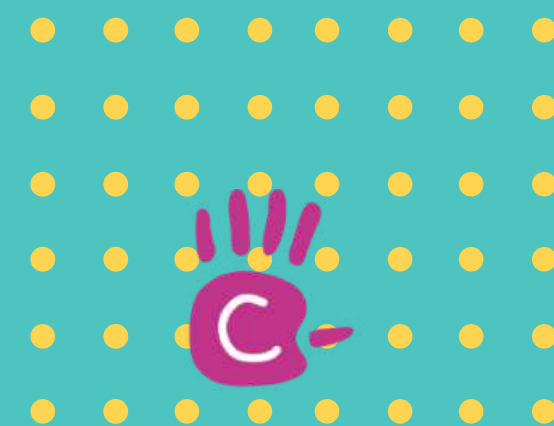




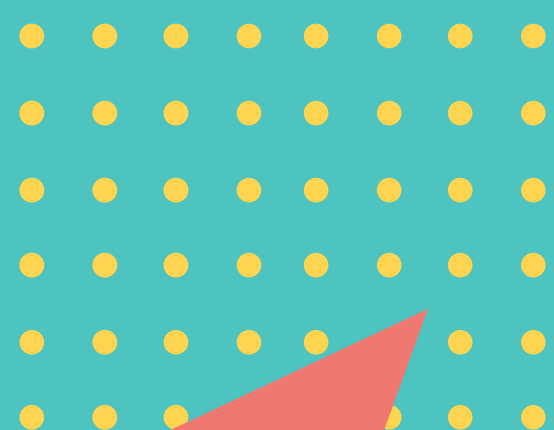
UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE MÉXICO

DIRECCIÓN DE PERSONAL
DIRECCIÓN DE LOS CENDI Y JARDÍN DE NIÑOS



Prevención de caídas y golpes

¿QUÉ DEBO HACER ANTE
UN ACCIDENTE?



VIGENCIA





ESTIMADAS MADRES USUARIAS

La Comisión Mixta de Supervisión de los CENDI y Jardín de Niños, a través de la Coordinación Médica tiene el compromiso de compartir con ustedes información que pueda ayudarlas en el desarrollo y crecimiento de sus hijos e hijas. Esta semana las invitamos a conocer como prevenir accidentes y distinguir los signos de alarma importantes para decidir acudir a urgencias o saber cómo actuar en situación de accidentes.

Aprender a gatear, a caminar, a correr son nuevas habilidades que requieren de práctica, durante la misma surgen caídas, golpes y choques.

Es por eso que se recomienda que desde los 6 a 7 meses de vida se adapte la casa a las necesidades del niño o niña y minimizar los riesgos de las caídas o choques.



Solo la prevención podrá reducir las lesiones y favorecerá el crecer con seguridad.

MEDIDAS PREVENTIVAS



- 1. Intentar mantener las zonas de tránsito de la casa despejadas.**
- 2. Una correcta iluminación es clave para evitar accidentes.**
- 3. Evitar superficies resbaladizas.**
- 4. Escaleras protegidas y adaptadas a los niños.**
- 5. Cerradura de seguridad para ventanas, balcones y terrazas.**



A pesar de tomar estas medidas, es importante reconocer que las caídas y los golpes son inevitables, por lo que si a pesar de estas recomendaciones aún sucede un accidente es importante conocer las mejores medidas para tomar acción.



PRIMEROS PASOS

Tras un accidente es importante mantener la calma para poder reconocer el tipo de golpe que presente el niño o la niña.

Cuando exista una herida en la piel, primero reconoceremos de qué tipo es:

1. Golpe con moretón se pueden aplicar compresas frías. Sólo será necesario acudir al médico en caso de moretones grandes, dolor constante o inflamación.

