



## ¿Como prevenir accidentes en el hogar?

### Caídas

- Cerciorarse que las escaleras tengan pasamanos.
- Evitar encerar las escaleras.
- Evitar la colocación de macetas y otros objetos similares junto a ventanas amplias o balcones.
- Limpiar perfectamente los pisos de todas las habitaciones, evitando la presencia de grasas, aceites que faciliten resbalarse.
- Mantener los pisos libres de objetos con los que se pueda tropezar o puedan hacer perder el equilibrio.
- Iluminar adecuadamente las habitaciones, los pasillos y las escaleras.
- Utilizar escaleras para alcanzar objetos elevados, evitar utilizar sillas o muebles.
- Revisar que las escaleras de acceso a la vivienda tengan barandilla de altura no inferior a 90 cm. y dispongan de pasamanos.
- En el baño, utilizar alfombras o pegatinas antideslizantes.
- Fijar las estanterías firmemente a la pared
- Asfixia por objetos extraños
- Tener cuidado cuando se consumen alimentos con los que se puedan atorar como uvas, etc.

### Quemaduras

- Utilizar cubiertas o tapaderas para evitar las salpicaduras mientras se cocinan los alimentos.
- En lo posible cocinar y calentar siempre en las hornillas de la parte posterior de la estufa.
- Evitar que los mangos de sartenes, cacerolas y ollas sobresalgan del borde de la estufa.
- Colocar en lo posible protecciones alrededor de aquellos objetos que se encuentran calientes y que resultan accesibles necesariamente
- Manipular con cuidado productos químicos.
- Evitar dejar velas o veladoras encendidas.

### Intoxicaciones

- Impedir que los insecticidas y productos de jardinería caigan sobre alimentos.
- Evitar las estufas y calentadores en habitaciones sin ventilación y tener presentes las señales de presencia de monóxido en el ambiente
- Seguir las instrucciones de uso del fabricante de los productos utilizados para la limpieza, desinfección, entre otras.

### Electrocuciones

- Nunca sobrecargar tomas eléctricas ni crear toma corrientes adicionales.
- Realizar mantenimiento a sistemas eléctricos al interior de la vivienda (cables, tomas eléctricas)

### Golpes

- No dejar armarios o cajones abiertos.
- Asegurar los cajones con topes en su interior para que no se caigan encima del que los abra.
- Procurar los muebles y objetos de decoración tengan bordes redondeados, nunca aristas vivas.
- Si existen puertas de cristal, utilizar alguna señalización.
- Iluminar adecuadamente las zonas de circulación.
- Situar los objetos colgantes de forma estable y a la altura necesaria.

### Heridas

- Colocar las herramientas en cajones con las puntas o elementos cortantes hacia dentro.
- Revisar y eliminar platos y vasos rotos

¡Para prevenir los accidentes en el hogar, se debe identificar, evaluar y corregir las situaciones de riesgo presentes!