



REGIONE PUGLIA

LA PREVENZIONE DEGLI INCIDENTI IN CASA E FUORI

Raccomandazioni di buone pratiche#

LA SICUREZZA IN CASA

In Italia, **un ricovero su cinque in età pediatrica è dovuto a un incidente**, e il 60% degli incidenti che coinvolgono bambini di età compresa tra 0 e 4 anni avviene in ambiente domestico, con conseguenze talvolta anche molto gravi. Un dato che fa riflettere e che evidenzia la necessità di mettere in pratica strategie per incrementare in coloro che si occupano dei bambini (genitori, nonni, babysitter, educatrici,...) la conoscenza e la consapevolezza dei rischi che può nascondere l'ambiente domestico.

Questo documento suggerisce alcune piccole regole comportamentali da attuare per ridurre i rischi e di conseguenza gli incidenti che potrebbero verificarsi nei vari ambienti della casa e fuori.

IN CUCINA

- Non lasciate mai il bambino solo in cucina.
- Insegnategli a non avvicinarsi ai fornelli.
- Durante la preparazione dei cibi utilizzate preferibilmente i fornelli più interni impiegando pentole e padelle con i manici rivolti verso l'interno; nel caso non fosse possibile, utilizzate le barriere per i fornelli. Sono da preferirsi cucine con dispositivi di protezione che bloccano la fuoriuscita del gas in caso di spegnimento.
- Non lasciate incustoditi apparecchi elettrici.
- Mettete gli elettrodomestici fuori dalla portata dei bambini.
- Evitate l'impiego di piccoli elettrodomestici in prossimità del lavandino e staccate sempre la spina dopo l'utilizzo;
- Chiudete sempre la lavastoviglie e la lavatrice.
- Fate attenzione al frigorifero e al freezer.
- Riponetevi coltelli e oggetti taglienti fuori dalla portata dei bambini.
- Non lasciate in vista fiammiferi o accendini, attrezzi da cucina come lame, coltelli, forbici.
- Quando utilizzi il forno, accertati che il bambino non si avvicini e non poggi le mani sulla superficie bollente.
- Tenete i detersivi in luoghi non accessibili al bambino e usate sistemi di bloccaggio per ante e cassetti. Sistemate i prodotti per la casa in un armadio ben chiuso, non raggiungibile dal bambino.
- Non travasare solventi o sostanze chimiche liquide (anche detersivi) in bottiglie non appropriate, come quelle dell'acqua minerale, bibite, ecc....
- Non lasciate mai i medicinali sul tavolo, in una borsa o in altro luogo raggiungibile dal piccolo. Conservateli sempre in un armadio elevato e chiuso a chiave. Non presentateli ma come caramelle o dolciumi. Rispettate sempre dosi e tempi di somministrazione dei farmaci prescritti dal pediatra; leggete le avvertenze.
- Usate prodotti con tappi di sicurezza e leggete le etichette indicanti l'eventuale tossicità. Spiegate ai bambini il pericolo di questi prodotti.
- Disponete lo scaldabiberon lontano dalla portata dei bambini. Accertatevi che il livello dall'acqua sia almeno al minimo e regolate la temperatura. Prima di dare al bambino il biberon verificate sempre la temperatura del liquido sul dorso della mano.
- Usate un seggiolone a base ampia, solida e allacciatene le cinture di sicurezza.



REGIONE PUGLIA

IN SOGGIORNO

- Bloccate i cassetti con gli appositi fermi: possono infatti contenere oggetti pericolosi e, se aperti, possono trasformarsi in scale improvvisate o rovesciarsi addosso ai bambini.
- Proteggete tutti gli spigoli con gli appositi paraspigoli di gomma.
- Proteggete con la speciale pellicola trasparente porte e ripiani di vetro, per evitare che il vetro si frantumi in mille pezzi, trattenendo le schegge, così da non costituire pericolo per il bambino.
- E' importante installare in casa un interruttore differenziale - "salvavita" - per tenere sotto controllo l'impianto elettrico. Vanno celati tutti i fili elettrici (TV, stereo...) e le prolunghe ed usati appositi copri-prese. Meglio non collegare più apparecchi alla stessa presa elettrica.
- Attenzione alle lampadine: non lasciatele a portata di bambino e, quando la lampadina si è rotta, non lasciate il portalampe vuoto, perché il bambino potrebbe metterci la mano e prendersi la scossa.
- La visione della TV è sconsigliata per i piccoli e va comunque guardata a distanza di sicurezza (almeno 5 volte la diagonale dello schermo)

