventanas que se encuentren a menos de 1m del suelo mediante defensas (barandas, rejillas,...) que impidan la caída de personas. Evite colocar objetos que anulen la protección de la baranda (macetas junto a un balcón) por reducir su altura de protección.

Las puertas, ventanas, balcones, que den sobre zonas de riesgo de caída deben disponer de un sistema de bloqueo que impida su abertura a los niños.

No utilice escaleras de mano defectuosas (travesaños rotos o empalmados, etc.). Su uso debe estar prohibido a los niños.

Utilice preferentemente escaleras de mano dobles (tijera) para trabajar o alcanzar objetos elevados. No suba hasta que no estén totalmente abiertas y en perfecto equilibrio.

Revise su escalera de mano antes de usarla.

No subir a la vez más de una persona en una escalera de mano.

Evite utilizar sillas o muebles para alcanzar objetos altos en vez de escaleras apropiadas.

No suba ni permita que los niños suban sobre muebles y permanezcan en ellos de pie.



# **INTOXICACIONES ALERGIAS E IRRITACIONES**

Los principales riesgos por intoxicación, 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 (se incluyen también los productos derivados de la combustión).**
- \* **Productos de perfumería.**
- \* **Bebidas alcohólicas.**



La intoxicación, alergias e irritaciones por estos productos es en general consecuencia de su ingestión y, más raramente, de su inhalación o contacto con la piel.



## **NORMAS GENERALES DE PREVENCIÓN**

- \* **No dejarlos al alcance de los niños y guardarlos en lugar seguro.**
- \* **Etiquetar debidamente los recipientes y a ser posible mantener los productos en sus envases originales.**
- \* **Seguir las instrucciones de uso del fabricante.**
- \* **No almacenar conjuntamente distintos tipos de productos.**

*Un descuido puede tener serias consecuencias*

# INTOXICACIONES ALERGIAS E IRRITACIONES

<b>PRODUCTO</b>	<b>MEDIDA PREVENTIVA</b>
<b>Medicamentos</b>	No almacenarlos en las mesas de luz.
<b>Productos de limpieza</b>	No mezclarlos indiscriminadamente, especialmente en el caso de hipoclorito de sodio (lejía) y detergente
<b>Insecticidas y productos de jardinería</b>	No pulverizarlos sobre alimentos, personas o animales domésticos; no permanecer en habitaciones tratadas con insecticida hasta transcurrido un tiempo prudencial
<b>Pinturas, disolventes y adhesivos</b>	Aplicar con buena ventilación; no lavarse las manos con disolventes. No permanecer en las habitaciones recién pintadas hasta que desaparezca el olor de disolvente
<b>Combustibles y productos de combustión</b>	No situar estufas a gas en cuartos de baño ni locales mal ventilados. Las estufas y braseros no deben emplearse en locales sin ninguna ventilación. No mantener el coche en marcha en el interior de garajes pequeños y mal ventilados. Controlar la buena combustión de los braseros. No emplear estufas abiertas y braseros en dormitorios. Cerrar la llave de paso al finalizar la utilización del gas y siempre por la noche. Evitar las corrientes de aire sobre la llama que pueden apagarla.

## Modelos de Botiquín de Primeros Auxilios



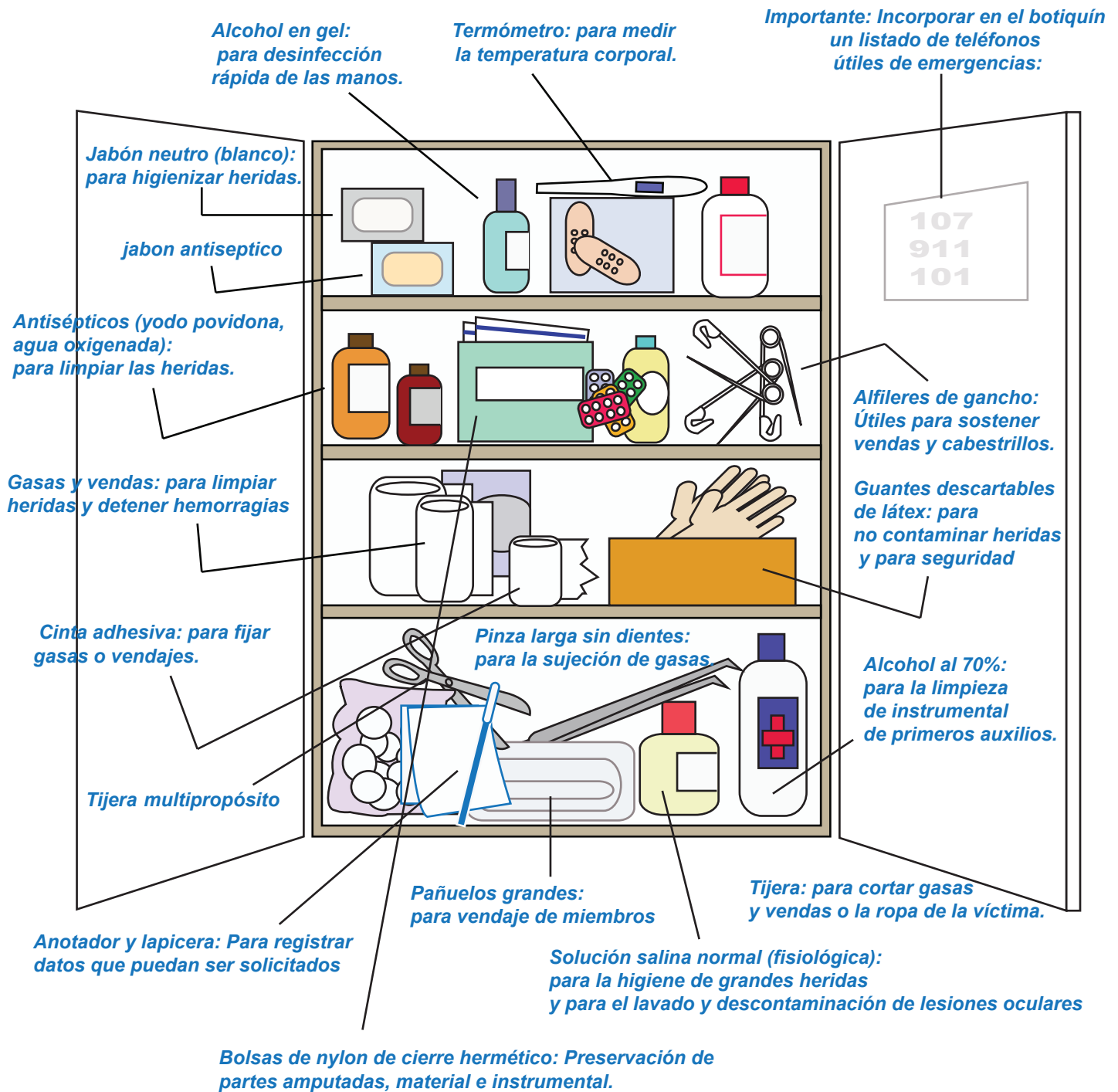
imagenes de <http://www.farmainsumos.com.ar/>



# INTOXICACIONES ALERGIAS E IRRITACIONES

## Guía para armar un Botiquín de Primeros Auxilios en el hogar

### MODELO DE BOTIQUIN



Las Quemaduras en la casa pueden ser ocasionadas por el CONTACTO o PROYECCION de objetos, partículas o líquidos a temperaturas elevadas. Las causas principales que las originan son:

- \* *Situar objetos calientes (estufas eléctricas, lámparas, hornos, etc) o con llama viva (cocinas, estufas de gas, etc) en lugares accesibles a los niños, o no protegidos adecuadamente.***
- \* *Utilizar elementos desprovistos de asas o mangos aislantes***
- \* *Manejar objetos calientes sin la debida protección en las manos.***
- \* *Cocinar los alimentos que dan origen a salpicaduras sin usar tapas.***
- \* *Manipular inadecuadamente pólvoras (cohetes, petardos y bengalas)***

La anulación de estas causas requiere:

- Colocar en lo posible protecciones alrededor de aquellos objetos que se encuentran calientes y que resultan por necesidad accesibles.**
- Seleccionar y utilizar objetos provistos de elementos de agarre aislantes (mangos, asas, etc.) en buen estado.**
- Utilizar guantes o manoplas aislantes para mover objetos calientes.**
- Alejar a los niños de la cocina y zona de planchar.**
- Evitar las salpicaduras, usando cubiertas o tapas, durante la cocción.**
- Situar los objetos calientes o con llama viva fuera del alcance de los niños.**
- Impedir que los niños jueguen con fósforos o encendedores.**
- Manipule con cuidado cohetes, petardos y cartuchos y no los deje al alcance de los niños.**

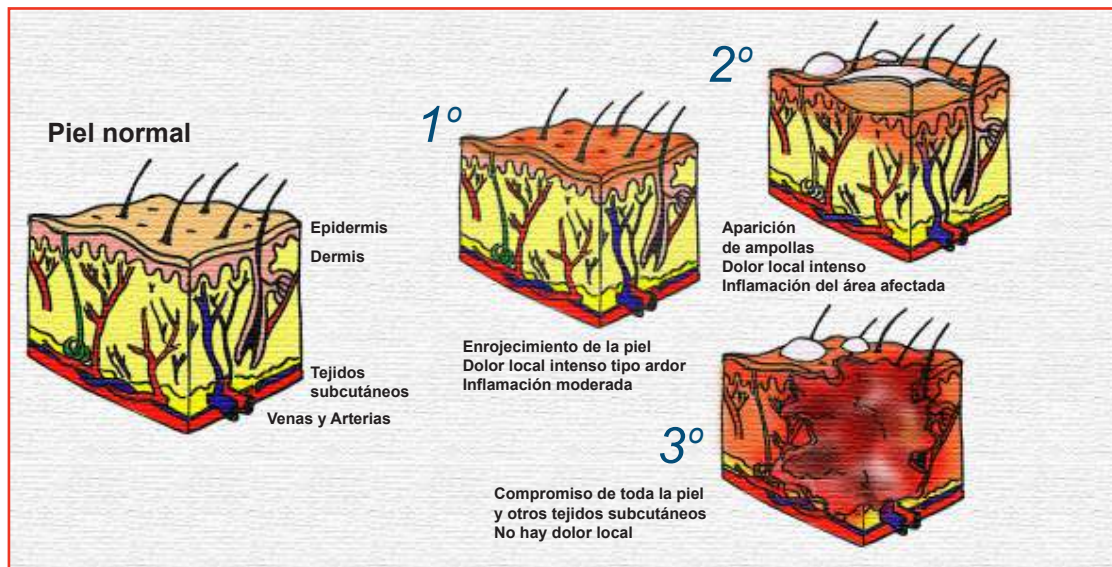
***Nunca debe realizar las siguientes acciones:***

*Nunca coloque el hielo directamente sobre la piel quemada. Si lo hace, dará lugar a la congelación y aumentar los daños ya presentes en la piel.*

*Evite el uso de ungüentos o aceites ya que pueden interferir con el proceso natural de curación.*

*Evite romper las ampollas que vienen con la piel quemada, ya que se expone a la infección.*

***Procuraremos no respirar o toser sobre la quemadura, y tampoco soplar ni tocar las ampollas o la piel muerta.***



## Clasificación de las quemaduras según su profundidad

Quemadura	Aspecto	Tejido dañado	Dolor	Evolución	Ejemplos
Primer grado	Superficie seca, eritema sin exudación	Epidermis Hipersensibilidad	Dolor espontáneo mayor contacto	Epiteliza en 3-5 días No deja cicatriz	Quemaduras solares
Segundo grado superficial	Ampollas y eritema	Epidermis y parte de la dermis	Intenso dolor Hiperestesia al contacto mayor que espontánea	Epiteliza en 7- 14 días No deja cicatriz	Escaldadura por líquido caliente: aceite, agua Objetos calientes: plancha estufa
Segundo grado profunda	Punteado rojo sobre fondo blanquecino	Epidermis y dermis completa	Hiprestesia al contacto Igual que espontánea Poco dolor Áreas anestesiadas al pinchazo	Depende de la extensión La curación dura un mes o mas Deja cicatriz Puede precisar cirugía	Quemaduras por llama: fuego, cigarrillos, velas Quemaduras eléctricas Explosión
Tercer grado	Superficie seca y dura Color variable	Dstrucción de todo el espesor dermoepidérmico Afectación del tejido subcutáneo: nervios y músculo	Anestesiada de la zona (sin sensibilidad al dolor)  Precisa tratamiento quirúrgico	Lenta Existe riesgo de infección profunda Por abrasivos potentes Deja cicatriz	Quemaduras por grandes fuegos Quemaduras químicas

**Si algún miembro de su familia sufre de quemaduras, tome nota de los siguientes consejos para ayudar en la prevención de daños mayores:**

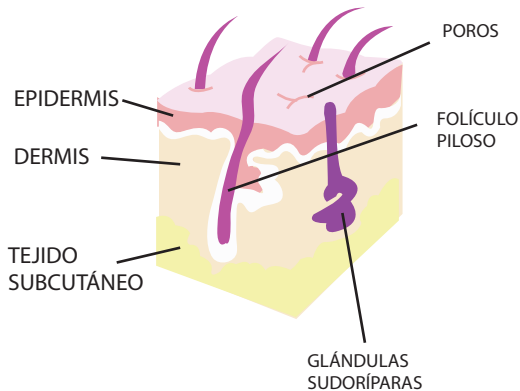
*El primer paso para tratar las quemaduras es detener el proceso de quemaduras. Usted puede hacer esto mediante la aplicación de agua fría sobre la piel.*

*Estudiar la extensión de los daños. Si hay piel carbonizada o ampollas, es señal que la capa superior de la piel está dañada. A mayor área de daño, pida ayuda de emergencia.*

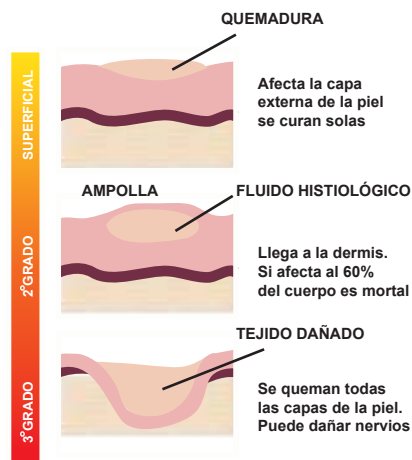
*Presionar el área facial o del cuello puede causar inflamación, lo que podría traducirse en dificultad para la respiración. Llame a la asistencia médica de inmediato.*

*Para los casos leves de quemaduras, puede ayudar en el proceso natural de curación el uso de ropa holgada que causará mínima irritación en la piel.*

## ESTRUCTURA DE LA PIEL



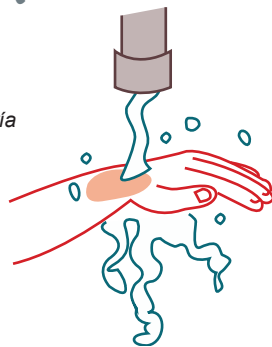
## PROFUNDIDAD DE LAS QUEMADURAS



## QUE DEBE HACER ANTE UNA QUEMADURA

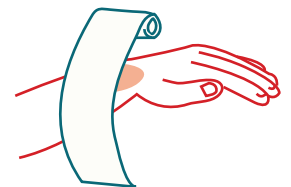
Refresque la zona con abundante agua fría durante 30 minutos.

No despegue nada que pueda haber quedado adherido a la quemadura. Quite reloj, pulseras, anillos antes que se hinche la zona



Cubra la zona con una gasa estéril y limpia para evitar los gérmenes

No reviente las ampollas ya que puede introducir una infección. Cúbrala con un apósito seco no adhesivo. Utilice guantes



## PREVENCIÓN DE QUEMADURAS

- Alejar y nunca dejar solos a los niños en la cocina y otros lugares donde haya fuego (chimeneas, estufas, calentadores, encendedores, cerillas)
- Evitar que los utensilios de limpieza y otras sustancias inflamables se encuentren al alcance de los niños.
- No dejar en el suelo recipientes con líquidos muy calientes
- Los mangos de las sartenes no deben quedar hacia afuera, deben colocarse en dirección hacia la pared
- Después de planchar, no dejar enfriar la plancha en lugares a los que los niños tengan fácil acceso.
- Si en la casa hay niños pequeños, utilizar protectores para los enchufes y las tomas de corriente.
- No manipular electrodomésticos y aparatos eléctricos con las manos mojadas
- Evitar dejar velas encendidas en lugares accesibles para los niños
- Evitar que los niños manejen mecheros, cerillas, petardos y otros objetos que contengan pólvora
- No manipular aerosoles (insecticidas, ambientadores) cerca de una fuente de calor y nunca perforar envases
- En caso de tormenta eléctrica no hay que guarecerse bajo un árbol
- Nunca lanzar en los campos y montes latas, cristales, vidrios y otros utensilios que pueden provocar incendios

## NORMAS GENERALES

No deje cosas en el fuego ni aparatos eléctricos de gran consumo en marcha cuando salga de su casa.

