



# Manual del hogar

---

Guía para el mantenimiento de la casa y la prevención de accidentes domésticos

---



# 3 Previsión de accidentes domésticos

## **Pautas sencillas para evitar grandes riesgos**

---

Gran cantidad de pequeños accidentes, graves accidentes y hasta muertes se producen en el ámbito del hogar.

Una serie de cuidados básicos puede evitar que los adultos, y sobre todo los niños, las niñas y las personas ancianas, queden expuestas a desgracias que “en segundos” cambiarán la vida de toda la familia.

Explique a los niños y las niñas los peligros de los diferentes espacios de la casa. Hágalo de manera simple y clara, con mayor o menor detalle, según la edad que tengan los niños.

**¡LEA LAS SIGUIENTES RECOMENDACIONES! LA PREVENCIÓN DE ACCIDENTES DOMÉSTICOS SALVA VIDAS.**

## Peligro en la cocina

La cocina es uno de los lugares más peligrosos de la casa por la cantidad de elementos riesgosos que allí se utilizan.



- ▶ No deje sobre las mesas y mesadas objetos que puedan ser vistos por los niños desde abajo.
- ▶ **Cocine y caliente los alimentos en las hornallas posteriores de la cocina.**
- ▶ Coloque hacia adentro los mangos o manijas de los recipientes que están en el fuego.
- ▶ Cierre la llave de gas de la cocina cada vez que no la esté utilizando.
- ▶ Guarde lejos del alcance de los niños

vasos y botellas de vidrio, cubiertos, abrelatas, sacacorchos, fósforos y encendedores.

- ▶ No deje cerca de las mesadas sillas o bancos que los niños puedan usar para trepar.
- ▶ Guarde en lugares altos y bajo llave los productos tóxicos. Déjelos en su envase original. No los guarde en botellas de gaseosa.

**LA COCINA NO DEBE SER LUGAR DE JUEGOS NI DE “PASO OBLIGADO” PARA LOS NIÑOS (EN LA MEDIDA EN QUE EXISTA OTRA ALTERNATIVA). MENOS AÚN, DURANTE EL TIEMPO DE PREPARACIÓN DE LAS COMIDAS.**

## Peligro en el baño



El baño es otro lugar donde ocurren accidentes con frecuencia. **¡Jamás coloque calefactores dentro del baño!**

Por seguridad, le recomendamos bañarse con la puerta “entornada” y no cerrada completamente. **A cualquier edad, evite que los niños cierren la puerta del baño.** Recuerde que un niño puede ahogarse en pocos centímetros de agua.



- ▶ Jamás deje a un bebé solo en el baño. Tampoco, al cuidado de otro niño o niña.
- ▶ Un niño menor de 6 años nunca debe quedar solo en el baño cuando la bañera está llena.
- ▶ **Pruebe la temperatura del agua antes de sumergir a un niño para el baño.** Verifique la temperatura del agua con el codo, el dorso de la mano o con un termómetro.
- ▶ No ofrezca al bebé o niño juguetes pequeños o desarmables porque

mojados o enjabonados pueden tragarse fácilmente.

- ▶ En caso de recibir una llamada telefónica, no atienda el teléfono hasta sacar al bebé del agua.
- ▶ No deje aparatos eléctricos al alcance de los niños (por ejemplo, el secador de pelo o la afeitadora), aunque estén desenchufados.
- ▶ Mantenga el piso del baño bien seco.

## EL EJEMPLO DE LOS ADULTOS ES LA PRIMERA NORMA DE PREVENCIÓN PARA LOS NIÑOS Y NIÑAS.

### Peligro en el comedor

---

Se trata de un ambiente donde adultos y niños pasan varias horas del día leyendo, jugando, haciendo deberes escolares o comiendo.

- ▶ Trate de no encerar los pisos: son causa común de resbalones y caídas.
- ▶ Si utiliza alfombras, tenga cuidado con los bordes y las esquinas porque pueden provocar caídas.
- ▶ No deje al alcance de los niños enchufes múltiples (“zapatillas”) o prolongadores. Evite que los niños toquen ventiladores y calventores.
- ▶ Cuidado con los controles remotos. Los niños pueden sacarles las pilas e ingerirlas.
- ▶ Fije con seguridad las estanterías para evitar que, si los niños se trepan, se les caigan encima.
- ▶ Evite las mesas “ratonas” con cristal y los muebles con cajones bajos.
- ▶ Deje con llave las puertas y los cajones de los muebles.