IN CAMERETTA

- Acquistate un lettino conforme agli standard di sicurezza, solido, dotato di paraurti. Le sponde devono essere alte almeno 80 cm e la distanza tra una sbarra e l'altra non deve superare gli 8 cm per evitare che il bambino infili la testa. Rimuovete i paraurti quando il bambino comincia a stare in piedi perché non li utilizzi a mo' di scala per uscire dal lettino. Il cuscino non è indispensabile; se lo acquistate assicuratevi che sia "anti-soffocamento".
- Togliere catenelle, braccialetti e ciondoli durante il sonno.
- In commercio potete trovare delle lampade-giocattolo adatte alla camera del bambino (chiamate "apparecchi di illuminazione mobili tipo giocattolo"), alimentate con tensione molto bassa (12 V). Per la notte meglio la lucetta anti-paura da inserire nella presa con consumo inferiore a un Watt.
- In inverno è consigliabile l'uso di umidificatori per termosifoni, da tenere però lontano dalla portata dei bambini! Cambiate l'acqua tutti i giorni per evitare che si insidino germi. Attenzione agli olii profumati: devono essere specifici per bambini.

IN BAGNO

- Non usate mai il phon vicino a lavelli o vasche con acqua. Non fatelo maneggiare dai bambini. Non usatelo se avete mani o piedi bagnati. Quando avete finito di usarlo, staccate sempre la spina.
- Medicine, detersivi, saponi e simili vanno riposti fuori dalla portata dei bambini, in armadietti chiusi con appositi dispositivi "blocca-antine". Conservate i detersivi nei contenitori originali e verificate che le confezioni dei medicinali siano "a prova di bambino". Insegnate ai bambini a non toccare medicine e detersivi: le medicine "non sono caramelle".
- Il fasciatoio deve essere stabile e robusto, sufficientemente grande (almeno 60 x 80 cm); deve essere fatto con materiale atossico e lavabile. Non lasciate mai il bambino solo sul fasciatoio!

Istruzioni per un bagnetto sicuro:

- Riporre in un luogo sicuro gli oggetti pericolosi come forbici, rasoi, detersivi ecc.
- Controllare che non ci siano parti elettriche vicino all'acqua (spine, phon, radio, lavatrice, ecc.).
- Regolare la temperatura dell'acqua intorno ai 35°-37°C.
- Posizionare un tappetino antiscivolo. o Fare attenzione al livello dell'acqua: un bambino può annegare anche in pochi cm!
- Rimandare il bagnetto ad un altro momento se si deve lasciare il bambino da solo, anche se per poco.



REGIONE PUGLIA

PRESE ELETTRICHE

- Dotate tutte le prese elettriche scoperte di apposite coperture in modo che il bambino non possa mettere le sue mani dentro le prese stesse.
- Predisponete l'installazione di un interruttore generale in modo da poter staccare completamente la corrente in tutta la casa.

SCALE

- Installate barriere di sicurezza (cancelletti) in cima ed in fondo alle scale: usate solamente i tipi che recano la dicitura "conforme alle norme di sicurezza".
- Abituate il bambino a salire e scendere le scale.
- Non lasciate mai che il bambino utilizzi da solo le scale, finché non saprà tenersi sulle rampe in modo autonomo.

GIOCATTOLI

→ Nell'acquisto

Scegliete i giocattoli:

- adatti all'età del bambino, controllando sempre l'età minima indicata o specifiche che figurano sulla confezione del gioco;
- certificati dal marchio CE sulle etichette o se elettrici con marchio IMQ che garantisce conformità con le norme di sicurezza.
- 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;

→ prima dell'utilizzo:

- Leggete bene le istruzioni e le avvertenze.
- Cercate se indicata la sorveglianza dell'adulto.
- Spiega al bambino il funzionamento preciso.
- Non lasciare incustodite buste o borse di plastica che potrebbero costituire pericolo di soffocamento del bambino.

→ durante l'utilizzo:

- verificate sempre lo stato del giocattolo e in caso di minimo dubbio sulla sua sicurezza sostituitelo o riparatelo.
- controllate le batterie: se deteriorate possono rilasciare acidi tossici.

→ dopo l'utilizzo:

- insegnate al bambino a riporre i giocattoli al loro posto, per evitare rischi di cadute accidentali.