Limpie periódicamente los filtros de la campana extractora de la cocina.

Evite las corrientes de aire en la cocina que pudieran apagar el gas, especialmente si Ud. está en otra habitación.

Evite almacenar combustibles innecesarios en su casa como ropa vieja, periódicos, pinturas, etc.

Haga revisar periódicamente los calefactores y calderas de calefacción.

En caso de fuga de gas no encienda ni apague las luces; ventile al máximo posible y recurra inmediatamente a un instalador matriculado o avise a la compañía.



## PLAN DE EMERGENCIA

***Si el edificio donde vive no tiene escalera de emergencia vea la posibilidad de facilitar el acceso al techo de alguna de las casas vecinas.***

***Si el edificio donde vive no tiene protección por matafuegos compre uno de 5 o más kilos de polvo triclase y colóquelo en el living de su casa.***

***Pegue una etiqueta en su teléfono con el número de los bomberos.***

## ¿Cómo elegir un matafuego?

### ¿Qué matafuegos comprar?

Para una casa de uso unifamiliar, un extintor de 5 kg del tipo polvo bajo presión ABC. Si la vivienda tiene cochera, allí se debería disponer de un extintor de 3,5 kg del tipo dióxido de carbono (CO2) BC ó 5 kg del tipo polvo bajo presión ABC.

» **¿Dónde ubicarlo?** En un lugar de fácil acceso y visible, Cerca de las salidas y colgado a una altura de 1,30 metros del piso.

» **¿Cómo usarlo?** Leé las instrucciones de uso indicadas en el extintor y en el folleto que el fabricante entrega. Acercate al fuego a una distancia segura, 2 ó 3 metros permiten actuar al extintor. Tené presente que al accionarse, la carga dura entre 8 y 12 segundos. Aún después de apagado el foco, observá el lugar para evitar riesgos de que se reinicie el fuego.

## TIPOS DE EXTINTORES

### TIPOS A

madera, papel, telas de algodón etc



### TIPOS B

nafta, pinturas, solventes, etc



### TIPOS C

aparatos electricos, equipos energizados, motores, etc



### TIPOS D

metales, sodio, magnesio, etc



## TIPOS DE MATAFUEGOS

### COMO ELEGIR EL MATAFUEGOS ADECUADO



AGUA

ESPUMA

POLVO ABC

ESPUMA

ESPUMA



Madera  
Papel  
Carton  
Pasto  
Telas

**SI**  
Muy Eficiente

**SI**  
Muy Eficiente

**SI**  
Muy Eficiente

**PE**  
Poco Eficiente

**SI**  
Muy Eficiente

### Solidos



Nafta  
Aceites  
Pinturas  
Kerosen  
Hidrocarburos

**NO**

**SI**  
Muy Eficiente

**SI**  
Muy Eficiente

**SI**  
Muy Eficiente

**SI**  
Muy Eficiente

### Líquidos inflamables



Motores  
Tebleros eléctricos  
Transformadores

**NO NO**

**E**  
Eficiente

**SI**  
Muy Eficiente

**SI**  
Muy Eficiente

### Energía Eléctrica






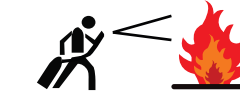




TIPOS DE FUEGOS

## ¿Cómo lo uso?

Primero que todo, conserve la calma, si intenta actuar estando nervioso o aceleradamente es muy probable que cometa errores que luego lamentara. Tómese 5 segundos, aclare su mente e intente repetir mentalmente los pasos que hará a continuación, si no logra recordar los pasos, no pierda la calma y recuerde que en la etiqueta de los matafuegos se encuentra indicada la forma de accionarlos.

### Como usar el matafuego

<p><i>Tirar del anillo pasador para quitar el precinto</i></p>  <p>1</p>	<p><i>Presionar la manija</i></p>  <p>2</p>	<p><i>Dirigir el chorro a la base de la llama procurando mantener la botella en posición horizontal</i></p>  <p>3</p>
---	--	---

Erróneo	Correcto
Ataque el fuego en la dirección del viento	
	
Para fuegos en superficies líquidas, comience POR LA BASE Y PARTE DELANTERA del fuego	
	
Para fuegos en derrames, comience DESDE ARRIBA HACIA ABAJO	
	
Utilice varios matafuegos al mismo tiempo en lugar de uno tras otro	
	
No abandone el lugar hasta que el fuego esté completamente apagado	
	

En las viviendas existe un riesgo general de electrocución para todas las personas de la casa. Una persona puede electrocutarse habida cuenta que la tensión en uso 220V. que alimenta a los aparatos electrodomésticos es peligrosa, es decir, en caso de aplicarse accidentalmente a una persona puede producir desde el conocido “calambre” o “patada” hasta la muerte de la persona por paro cardíaco. 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.**
- En el lavadero.**
- En la cocina.**
- En cualquier lugar después de lavar el piso.**

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

## **1. Cuando se tocan directamente elementos eléctricos que estén con tensión.**

- Por existir cables pelados o en mal estado.
- Por conectar los aparatos con los cables sin enchufe.
- Al cambiar fusibles o tratar de reparar algún aparato sin haberlo desconectado.
- Al introducir los niños alambres, tijeras, etc. en los tomacorrientes.
- Por haber aparatos que carecen de tapas protectoras y por ende tienen partes eléctricas accesibles.

## **2. Cuando se toca la carcasa de algún aparato electrodoméstico que se ha electrificado como consecuencia de una deficiencia en los aislamientos interiores.**

Están sujetos a este riesgo los aparatos electrodomésticos:

- \* Heladeras.
- \* Lavarropas.
- \* Lavaplatos.
- \* Microondas.
- \* Televisor.
- \* Otros.



## *Para evitar estos accidentes debemos seguir las siguientes normas de prevención:*

- No conectar aparatos que se hayan mojado.
- Procurar no usar ni tocar aparatos eléctricos estando descalzo aun cuando el suelo esté seco.
- No tener estufas eléctricas, tomacorrientes ni otros aparatos eléctricos en el baño al alcance de las manos.
- Usar tomacorrientes giratorios o de enclavamiento profundo para niños.

Ante cualquier reparación o manipulación de la instalación desconectar el tablero general o interruptor y comprobar la ausencia de tensión. Advertir del riesgo de conectar a los demás o guardarse los fusibles en el bolsillo.

Debe disponerse de un interruptor diferencial de 30mA (0,03A) en el tablero general.

Se comprobará su funcionamiento en forma periódica (una vez a la semana), pulsando el "botón de prueba" que lleva incorporado.

Disponer de un cable de puesta a tierra en todos los tomacorrientes. Este cable deberá llegar a las carcasas de todos los electrodomésticos que no estén indicados como doble aislamiento. Comprobar que los caños metálicos de agua (caliente y fría), desagües de baño, lavadero, lavatorio, etc. estén conectados entre sí y a tierra, mediante un cable.



### **ADVERTENCIA:**

Estas medidas SOLO protegen contra contactos eléctricos establecidos con carcasas metálicas de aparatos o caños metálicos que se hayan puesto accidentalmente en tensión con motivo de una falla.

## *Para evitar estos accidentes debemos seguir las siguientes normas de prevención:*

La asfixia, fallo de la respiración pulmonar, se explica por una falta de oxígeno en el aire o por la imposibilidad de que éste llegue a los pulmones. 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 (taponamiento de nariz y boca o imposibilidad de movilización de la caja torácica). Un caso de sofocación es el producido por una compresión externa a través del cuello (estrangulamiento y ahorcadura).

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

Los sólidos generalmente proceden del exterior en forma accidental, o bien de alimentos que se atragantan. Los líquidos pueden proceder de regurgitaciones digestivas (vómitos).