### Peligro en los dormitorios

---

En los dormitorios, además de dormir y descansar, las personas desarrollan otras actividades, como ver televisión, usar la computadora o hablar por teléfono.



✘ No coloque las camas debajo de las ventanas.

► **En las habitaciones de los niños**, los placares no deben tener la llave puesta, para evitar accidentes por “el juego de encierro”.

► No coloque las camas debajo de las ventanas, existe el riesgo de que los niños se golpeen con un marco al levantarse.

► Se recomienda el uso de un calefactor de gas natural, tiro balanceado, con válvula de seguridad y llama piloto color azul.

► No use espirales o tabletas antimosquitos en dormitorios de niños pequeños.



✘ No use juguetes colgantes o móviles con niños pequeños.

► **La cuna.** Evite la caída del bebé de la cuna revisando el tipo de barrotes, su altura y la distancia entre ellos.

► La distancia entre los barrotes laterales debe ser tal que no permita el pasaje de la cabeza de un bebé de pocos meses (6 cm).

La altura de la baranda debe ser igual a la de un bebé “parado” sobre el colchón (60 cm).

► Se recomienda no usar cunas con rueditas.

► El colchón debe ser cómodo pero firme (no demasiado blando) y de un tamaño exacto a la medida del rectángulo que ocupa.

► ¡No use juguetes colgantes o móviles con niños pequeños! Podrían enroscarse con las

sogas o los hilos (de sonajeros, cajas de música, etc.). Y pueden producir autoestrangamiento.

► Jamás deje bolsas u otros objetos en la cuna ya que pueden provocar el sofocamiento del bebé.

► Tenga especial cuidado con los colchones o almohadones

rellenos de goma espuma. Observe que los niños nos los desarmen y lleven el material a su nariz, su boca o sus oídos.

- ▶ Siempre acueste al bebé boca arriba.
- ▶ **En las habitaciones de los adultos**, no debe usarse la cama como “cambiador” de pañales o vestidor, ni dejar solo a un bebé.
- ▶ Las mesas de luz no deben contener objetos que sean peligrosos para los niños.
- ▶ Si es preciso darle un medicamento a un niño durante la madrugada, deje solamente el remedio indicado para esa hora y guarde los demás. ¡Se puede equivocar!
- ▶ Cualquiera sea el lugar donde esté situado el televisor (cómoda, modular, mesa rodante, etc.), debe estar sólidamente afirmado para evitar caídas.

## Peligro en terrazas y balcones

---

El mayor riesgo de estos espacios es la caída al vacío.

- ▶ **El balcón:** los niños no deben permanecer solos en balcones y terrazas.
- ▶ Controle que las barandas se encuentren en perfectas condiciones.
- ▶ Las barandas no deben permitir el paso de la cabeza, los brazos o las piernas de los niños pequeños.



ejemplo, saltando al vacío para volar.

- ▶ **La terraza:** no debe ser un lugar de juego para los niños ni de tránsito para las personas mayores.
- ▶ **Coloque una puerta para cerrar el paso de los niños a la escalera de la terraza.**
- ▶ Coloque una baranda pasamanos para el ascenso de los adultos mayores.
- ▶ Converse con los niños de su casa sobre el carácter ficcional de los “superhéroes”. Muchas veces los niños se identifican con estos personajes e intentan imitarlos, por

## Peligro en patios y jardines



El ahogamiento es una causa de muerte y discapacidad muy común en los niños y niñas menores de 3 años. No deje recipientes con agua: fuentones, baldes, palanganas ni piletitas inflables.

