

<http://www.granma.cu/cuba/2016-06-30/aseguras-a-tus-hijos-un-entorno-protector-30-06-2016-22-06-36>

¿Aseguras a tus hijos un entorno protector?

En Cuba las lesiones no intencionales constituyen la primera causa de muerte en niños mayores de un año

Autor: **Lisandra Fariñas Acosta** | lisandra@granma.cu

30 de junio de 2016 ISSN 0864-0424



Que no sea la falla de la debida protección del menor por descuido, omisión, olvido o imprevisión de los adultos que lo custodian, la causa de un fatal accidente. Foto: ACN

“El término accidente está quedando en desuso, pues lleva implícito el concepto de que es algo imprevisible, que ocurre por azar, o por causa del destino o de la mala suerte, y que no puede evitarse”, puntualiza a Granma la doctora Milagros Santacruz Domínguez, especialista de Primer Grado en Pediatría y coordinadora del Programa de Prevención de Accidentes en menores de 20 años, al conversar sobre este tema que si bien no es exclusivo para el verano, la alerta en esta época del año es más que necesaria.

Para el año 1991 la Organización Mundial de la Salud (OMS) definía a los accidentes como un acontecimiento no premeditado, que produce daño o lesión reconocible o visible, corporal o

mental; y ya en 1996 estos acontecimientos fueron considerados por la propia OMS un problema de salud global, ante el cual instaba a todos sus países miembros a adoptar medidas encaminadas a impedir la ocurrencia de los mismos.

“De hecho se ha reconocido como uno de los pasos de mayor importancia para la prevención de accidentes, el lograr vencer el sentido de fatalismo asociado a ellos. Es trascendental que los individuos perciban que los accidentes no son eventos fortuitos imposibles de predecirse, y que siguiendo conductas apropiadas es posible evitarlos”, subrayó la especialista.

Según la entrevistada, la gran mayoría de las lesiones no intencionales y las muertes se pueden atribuir al comportamiento de las personas y a factores ambientales que se pueden pronosticar y evitar. “Por tal razón, es urgente incrementar la percepción de la población en general, de que las lesiones no intencionales son uno de los principales riesgos para la salud y la vida”, señaló la doctora Santacruz Do-mínguez.

En Cuba, dijo la experta, las lesiones no intencionales constituyen la primera causa de muerte en niños mayores de un año. “Cada 23 días fallece por estas causas un menor de un año, cada 13 días un niño o niña en edad preescolar, cada seis días un menor en edad escolar, y un adolescente cada cuatro días; en resumen, un menor de 20 años cada dos días”.

Asimismo, explicó que el tipo de lesión no intencional está relacionada con el lugar donde se encuentra el niño y su etapa de crecimiento y desarrollo. Por ello, alertó, es importante que los padres y los encargados de cuidar los menores conozcan el comportamiento de los niños/as en las diferentes etapas del crecimiento y desarrollo, para poder predecir y prevenir las lesiones más frecuentes. Los adultos deben de crear un ambiente seguro tomando en consideración la edad de los pequeños, su curiosidad y las lesiones que se observan con mayor frecuencia a través de las diferentes etapas de la vida.

En los niños menores de un año, mencionó, las lesiones más comunes suelen ser las caídas, la broncoaspiración de alimentos, el colecho (cuando el niño/a es comprimido por adultos en la cama), introducción de un cuerpo extraño en las vías respiratorias, así como la ingestión accidental de medicamentos y productos para la limpieza.

Del mismo modo, las caídas, los accidentes por ahogamiento y sumersión, envenenamiento, las quemaduras, la broncoaspiración de un cuerpo extraño, electrocución y los traumatismos causados por el tránsito, son las lesiones más frecuentes en la edad preescolar.

En tanto, en el grupo de los escolares y adolescentes, explicó que ocurren con mayor frecuencia traumatismos causados por el tránsito, caídas, intoxicaciones y quemaduras, y accidentes por ahogamiento y sumersión ya sea en playas, piscinas o ríos.

“El hogar es el sitio donde las personas pasan gran parte de su tiempo, se comparte con la familia, amigos y vecinos; donde cada día se descansa y más seguro debemos sentirnos. Sin embargo, si no se tienen en cuenta una serie de medidas o precauciones, en ese mismo lugar pueden ocurrir situaciones desagradables que afecten a la salud y la tranquilidad familiar, como puede ser cualquiera de los accidentes mencionados”, refirió la entrevistada.

Al respecto, enfatizó que “las niñas y los niños tienen derecho a crecer en un “entorno protector” que les ofrezca el amparo necesario para su crecimiento y desarrollo íntegro; y en el desarrollo de esa protección tienen obligaciones las familias”.

Previsión, tiempo y disciplina son las tres premisas fundamentales para evitar accidentes: previsión para pensar y hacerse sensible a los posibles peligros que acechan a los pequeños; tiempo para vigilarlos; y disciplina, porque niños y adolescentes deben aprender hasta dónde pueden llegar. “Hay que estar convencidos de que la imprevisión y la negligencia son conductas humanas modificables”.

Está en nuestras manos evitar esa “falta de la debida protección del menor por descuido, omisión, olvido o imprevisión de los adultos que lo custodian”, y que puede ser fatal.