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

## *Las causas principales que originan la asfixia son:*

Falta de oxígeno en los baños debido a la presencia de calentadores o estufas de gas

Introducción por boca y nariz de objetos de diámetro superior al de las vías respiratorias (botones, bolitas, alfileres de gancho, etc.).

Taponamiento externo de las vías respiratorias por el vestido o la ropa de la cuna (niños menores de 1 año).

Sofocación provocada por otro cuerpo humano (adulto) durante el sueño.

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

Ropas inadecuadas: bufandas demasiado largas.

Utilización como capuchas o caretas de juego de las bolsas de plástico Bañeras, baldes y otros recipientes llenos de agua.

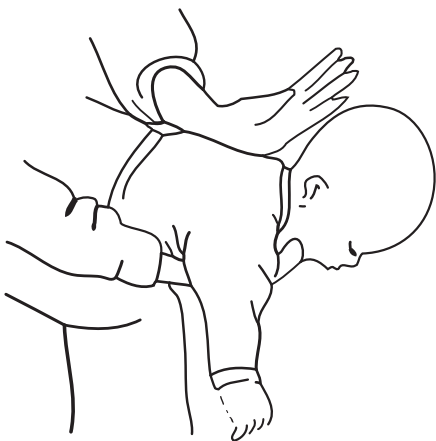


# ASFIXIA RESPIRATORIA

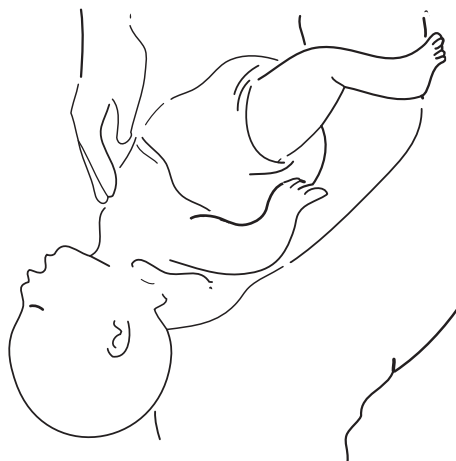
*A fin de evitar los accidentes producidos por estas causas deben tenerse en cuenta las siguientes medidas preventivas:*

- \* No instalar calentadores ni estufas de gas de tiro abierto en el interior de los baños, ni en el interior de habitaciones pequeñas mal ventiladas.
- \* Evitar que los niños de corta edad jueguen y manipulen objetos pequeños o aquellos que pueden desmontarse en piezas pequeñas, (pueden tragarlas y sufrir asfixia).
- \* Utilizar ropa de cama que imposibilite el estrangulamiento (sábanas demasiado largas, camisones, prendas con cuellos estrechos y redes) .
- \* Impedir que los niños vistan con bufandas demasiado largas.
- \* No dejar recipientes con agua cerca de los niños (baldes o fuentones por ejemplo, sobre todo antes del año y medio).
- \* Enseñanza precoz de la natación.
- \* Protección por cierre vallado, separación, acceso difícil, uso de redes, ... en piletas, lagunas, pozos, cisternas, lavaderos y cursos de agua.
- \* Provocar el eructo en los lactantes después de las comidas y antes de recostarlos para dormir.
- \* Colocar a los individuos que hayan perdido el conocimiento de costado para facilitar la salida al exterior de posibles vómitos.
- \* Evitar que los niños jueguen con bolsas de plástico.
- \* No dormir en la misma cama adultos y lactantes.
- \* Vigilar a los niños que circulen cerca de los lugares con agua.

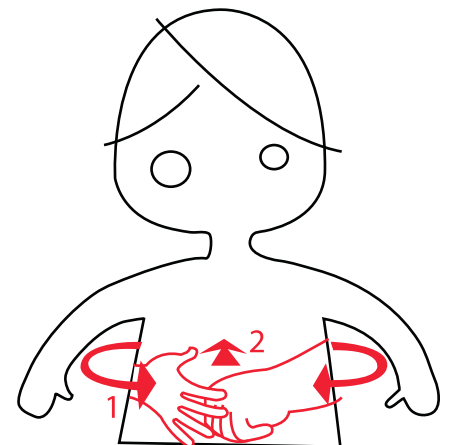
## Maniobra de Heimlich



*Sostenga al bebé sobre el antebrazo. Sostenga la cabeza en todo momento. Dé 5 palmadas en la espalda entre los omóplatos del bebé.*



*Si el objeto no sale, voltee al bebé trace una línea imaginaria entre las tetillas y con dos dedos aplique 5 compresiones en el pecho.*



*Coloque un puño sobre el ombligo del niño con el dedo pulgar hacia el abdomen. Rodee el puño con la otra mano y ejerza presión hacia adentro y hacia arriba del pecho sin levantarlo del piso.*

## Atrapamientos

En diversas manipulaciones de elementos del hogar o en las reparaciones caseras existe la posibilidad, cada vez más creciente debido a la sofisticación del hogar, de atraparse generalmente las manos entre objetos móviles.

Las causas que generan estas situaciones son principalmente:

- Desmontaje y reparación de aparatos móviles en funcionamiento.
- Existencia de objetos con elementos agresivos móviles al descubierto (ventiladores sin rejilla, ascensores sin doble puerta, etc.).
- Niños situados detrás de las puertas de entrada.

Las medidas generales que anulan estas situaciones son:

- \* Cuando haya niños cerca de puertas, ventanas, cajones de muebles, etc. VIGILE que sus manos no se encuentren en las juntas o ejes de cierre.
- \* Cuando realice el desmontaje o reparación de aparatos móviles (trituradoras, cuchillos eléctricos ventiladores, aspiradoras, lustradoras, etc.) desconéctela previamente.
- \* Vigile y cubra en lo posible mediante resguardos (rejillas...) aquellos elementos agresivos móviles accesibles. Aléjelo siempre del alcance de los niños.
- \* Explíqueles a los niños el porqué de la prohibición de usar los ascensores cuando no vayan acompañados de personas responsables.
- \* En ascensores sin doble puerta sitúe a los niños en el fondo del mismo.



## Golpes

Es frecuente que en el hogar las personas reciban GOLPES (ya sea con objetos fijos, muebles, escaleras ya con objetos móviles, caída de una maceta, herramientas, etc.) Ambas formas de accidente, aunque generalmente poco graves resultan frecuentes.

Las causas principales que los generan son:

- \* Ubicación de objetos sobre el espacio utilizado para la circulación o trabajo de una persona en la casa (maceta colgada sobre un pasillo, armario de cocina colgado demasiado bajo, etc.).
- \* Permanecer en el radio de acción de una puerta o ventana.
- \* Utilizar herramientas inadecuadas, en estado incorrecto o de forma poco precisa.

### **La anulación de estas causas requiere:**

*No dejar armarios y cajones abiertos.*

*Procurar que todos los muebles y objetos de decoración tengan canto redondeado, nunca en arista viva.*

*Utilizar puertas de comunicación, donde haya tráfico abundante de personas (cocinas, estar, etc.) con cristales transparentes o traslúcidos.*

*Ilumine adecuadamente las zonas de circulación (pasillos, living), así como las de trabajo (cocina, lavadero, garaje, etc.).*

*Seleccione siempre las herramientas adecuadas para cada tipo de trabajo.*

*Evite que los niños jueguen con ellas. Guárdelas en cajas apropiadas.*

*Situar los objetos colgantes de forma estable y a la altura necesaria.*

*No colgar objetos sobre la calle (en balcones, barandas, etc.).*

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 la persona (generalmente manos y pies) con objetos cortantes o punzantes que se encuentran de forma accesible.

### **Sus principales causas son:**



- \* Dejar objetos cortantes y punzantes al alcance de los niños.
- \* **No guardar los objetos cortantes o punzantes una vez que han sido utilizados.**
- \* No utilizar una protección que impida el contacto directo con el elemento de corte (rejilla de un ventilador, funda de cuchillo, etc.).
- \* **No haber reparado o eliminado aquellos objetos (vasos, platos, etc.) que con el uso se han convertido parcialmente en cortantes.**
- \* Situar plantas punzantes (cactus) en zonas poco visibles y al alcance de los niños.