ALL'ARIA APERTA

*** Porte e finestre**

- Non lasciate mai il bambino in una stanza con la finestra aperta.
- Non mettete mai mobili o oggetti sotto le finestre dove il bambino può arrampicarsi.
- Bloccate l'apertura delle finestre con sistemi di sicurezza.
- Insegnate ai bambini a non mettere le dita nelle fessure delle porte.
- Se possibile, usate dei blocca-porte.



REGIONE PUGLIA

* Balconi

- È senz'altro meglio non lasciare i bambini soli sul balcone!
- Verificate comunque che il balcone sia dotato di parapetti sufficientemente alti e, nell'eventualità, dotatelo di reti di protezione.
- Non ponete mai sotto la balaustra oggetti che possano fungere da rampe o gradini.
- Controllate che le sbarre del balcone non siano né troppo strette né troppo larghe e pericolose per la testa del bambino.
- Non conservate mai sul balcone a portata di bambino cesoie, diserbanti, vernici o altri oggetti e sostanze pericolose.

* Giardino

- Verificate che nel giardino non ci siano piante o bacche velenose.
- Tenete sempre sotto controllo i cancelli, in particolare se elettrici.
- Controllate che in giardino non ci siano ingranaggi, attrezzi da lavoro o altri oggetti pericolosi per il bambino.
- Vigilare che non vi siano vasche o piscine non protette; nel caso di loro utilizzo siate sempre presenti.
- Ponete il cibo per gli animali lontano dalla portata dei bambini e insegnate loro a non toccarlo.
- Fate stare lontano i bambini da caminetti o barbecue.
- Acquistate altalene, dondoli, scivoli ben solidi, sicuri e verificatene periodicamente lo stato di manutenzione.

LA SICUREZZA IN STRADA

Gli adulti hanno una grande responsabilità nell'educare i bambini a comportamenti prudenti e sicuri, dando il **buon esempio** allacciando le cinture di sicurezza e **adotta un corretto comportamento alla guida**.

Oltre il 20% dei decessi di bambini per incidenti stradali li vede vittime di investimenti come pedoni o ciclisti

* In auto

- Date sempre il buon esempio, utilizzando sempre la cintura di sicurezza.
- Il trasporto dei bambini sui veicoli è regolato dal Codice della Strada (art.172) e dalla normativa europea (ECE/R44/03).
- Il seggiolino va sempre usato, anche per tragitti molto brevi;
- I dispositivi di sicurezza sono obbligatori dalla nascita fino ai 36 kg di peso: fino a 18 Kg si devono usare solo i seggiolini, oltre anche gli adattatori; fino a 9 Kg di peso il bambino deve essere trasportato in senso contrario alla marcia, dopo i 10 Kg si può sistemare nel senso di marcia.
- Lo schienale del seggiolino deve essere ben appoggiato al sedile e le cinture devono essere sempre allacciate, anche per brevi tragitti.
- Non si deve mettere il seggiolino sul sedile anteriore se dotato di airbag; il luogo più adatto è il sedile posteriore, al centro, così da dare protezione anche negli urti laterali.

RICORDATI 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;



REGIONE PUGLIA

- 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!!!!

* Nel passeggino

- Acquistate un passeggino stabile e solido, dotato di efficiente sistema di frenaggio.
- Controllate che i blocchi di chiusura di sicurezza siano funzionali e quando lo usate assicuratevi che le sicure siano ben bloccate.
- Allacciate sempre le cinture di sicurezza.

* In bicicletta

- Per i più piccoli sono da preferirsi i seggiolini da posizionare sul manubrio, per i più grandicelli quelli per portapacchi, meglio se con appoggi laterali per le gambe così da evitare che i piedini finiscano nei raggi della bicicletta.
- Allacciate sempre le cinture di sicurezza.
- Acquistate tricicli e biciclette solidi e della misura corretta. Fate circolare i bambini solo in luoghi protetti (cortili, parchi, strade chiuse al traffico).
- E' consigliabile far indossare il baschetto di sicurezza: controllate che por ti il marchio CE

Fonti

*Infortuni nelle abitazioni – Manuale tecnico per gli operatori della prevenzione
redatto dal Gruppo Sicurezza Abitazioni – Ministero della Salute*

*La salute e la sicurezza del bambino
redatto dall'INAIL*

*Prevenzione degli incidenti domestici nella popolazione 0-4 anni
redatto dal Gruppo di Lavoro regionale del Friuli Venezia Giulia*