**LOS NIÑOS QUE JUEGAN EN PILETITAS INFLABLES DEBEN ESTAR ATENTAMENTE VIGILADOS POR UN ADULTO RESPONSABLE.**



- ▶ El patio mojado, sucio o con objetos tirados en el piso puede causar resbalones y caídas. Manténgalo limpio y despejado.
- ▶ Repare las baldosas levantadas o rotas porque la gente puede tropezarse.
- ▶ En regiones de mucho calor, las baldosas y el cemento de los pisos alcanzan altas temperaturas. No permita a los niños pequeños salir al patio en horas de mucho calor, ya que pueden sufrir graves quemaduras.
- ▶ Cuidado con las plantas. Antes de colocarlas, averigüe si son peligrosas (tóxicas o irritantes).
- ▶ Evite las plantas con puntas filosas, con espinas o con frutos de un tamaño que pueda ser ingerido o introducido en la nariz o el oído de los niños pequeños.
- ▶ No coloque macetas y maceteros en lugares de tránsito. Si tiene árboles, puede las ramas bajas.
- ▶ No deje en el jardín las herramientas de jardinería ni la cortadora de césped después de usarlas.
- ▶ Las sogas para colgar la ropa deben estar a 2 metros y los tendederos, si hay niños, deben estar contra la pared.



- ▶ **La parrilla.** Vigile que los niños no jueguen cerca mientras la está usando.
- ▶ Para encender o avivar el fuego, no use ningún combustible (nafta, kerosén, alcohol, etc.). Son muy peligrosos.
- ▶ Nunca prenda carbón sobre el piso de cemento, ni siquiera sobre una chapa apoyada, porque el piso demora mucho en perder el calor. Cualquier integrante de la familia podría quemarse.
- ▶ **Asegúrese de apagar bien el fuego al terminar. Nunca deje brasas encendidas.**

## Cuidado con el auto y el garaje

---

Si su casa tiene garaje, el mayor riesgo es la apertura y el cierre del portón. Sobre todo, si “el portón” funciona como entrada general de la casa.

El peligro surge cuando se cierra el portón violentamente o sin mirar y se atrapa a otra persona o una parte de su cuerpo. Mantenga el portón lubricado. Ciérrelo sin apuro y prestando atención.

- ▶ Antes de arrancar el auto, controle que no haya nadie cerca del vehículo o en la vereda.
- ▶ No deje el auto con las llaves puestas. Siempre coloque el freno de mano y la palanca de cambio en una marcha para evitar que el auto se mueva.
- ▶ Destine un lugar del garaje para guardar las bicicletas.
- ▶ Si guarda una moto, coloque en el piso un caballete para que la rueda delantera entre en él y la moto permanezca firmemente estacionada.
- ▶ Saque a los niños del garaje mientras se enfría el caño de escape del auto o de la moto.
- ▶ Los bebés y niños pequeños jamás deben quedar solos dentro del auto ni sobre el capot o el baúl, aunque estén en su sillita de paseo.

**ENSEÑE A LOS NIÑOS Y NIÑAS QUE NO TIENEN QUE BAJAR  
DE LOS VEHÍCULOS EN MOVIMIENTO.**



- ▶ Conserve el garaje ordenado y limpio, sin manchas de aceite, agua o combustible.
- ▶ No deje herramientas sueltas, ni tornillos, tuercas, clavos o arandelas.
- ▶ Coloque bajo llave los tóxicos, especialmente el líquido refrigerante. Su ingestión es letal.

## SITUACIONES PELIGROSAS

1

### **EN CASO DE ASISTIR A UNA PERSONA ELECTROCUTADA**

nunca la toque en forma directa, porque usted quedará “pegado” y, entonces, serán dos afectados: la víctima y usted.

2

**DURANTE LAS TORMENTAS** trate de no salir, especialmente de noche. Desconecte los electrodomésticos. Evite usar artefactos de comunicación eléctricos; por ejemplo, los teléfonos inalámbricos. Si un cable cae sobre su vehículo, no toque las partes metálicas y permanezca en el interior hasta recibir ayuda.

3

**EN CASO DE INUNDACIONES**, utilice para desplazarse calzado aislante. Desconecte el ingreso de energía eléctrica en su casa (siempre con elementos de aislamiento). Antes de reconectar los artefactos alcanzados por el agua, compruebe con algún especialista su buen funcionamiento. Antes de conectar la corriente eléctrica, haga controlar el aislamiento de las llaves y los tomacorrientes.



Coordinación editorial  
Daniela Allerbon

Redacción y compilación  
Cecilia Pozzo

Revisión de contenidos  
Secretaría de Obras Públicas de San Isidro

Corrección  
Gabriela Laster

Ilustraciones de interior  
Martín Hernández

Diseño de cubierta  
Bernardo + Celis / Trineo

Diagramación  
Darío Katzev

---