### **Su corrección exige:**

Proteger, alejar o eliminar en lo posible del alcance de los niños aquellos objetos que presenten superficies con aristas vivas (cuchillos, tijeras, aspas de ventilador, triturador, licuadora, etc.).

**Revisar y eliminar los platos y vasos rotos o cachados.**

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



### **Otras heridas**

En el hogar pueden darse otro tipo de heridas como las producidas por armas de fuego o por animales domésticos (mordeduras y arañazos).

Es preciso señalar que las armas de fuego deben guardarse descargadas y en lugares bajo llave. Así también para evitar mordeduras y arañazos deben tratarse adecuadamente los animales domésticos.





# JUGUETES Y ACCIDENTES

El niño necesita juguetes para poder desarrollar toda su personalidad de forma equilibrada. Sin embargo también jugando pueden producirse accidentes debido fundamentalmente a dos causas:

- \* *El que los niños dispongan de juguetes no adecuados a su edad (problema de difícil solución cuando conviven niños de distintas edades).*
- \* *El que los juguetes están mal diseñados o fabricados*

- *Deje a disposición de los niños solo los juguetes que mas lo atraen o usa, el resto guárdelos en un lugar específico destinado a ellos.*
- *Enseñe a sus hijos que cada juguete tiene su lugar para descansar, de esa forma inculcara poco a poco un habito de orden que es la base de la seguridad en el hogar.*

## TIPO DE JUGUETES ADECUADOS A LA EDAD

### TENGA CUIDADO CON:

#### *Hasta los dos años (preponderancia de las manos y la boca)*

Juguetes ruidosos	Objetos puntiagudos y con esquinas
Sonajeros	Piezas pequeñas que pueden desmontarse y
Muñecas y animales suaves	Pintura tóxica
Juguetes para el baño	Juguetes que no pueden lavarse
Pelotas grandes	Muñecas con ojos de cristal o tipo botón
Juguetes de tirar y empujar	Juguetes inflamables
Objetos irrompibles para morder	Alambres internos que con el uso pueden
Cubos apilables	

## TIPO DE JUGUETES ADECUADOS A LA EDAD

### De 4 a 6 años (inicio de la invención)

Instrumentos musicales sencillos	Objetos con piezas pequeñas que puedan desmontarse
Caja de arena con cubo y pala	Bolitas, cuentas, monedas
Coches y trenes	Esquinas puntiagudas o ásperas
Lápices de colores	Juguetes inflamables
Silla y mesa pequeñas	Pintura tóxica
Cuadernos para pintar animales de madera	
Construcciones de madera	

### De 6 a 8 años (iniciación a las destrezas)

Banco de carpintero	Juguetes eléctricos no aprobados
Herramientas que no pesan	Juegos demasiado complicados para la habilidad del niño
Construcciones	Patines mal contruidos
Patines	Juguetes con esquinas agudas
Juguetes eléctricos	Tiro al blanco
Material de costura	Juguetes inflamables
Instrumentos musicales	
Barrilete	
Rompecabezas y juegos de mesa	
Cuerdas para saltar	

## TIPO DE JUGUETES ADECUADOS A LA EDAD

**Más de 8 años (edad de la especialización de las destrezas)**

Fotografía	Rifle de aire comprimido
Arte	Juegos de química
Colección de sellos o monedas	Dardos o flechas
Cartas, juegos de mesa	Juegos eléctricos SIN la supervisión de los padres
Bicicleta	Moto
Trineo	Juegos eléctricos no aprobados
Construcciones	
Tren eléctrico	
Deportes en general	

# ***CHEQUEO PARA LA SEGURIDAD DE SU HOGAR***



Son múltiples los productos químicos que tenemos en el hogar para innumerables usos, muchos de ellos con riesgos potenciales de producir intoxicaciones, si es que no se tiene un debido cuidado en su uso, y se mantienen alejados del alcance de los niños, los cuales son los más propensos a envenenamientos con este tipo de productos. Muchas industrias manufactureras de estos productos, como remediación de este problema, han tomado medidas como el cambio de envases, la aplicación de un seguro y complicado sistema de cerrado, reducir la concentración de ciertos productos o cambios en el etiquetado; estas medidas sin duda han incidido en una disminución de las intoxicaciones con estos productos.

Todos queremos tener un hogar limpio y sano, para lograr esto tenemos en casa productos de limpieza y desinfectantes que ayudan a cumplir estos objetivos, pero si no se toman las medidas pertinentes de seguridad, estos se convierten en posibles fuentes de intoxicaciones.

Son los artículos que se usan para la limpieza: sea del hogar, lavaplatos o la ropa, junto con los insecticidas, los que tienen mayor riesgo; esto por su composición química, frecuencia de uso y por su fácil disponibilidad si no se tiene cuidado de guardarlos en lugares seguros; entre estos se destacan: blanqueadores (blancatel, cloralex, clorox), limpiadores domésticos desinfectantes (Ajax, Fabuloso, Pinol, Flash, Cloraluz, Maestro limpio etc.), detergentes para ropa y para lavatrastes ( Salvo, Viva, Foca, Roma, Rindex, Ariel, Eficaz, Ace, Drim, etc.), los cáusticos (Sultana, Harpic, Drano), que son probablemente los más peligrosos, se utilizan como limpiadores, destapa caños, los insecticidas domésticos (Johnson Raid, Baygon de Bayer etc). Los productos anteriores cuando causan intoxicaciones pueden generar: náuseas, vómitos, dolor de cabeza, irritación o quemadura dérmica, en la boca, nariz, garganta; pueden traer problemas en sistema respiratorio, sistema digestivo, a nivel neurológico, daños hepáticos o renales, asma y/o hasta cáncer.

Existen otra infinidad de productos hogareños, muchos de los cuales son atóxicos, o pocos tóxicos, obviamente depende su toxicidad de factores como: naturaleza de la sustancia, cantidad, concentración, tiempo de exposición, edad del intoxicado, peso, fundamentalmente; posteriormente se hará un listado de algunos, con el objetivo de que la población conozca de ellos y no se alarme en exceso en caso de ingestión, inhalación o contacto con alguno de los mismos.

## *PRODUCTOS QUIMICOS DE USO FRECUENTE EN EL HOGAR CON RIESGOS DE INTOXICACIONES*

- \* Blanqueadores*
- \* Detergentes*
- \* Otros limpiadores domésticos*
- \* Insecticidas*
- \* Cáusticos*



## BLANQUEADORES

Estos productos, presentes en casi todos nuestros hogares, son empleados en la limpieza de baños, cocinas y lavaderos en soluciones de hipoclorito de sodio al 10-12% en solución alcalina; como blanqueadores en el lavado de ropa, están constituidos por lo general por solución de hipoclorito de sodio al 5%, además que pueden contener perborato de sodio, triclosen sódico y pequeñas cantidades de ácido.

Estos productos, que son fuertes agentes oxidantes, además tienen agentes ácidos y bases por lo que presentan acción irritante o corrosiva, debiéndose manejar con cuidado y tenerlos siempre en lugares fuera del alcance de los niños; los daños son variados, desde moderados o inclusive llevar a la muerte.

Si existe ingestión, la émesis, lavado gástrico, o aspiración gástrica no está indicado; lo recomendado es tomar inmediatamente un vaso de agua o leche; si hubo contacto con los ojos, lavar con suficiente agua por lo menos durante 15 min. y trasladarse el paciente a la unidad médica.

## DETERGENTES

Los detergentes están compuestos por sustancias químicas sintéticas surfactantes que se dividen en 3 grupos químicos: aniónicos, catiónicos y no iónicos. Además de estas sustancias, pueden contener otros productos químicos para mejorar el poder limpiador como fosfatos, silicatos, carbonatos, perfumes, agentes blanqueantes, agentes antimicrobianos, enzimas etc.

Los detergentes aniónicos son los que más se encuentran dentro de los productos del hogar (lavatrastes, para lavar la ropa, y para la limpieza general de la casa). Dentro de este grupo se encuentran: sulfato de sodio, lauril sulfato, sulfato de alquilo, aril-alquil-sulfonato de sodio entre otros.

El accidente con estos productos es común, en especial en los niños, pero por lo general no presentan daños importantes, son irritables a la piel, su ingestión puede originar diarrea, malestar abdominal y a veces vómitos.