Consejos a la familia para evitar accidentes



En el cuarto:

- No dejar al alcance del niño: pequeños objetos que pueda ingerir o introducir en las vías respiratorias (fosas nasales) como cuentas de collar, aretes, botones, semillas.
- Objetos corto punzantes como alfileres, agujas y tijeras.
- Medicamentos: No almacenarlos en las mesitas de noche. Guardarlos bajo llave.
- No permitir que jueguen dando saltos encima de la cama del adulto.
- Es importante que el colchón tenga una superficie firme que ensamble perfectamente en la cuna para evitar que quede atrapado en los laterales de esta, la cabeza o algunos de los miembros.



En la cocina y el comedor

- No permitir el acceso a la cocina de los niños menores de siete años
- Colocar los calderos con el mango hacia dentro y lejos del borde de las mesetas y el fogón.
- Mantener lejos del alcance de los niños combustibles o sustancias químicas para limpieza, nunca colocarlos en frascos de alimentos, pues pueden ingerirse por error.
- No ingerir bebidas calientes con un niño en brazos ni acercarse al área donde se elaboran los alimentos.
- No permitir el acceso de los niños si la mesa está servida con alimentos calientes, pues puede sostenerse del mantel y quemarse.



En el resto de la casa

- No dejar al alcance de los niños cubos con agua, tanques o cisternas destapadas; así como proteger con barandas ventanas, balcones y escaleras. No colocar muebles cerca de estos, pues el niño puede subirse en ellos y caer.
- Si existen garaje y auto, tener en cuenta al conducir hacia atrás que los niños pequeños no se ven y pueden ser atropellados.
- Nunca dejar los niños solos en la casa.



En la vía:

- Los niños siempre deben cruzar la calle agarrados de la mano de una persona adulta hasta que ellos sean mayores.
- Aprender las normas básicas les ayudará a tener una mayor responsabilidad y seguridad en la vía: conocer los colores y símbolos de los semáforos, mirar a un lado y otro cuando crucen la calle, usar los pasos de cebra.
- Dentro del auto siempre deben llevar el cinturón de seguridad. Cuando son pequeños deben sentarse en el asiento trasero.
- Debemos explicarle lo peligroso que es exponer alguna parte del cuerpo por la ventanilla, evitar cruzar la calle con audífonos puestos y usando teléfonos móviles.
- Cruzar las calles en línea recta (nunca en diagonal, ni por lugares prohibidos) y preferiblemente por el cruce peatonal



Como pasajero o conductor

- Usar cinturón de seguridad y casco, según el vehículo en que se transite.
- No distraer al conductor; no sacar ninguna parte del cuerpo fuera del vehículo.
- Conducir a la velocidad establecida.
- Utilizar aditamentos de contención para niños y niñas.



En la cuna:

- Colocar al niño siempre boca arriba, no usar collares, almohadas o bolsas plásticas y usar barandas.
- Nunca acostar al niño con los adultos pues pueden provocar aplastamiento y asfixia durante el sueño



Como ciclista

- Mantener una velocidad que permita controlar la bicicleta ante cualquier imprevisto. No hacer acrobacias, ni soltar el manubrio o los pedales.
- No remolcarse de otros vehículos en marcha, ni transportar a otras personas en el caballo o manubrio, ni trasladar bultos que obliguen a conducir con una sola mano.
- No transitar próximo al contén de la acera o borde de la carretera (a menos de un metro).
- Antes de cualquier maniobra, comprobar que no existe peligro y hacer la señal de mano correspondiente. Si varias personas conducen cada una su bicicleta, ir una detrás de otra y guardar distancia prudencial. De noche, usar ropas de colores claros y brillantes para ser vistos.



En las piscinas y playas

- Nunca pierda de vista a su hijo (a) mientras se baña en una piscina o playa. Debe usted saber que tres minutos sin respirar producen lesiones irreparables en el cerebro.
- El que su hijo (a) use flotador o salvavidas no debe hacerle bajar la guardia, pues estos elementos son un apoyo, pero no son infalibles, y nunca sustituyen la vigilancia de un adulto.
- Háblele de los riesgos del mar, de cómo evitarlos y del respeto que debe tener a las recomendaciones de los socorristas.
- No debe arrojar al agua en sitios donde desconozca la profundidad existente, pues al chocar contra el fondo puede lesionarse.
- Los niños deben aprender a nadar desde edades tempranas, aunque esto no excluye la supervisión por parte de un adulto.
- Solo bañarse en lugares aprobados para ello, preferentemente vigilados por salvavidas, nadar siempre acompañado y nunca alejarse demasiado de la costa. Evitar bucear en fondos desconocidos.
- Si no sabe nadar, no alejarse de la orilla; ni siquiera en balsas u otros objetos flotantes, y evite que el agua le cubra por encima de la cintura.
- No jugar bruscamente en el agua, ni hundir a otras personas. Caminar con cuidado y no jugar en bordes de piscinas.
- Salir del agua inmediatamente si tiene escalofríos, fatiga u otro malestar y no ingerir bebidas alcohólicas.



En los parques de juegos

- Vigile que las diferentes atracciones se encuentren en buen estado técnico. Que no tengan bordes cortantes ni astillados, funcionen bien y que la arena sea adecuada.
- Explíquele a su hijo (a) cómo funciona cada atracción y los peligros que debe evitar para no golpearse ni caerse. Por ejemplo, no debe bajarse de un columpio que no esté totalmente parado, no debe empujar a otro niño y no debe ponerse delante de un columpio que se esté balanceando.