Los detergentes no iónicos, igualmente poco tóxicos, están representados por lauril alcohol, octil-fenol, estearil alcohol; los daños que ocasionan son similares a los aniónicos. Tanto los detergentes aniónicos como los no iónicos, son por lo general poco tóxicos si se ingieren en pequeña cantidad.

El grupo de detergentes catiónicos son los más tóxicos dentro de los detergentes porque pueden ser cáusticos, por lo que su uso y la presencia de los mismos en el hogar, constituyen una llamada extra de atención para tomar las medidas de precaución y seguridad pertinentes. Estos productos por lo general tienen una sal de amonio cuaternario que poseen poder bactericida como el cloruro de banalconio, un poderoso antiséptico; otros detergentes de este tipo pueden contener: cloruro de bencetonio, cloruro de cetilpiridinio, bromuro de cetiltrimetilamonio. Estos detergentes pueden provocar quemaduras en la boca o garganta si son ingeridos, además de que se pueden presentar patologías sistémicas como convulsiones, debilidad muscular, dificultad al respirar, hipotensión entre otros síntomas. Si el contacto fue en la piel, o en los ojos, se pueden presentar quemaduras de gravedad.

En caso de ingestión, traslade inmediatamente al hospital en caso que: fuera detergentes catiónicos, si lleva tiempo vomitando o manifestando otros síntomas de intoxicación, o si tiene alguna quemadura en la boca; si no es necesario acudir al hospital, dele de beber leche. En caso de intoxicación dérmica u ocular, lavar con abundante agua y acudir al médico.

## OTROS LIMPIADORES DOMESTICOS

Igualmente son productos de amplio uso en el hogar (Ajax, Fabuloso, Pinolux, poet etc.), pueden estar compuestos por aceites o esencias de pino, sales de amonio cuaternarios, formaldehído; si son ingeridos pueden ser cáusticos, además de provocar excitaciones al Sistema Nervioso Central, convulsiones, hemólisis, daño renal, entre otras patologías. Las esencias de pino son volátiles, por lo que una exposición duradera inhalando estos productos pueden ocasionar irritación pulmonar, el contacto de la piel con la misma puede ser irritante, lo mismo si hay ingesta, puede causar irritación intestinal.

En caso de intoxicación dérmica, despojar al paciente de la ropa contaminada, y lavar mínimo por 15 min. con agua y jabón; si el contacto fue en los ojos, lavar con mucha agua; si ocurrió ingestión de agua de beber y trasladar de inmediato al hospital, lo mismo si después de la descontaminación dérmica u ocular siguen manifestaciones como ardor, quemaduras o irritación. **NO PROVOCAR EL VÓMITO.**



## INSECTICIDAS DOMÉSTICOS

Los más comunes que encontramos en muchos de nuestros hogares son los matabichos de RAID y BAYER. Estos insecticidas están compuestos por sustancias denominadas piretroides, de baja toxicidad para el organismo humano, y al menos los productos de estas marcas, salen al mercado cumpliendo todos los estándares internacionales de seguridad, por lo que un buen uso de los mismos no tienen porque significar peligro.

No obstante su relativa poca toxicidad, se presentan algunas **MEDIDAS DE SEGURIDAD.**

No aplicar el spray directamente sobre las personas, ni inhalarlo, ni ingerirlo.

Si existe un contacto directo con el cuerpo, enjuagar de inmediato con agua y luego lavarse con agua y jabón.

Acudir al médico ante una prolongada exposición o ingestión, o llamar a un Centro de Información Toxicológica; llevando o mencionando respectivamente, el producto causante de la intoxicación.

Mantener estos productos en lugares alejados del alcance y de la vista de los niños.

## CÁUSTICOS

Cáustica es toda sustancia química capaz de ocasionar lesiones, por acción directa en piel o mucosas. Aunque algunos de los productos antes mencionados pueden tener acción cáustica o corrosiva pues en su fórmula tienen algún ácido o base, nos referimos en esta parte, a las sustancias que por su alta concentración de ácido o álcali son de las más peligrosas que pueden encontrarse en el hogar; aunque la ingestión de estos productos es rara, se pueden dar intoxicaciones accidentales en especial en los niños. La mayoría son ácidos y bases fuertes, siendo los segundos lo que más daños severos ocasionan al provocar una necrosis expansiva por licuefacción al penetrar en tejidos, relacionado con una reacción exotérmica pronunciada, y su acción no se detiene cuando se ha eliminado el producto; en el caso de los ácidos, estos al contactar con la piel o mucosa provocan una coagulación que forma una escara dura que limita la penetración en lugares más profundos. Los efectos corrosivos que se dan con estos tóxicos de presentarse un contacto pueden ser severos, en dependencia de la sustancia, su concentración, el lugar del daño y la rapidez con la que se actúe en dar los primeros auxilios.

*Dentro de los ácidos más comunes en formulaciones están:*

- \* **Acido sulfúrico**
- \* **Acido clorhídrico (ac. Muriático)**
- \* **Acido fosfórico**
- \* **Acido nítrico**
- \* **Acido oxálico**
- \* **Acido fórmico**
- \* **Acido fluorhídrico**
- \* **Acido aminosulfónico**

*Dentro de las bases están:*

- \* **Amoníaco**
- \* **Hidróxido de sodio (sosa cáustica, lejía)**
- \* **Hidróxido de potasio (potasa cáustica)**
- \* **Carbonato potásico**
- \* **Fosfato de sodio**
- \* **Hidróxido de calcio**
- \* **Oxido de calcio**



## *¿Qué Hacer En Caso De Ocurrir Intoxicación Con Algunos De Estos Causticos? Primeras Medidas Que Se Deben Proporcionar*

### PRECAUCIÓN

- Los que presten los servicios de auxilio deben usar un apropiado equipo de protección para la piel y mascarilla respiratoria; cuando se esté trabajando sea en laboratorio o industria con estos productos, nunca hacerlo sin compañía.
- Si el accidente se produce por inhalación, remover al paciente del lugar del accidente y dar apoyo con respiración boca a boca en caso de que no respire.
- Si fue por contacto en la piel y/u ojos, remover toda la ropa y lavar la piel e irrigar los ojos con mucha agua fría. Si el accidente fue por ácido fluorhídrico, frotar la piel con alguna sal de calcio preferentemente el gel de gluconato de calcio.
- Si ocurrió ingestión y no han pasado más de 10 min. del accidente, dar inmediatamente de beber agua o leche preferentemente fría. No provocar el vómito, ni tratar de dar soluciones neutralizantes como vinagre o bicarbonato de sodio pues puede producirse una reacción exotérmica que agrave el daño. Si demora el traslado al hospital o la llegada de un médico, y el paciente está conciente con quemaduras bucales, dele dos tazas de agua e indicarle que no se lo tome, sólo es para enjuague y que escupa.
- Trasládarse (lo) inmediatamente al hospital

## *Medidas generales de prevencion y educacion en el hogar para evitar intoxicaciones*

Es una de las políticas principales de nuestro Centro trabajar con ahínco en programas de prevenciones de intoxicaciones, pues resulta más seguro y menos costoso evitar, que corregir y lamentar; con la presentación de estas medidas, pretendemos explicar la manera de evitar las intoxicaciones y ayudar a la gente a mejorar la seguridad en el hogar, si logramos llegar a que la población las conozca y las aplique, se evitarían múltiples daños a la salud, e incluso la muerte. Los accidentes de envenenamientos en niños son muy frecuentes, esto debido a múltiples causas inherentes al comportamiento de los niños, en su afán de exploración y conocimiento del mundo externo, tendiendo a llevarse todo a la boca, tocar todo e imitar muchas acciones de los adultos, además que la mayor parte del tiempo se la pasan en el suelo, donde están muchos productos tóxicos. El peligro se agrava, tomando en cuenta el volumen corporal de los niños respecto al contacto, exposición o ingestión de un tóxico; es decir, la misma cantidad de una sustancia involucrada en un accidente en un adulto, si ocurre en un niño, los daños se multiplican. Generalmente las intoxicaciones se dan en los niños, principalmente menores de 5 años, y por lo general se deben a descuido de los mayores, por lo que muchas de las siguientes medidas son destinadas a los padres, pero son aplicables para la seguridad de todas las personas del hogar. Es importante recalcar, que (detergentes, jabones, cloro etc), plaguicidas y otros.

- Guardar los medicamentos en botiquines cerrados con llave; en su defecto en armarios, gavetas que estén en alto, lejos del alcance y de la vista de los niños.
- No tener los medicamentos cerca de la cama, ni colocarlos en el baño, pues además del peligro de poder estar al alcance de los niños, en el baño hay gran humedad, la cual es un catalizador que desencadena reacciones de degradación del principio activo.
- No guardar productos químicos en recipientes que anteriormente contenían bebidas o alimentos, esto por seguridad para todos los miembros de la familia. Cuando usted no vaya a usar más un producto químico o medicamento, o ya venció la fecha de vida útil (fecha de caducidad) de los mismos, deseche el producto.
- Cuando esté vacío el contenedor del producto químico, asegure de tirarlo adecuadamente, no permita que el niño juegue con los mismos, y mucho menos reutilizarlo en envasar comidas o bebidas.
- Cuando va a utilizar un producto químico, a pesar de que lo haya empleado con anterioridad, es aconsejable que siempre lea las instrucciones de uso y manejo, así como las medidas de seguridad que da el fabricante, presentes en la etiqueta.
- No guardar productos químicos cerca de alimentos ni bebidas, pues puede traer confusión; además puede que se vierta o el producto químico se volatilice y contamine los productos alimenticios.
- No dejar artículos de limpieza, medicamentos, plaguicidas u otras sustancias que puedan originar intoxicación, en el piso, en los estantes, lavabos, o cualquier lugar al alcance de los niños.
- Mantener bien cerrado los productos químicos. Cuando se tiren los productos anteriores, que sean en envases seguros y fuera del hogar, para evitar que los niños en su afán curioso lo puedan tomar. Cerciorándose que lo recoja el organismo de la limpieza pública.
- Después de terminar un convivio, asegurarse de recoger los recipientes con restos de alcohol, pues los niños pueden ingerir y embriagarse pudiendo causar depresión del Sistema Nervioso Central, coma o muerte según la cantidad ingerida.

En el caso de que se utilicen hidrocarburos (gasolina, keroseno, thinners), tenerlos en un lugar seguro, y sólo tener la cantidad que se va a emplear. Quizás nuestro hogar lo tengamos protegido de riesgos de intoxicación, pero cuando visitamos a familiares o amigos, en sus casas puede haber riesgo, por lo que hay que tenerlos a la vista.

**NOTA:** En caso de accidente, llamar a un Centro de Información Toxicológica o médico; NO se recomienda que realice las medidas de primeros de auxilio marcadas en la etiqueta del producto causante de la intoxicación, pues todavía permanecen indicaciones que han comprobado ser inefectivas o que pueden causar un sobre daño al individuo.

Ante cualquier accidente por intoxicación, debe llamar a un Centro de Información Toxicológico, este sabrá canalizar tu problema, pudiendo evitar que se transporte a un servicio médico, además de evitar gastos innecesarios. Por lo que recomendamos tenga entre sus teléfonos de emergencia, el de este servicio.

## ALGUNAS MEDIDAS PREVENTIVAS

### MEDICAMENTOS

1. No se automedique, ni medique a otra persona sin una orden médica. Sólo proporcione la cantidad y el medicamento que el médico señala, así como a la hora que indique.
2. Si no entiende la letra del Dr. en la receta, tanto del medicamento como la dosificación o período del tratamiento, no dude en preguntarle nuevamente o consúltelo con otro médico.
3. Cuando se utilice el medicamento, guardarlo igualmente en el lugar seguro.
4. Checar la fecha de caducidad del producto, desecharlo si se venció o acabó.
5. Como los niños pequeños no son capaces de diferenciar el peligro, **NO** les diga que los **MEDICAMENTOS SON DULCES** u otra golosina, pues en un descuido pueden tomarlo e ingerirlo.
6. Las personas mayores del hogar **NO** deben **TOMAR** sus medicamentos delante de los niños, pues estos suelen imitar a los adultos.  
Durante la noche, cuando nos levantamos medios dormidos, asegurarnos de dar (o tomar) el medicamento y dosis que el médico indicó.

### PRODUCTOS DE LIMPIEZA

1. Durante la limpieza, mantener el producto en un lugar seguro, siempre a la vista y cerrado, para evitar que en un descuido el niño lo toque o lo ingiera.
2. Después de terminada la faena, guardar inmediatamente los productos en el lugar seguro.
3. Cerrar y secar bien el producto, no dejando restos del mismo en las paredes del recipiente.
4. Usar para la limpieza, cubetas destinadas exclusivamente para este fin.  
No mezclar distintos productos químicos, pues la mezcla puede causar alguna reacción exotérmica o la liberación de algún gas contaminante y nocivo para la salud. Por ejemplo: mezclar cloro que utilizamos para la limpieza con algún compuesto con amonio, se produce un gas irritante llamado cloramina

### OTRAS MEDIDAS GENERALES DE PREVENCIÓN EN EL HOGAR

1. Tener en buen estado los calentadores, chimeneas, estufas; para que no haya fugas de CO (monóxido de carbono ) u otros gases.
2. Si deja sólo a un niño, cerrar la llave de paso del gas, para que no haya riesgos de intoxicación, en caso de que abra las válvulas reguladoras de las estufas.
3. Evitar que hayan grietas u orificios en la casa, pues pueden alojarse insectos, arácnidos o reptiles.  
No cocinar, ni tener calentadores de gas en lugares cerrados donde se mantenga concentrado el humo o gas.

## ¿QUE HACER SI OCURRIO LA INTOXICACION?

Cuando ocurre una intoxicación, son tres reglas fundamentales a efectuar para evitar o disminuir los posibles riesgos a la integridad de nuestra salud:

**1. Lograr disminuir la absorción del tóxico.**

**2. Intentar neutralizar, interrumpir o volver inocuo el tóxico o veneno.  
Favorecer la eliminación.**

***Si la contaminación fue por inhalación:***

Sacarlo inmediatamente del medio contaminante, y de precisarse darle respiración artificial.

***Si la contaminación fue por vía cutánea o conjuntival:***

Debe ser removido el tóxico rápidamente de la piel, pues pueden causar lesión dérmica o según la sustancia pueden absorberse y causar daños sistémicos. No exponerse el auxiliador sin un equipo adecuado como: guantes, mascarilla y anteojos de seguridad, según la situación. Retirar la ropa contaminada, y lavar la zona contaminada con abundante agua, usar jabón o shampoo si el tóxico es oleoso. En caso de contacto con los ojos, la córnea es muy sensible a agentes corrosivos y a solventes hidrocarbonados, enjuagar con mucha agua o solución salina. Remover lentes de contactos. No hay evidencia de que el uso de soluciones neutralizantes sea beneficiosa, pero si pueden aumentar el daño. Visitar al oftalmólogo.

Como medidas de primeros auxilios, por personal no capacitado, se deben restringir a inducir el vómito; para esto, a falta en el país del jarabe de ipecacuana que es el más empleado internacionalmente, lo más recomendado es utilizar jabón líquido para manos (dial por ejemplo), dos cucharadas disueltas en un vaso y tomarlo. Sin embargo, Casarett & Doull s en su libro Toxicology The Basic Science of Poisons, quinta edición 1999, propone que en caso de sobredosis por vía oral, muchos estudios han demostrado que el uso de la émesis inducida no tiene mejores perspectivas que el empleo del carbón activado, y en apoyo a esto, algunos estudios muestran que como resultado de la émesis se pueden presentar efectos adversos, en especial neumonitis por aspiración ocasionado por aspiración de contenido gástrico dentro de la tráquea o garganta. NO indicado utilizar inducción de vómito por introducción de dedo en la garganta, ni utilizar agua con sal. Ya para maniobras por personal médico, hay muchas controversias en cuanto a los métodos a utilizar para evitar o disminuir en lo posible la entrada de los tóxicos a la circulación sistémica, pero las de mayor consenso dentro de las prácticas están: émesis inducida, lavado gástrico, uso del carbón activado sea en monodosis o dosis repetidas a lo que se le llama gastrodiálisis (es un método también considerado para aumentar la excreción postabsortiva o de drogas administradas vía IV), uso de catárticos; el período útil de realización de algunas de estas maniobras es antes de la hora de ingestión del tóxico, dependiendo esto de varios factores farmacocinéticos especialmente. Sin embargo, no en todos los casos está indicado algunas de estas maniobras, por ejemplo:

**No está indicado la émesis:** si hay ingestión de hidrocarburos, sustancias cáusticas (detergentes, blanqueadores, compuestos que tienen esencias o aceites de pino, compuestos con sales de amonio, desinfectantes); o un paciente con coagulopatías, cardiopatías, embarazo avanzado, paciente inconsciente, pacientes con convulsiones, menores de 6 meses. Está contraindicado el lavado gástrico: en pacientes comatosos, con convulsiones, estupor, pacientes comprometidos con las vías aéreas, ni en pacientes que hayan ingeridos corrosivos o hidrocarburos, ni que tengan una cirugía esofágica o estomacal.

**Carbón activado:** No está recomendado después de la ingestión de las siguientes sustancias: alcoholes (metanol, etanol, glicoles), hidrocarburos (gasolina, kerosene, aceite de pino), ácidos y bases, metales y minerales; esto debido a que se ha demostrado que no hay o hay poca e insignificante adhesión de estas sustancias al carbón activado.

**Catárticos (purgantes o laxantes):** no indicado cuando hay obstrucción intestinal o poca motilidad intestinal, o en pacientes con insuficiencia renal si el catártico contiene sales de sodio o magnesio, o con inestabilidad cardiovascular. Como catártico el más recomendado según estudios donde se calcula el tiempo de tránsito por el intestino, es el sorbitol, que se maneja se debe dar junto con el carbón activado.

## PRODUCTOS FRECUENTES EN UN HOGAR CON BAJA O NULA TOXICIDAD

Muchas ingestiones accidentales pueden ser manejadas en casa (**LLAMAR A UN CENTRO DE INFORMACIÓN TOXICOLÓGICA**), los productos que a continuación se presentan, GENERALMENTE no han presentado intoxicaciones significativas si no fue muy grande la dosis. Esto según (Mofenson et al, 1984; Ellenhorn Y Barceloux, 1988; Everson et al, 1988; Mofenson Y Greensher, 1970). Si el producto y la cantidad ingerida son considerados no tóxicos o pocos tóxicos, sólo de agua u otro líquido. La importancia de conocer la relativa poca toxicidad de estos productos es para evitar un tratamiento innecesario, reducir gastos y también para evitar se realice un traslado a un centro hospitalario.

- Desodorantes corporales
- Cera para zapato (sin anilina)
- Velas (parafinas)
- Filtros de cigarrillos
- Comida de gatos o perros
- Sombra de ojos
- Crayones
- Esmalte para uñas
- Cremas
- Tintas (negra, azul)
- Cenizas
- Chiclets
- Mercurio de termómetro
- Broceadores
- Aromatizantes
- Maquillaje facial
- Incienso
- Glade Plug-In's
- Cerillos
- Pintura de labios
- Periódicos
- Lápices de grafito
- Nutrasweet
- Lociones para manos
- Antibióticos
- Sílica gel
- Tierra
- Almidón
- Acuarelas
- Sílica gel

## Check List para identificar posibles Riesgos en el Hogar

*La seguridad del hogar bien merece una preocupación detallada de los aspectos peligrosos que se pueden presentar en cada una de las distintas zonas de la casa, (cocina, baño, comedor...)*

*¿Hasta qué punto su casa es segura?.*

*Para contestar a este interrogante se ha diseñado una lista de preguntas cuya respuesta puede ser afirmativa o negativa.*

*Mediante este chequeo puede averiguarse aquellos aspectos peligrosos sobre los que todavía no se ha efectuado ninguna corrección.*

**CORRIJA TODOS AQUELLOS PUNTOS QUE HAN MERECIDO UN NO EN SU RESPUESTA.**

*De no hacerlo así la seguridad del hogar peligra*



## CHECK LIST

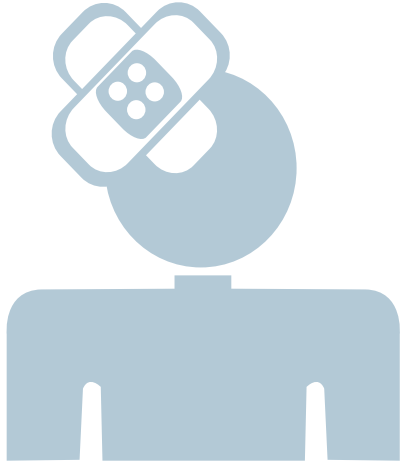
Cocina	Si	No
La zona de la cocina y el lavadero ¿están bien iluminadas?		
Cuando está cocinando ¿procura que los mangos de las ollas no sobresalgan de la cocina y no estén situados sobre el fuego?		
Su batería de cocina ¿tiene mangos o asas aislantes?		
Si se le derrama algo en el suelo ¿lo recoge enseguida?		
Al encender el horno manualmente ¿abre la puerta antes de abrir la llave de gas?		
¿Sigue las instrucciones de utilización de la olla a presión?		
¿Tiene un compartimento especial para los cuchillos de cocina?		
¿Utiliza los aparatos eléctricos lejos del lavadero?		
¿Se seca las manos antes de utilizar los aparatos eléctricos?		
Los productos de limpieza ¿están guardados fuera del alcance de los niños?		
¿Utiliza la escalera para alcanzar los estantes más altos?		
¿Limpia y desengrasa la campana y el extractor de humos?		
¿Cierra las puertas y cajones inmediatamente después de su uso?		
¿Desconecta los aparatos eléctricos al limpiarlos?		
¿Evita que las corrientes de aire incidan sobre el fuego?		
COMEDOR, SALA DE ESTAR, DORMITORIOS	Si	No
Las áreas de paso ¿están despejadas de muebles u otros objetos?		
¿Hay una pantalla delante de la chimenea?		
¿Evita las conexiones en enchufes múltiples?		
¿Disponen las ventanas y balcones de un pestillo de cierre fuera del alcance de los niños?		

## CHECK LIST

<b>INSTALACIONES DE AGUA, GAS Y ELECTRICIDAD</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>
¿Sabe dónde están las llaves de paso del agua y del gas y puede cerrarlas?		
¿Sabe distinguir con facilidad la cañería del agua de la del gas?		
¿Cierra la llave de paso del gas por las noches y al ausentarse de la casa?		
Si sospecha que hay una llave de gas que no va bien ¿llama enseguida al gasista?		
¿Sabe dónde está la llave general de la luz y puede desconectarla?		
¿Tiene a mano fusibles de recambio?		
¿Desconecta la llave general de la luz para cambiar los fusibles?		
¿Averigua por qué se han fundido los fusibles y procura arreglar el problema antes de reemplazarlos?		
¿Mantiene los combustibles lejos de los focos de calor?		
Si su tabla de planchar no es metálica ¿dispone de una funda incombustible?		
<b>GARAJE</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>
¿Está el garaje ordenado: herramientas ordenadas, suelo limpio, líquidos inflamables en recipientes seguros?		
¿Está el garaje bien iluminado y con llaves de luz cerca de las puertas?		
¿Deja el coche en el garaje, frenado y cerrado con llaves?		
¿Abre las puertas de su garaje antes de poner el coche en marcha?		
<b>ASCENSOR Y ESCALERA</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>
¿Está la escalera bien iluminada?		
¿Están los peldaños y el pasamanos en buen estado?		
¿Coloca a los niños en el fondo del ascensor cuando éste tiene puerta tijera?		

## CHECK LIST

GENERALES	Si	No
¿Tiene junto al teléfono los números de urgencia (policía, bomberos, médico,...)?		
¿Lee las instrucciones antes de utilizar un medicamento, un insecticida o un desinfectante?		
¿Utiliza cera no deslizante para el piso?		
¿Guarda las herramientas fuera del alcance de los niños?		
¿Se asegura siempre de no dejar niños solos en la casa?		
¿Dispone en su casa de un interruptor diferencial de alta sensibilidad (disyuntor)?		
¿Dispone en su casa de un matafuego?		



# TELÉFONOS ÚTILES

- 911 Emergencias**
- 100 Bomberos**
- 101 Policía**
- 107 Emergencias Médicas**
- 102 Ayuda al niño**
- 103 Defensa Civil**
- 105 Emergencia Ambiental**
- 106 Emergencia Náutica**
- 137 violencia familiar**
- 0.800.333.0160 INTOXICACIONES**  
**Línea Gratuita Nacional**

---

---

---

---

---

---

*(Anotá los telefonos de emergencias de tu Ciudad)*