2. Raspones se debe enjuagar con agua limpia, durante por lo menos 5 minutos, para eliminar suciedad y gérmenes.

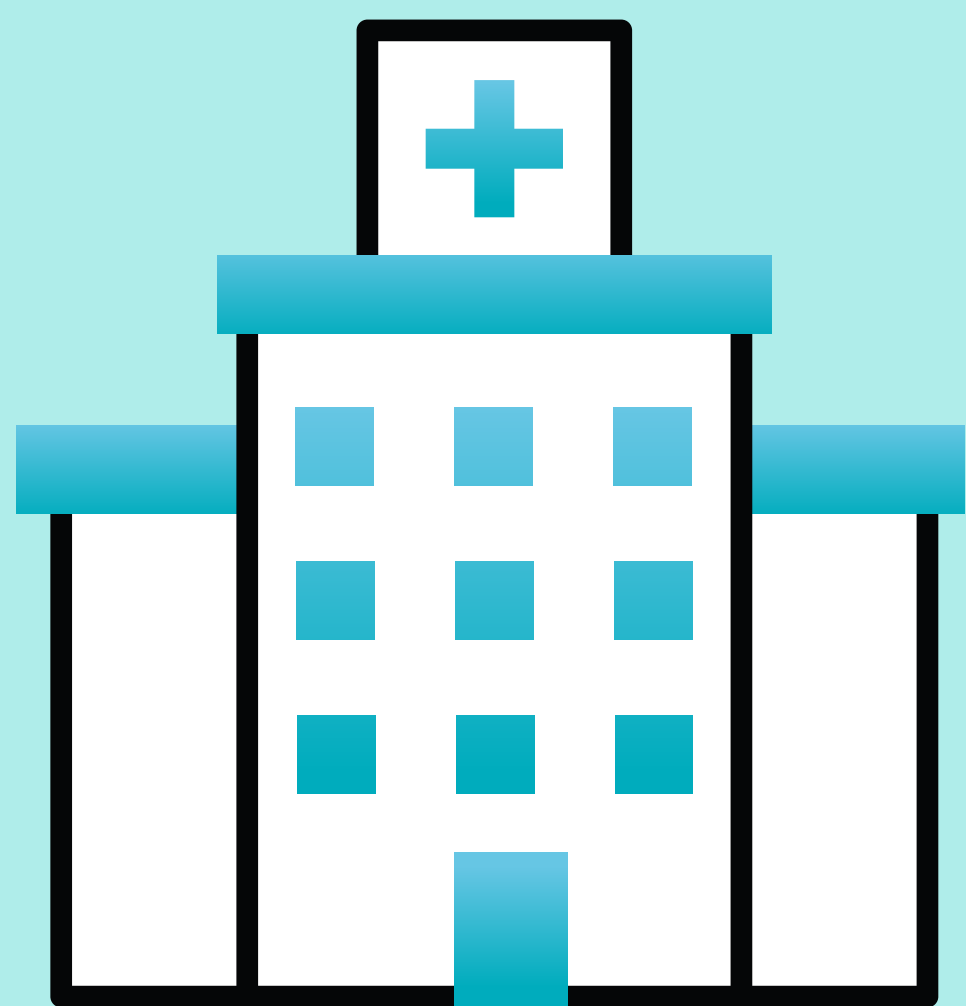
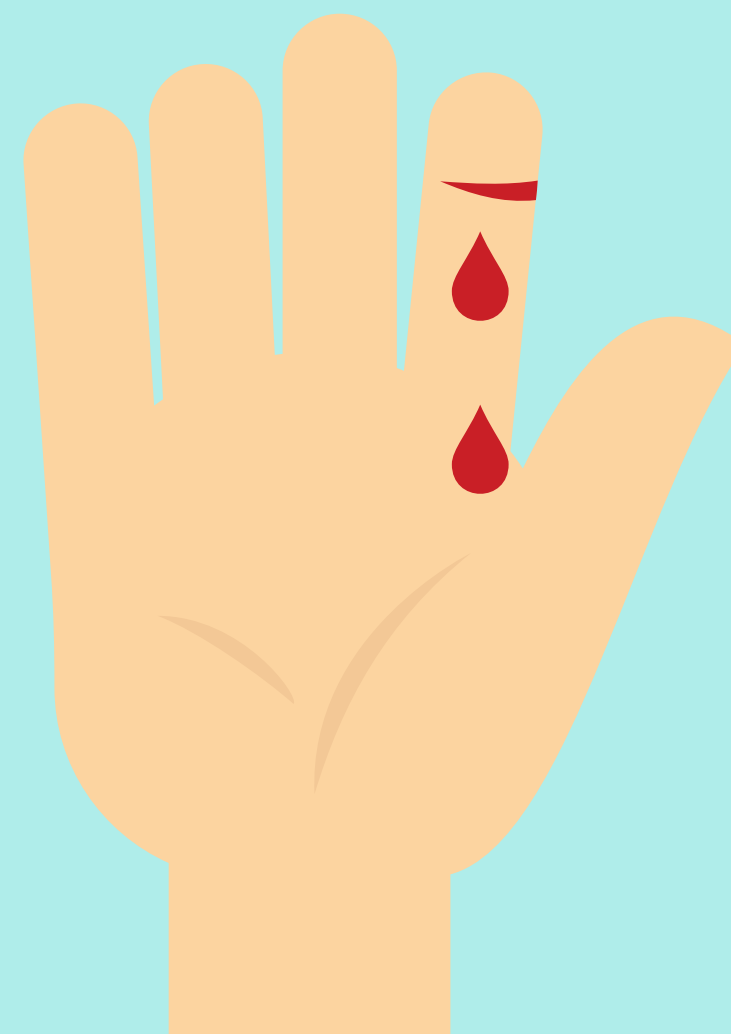
3. Lesión por astilla, retirar los pequeños pedazos con pinzas y luego lavar la zona hasta que esté limpia. Si no puede sacar del todo la astilla, llame al pediatra.





4. Herida abierta superficial en caso de pequeños cortes, se debe enjuagar la zona con agua limpia hasta que estén limpios.

Aplicar presión directa con un paño limpio para detener el sangrado y mantener la presión durante 1 o 2 minutos. Si el corte no es profundo, aplique un ungüento antibiótico y cúbralo con un vendaje limpio.



En el caso de cortes grandes o profundos o si la herida está muy abierta, llame al pediatra u obtenga atención de emergencia.

5. Herida abierta profunda con hemorragia grave, llame para pedir ayuda (911 o un número de emergencia). Aplicar presión directa con un paño limpio hasta que llegue la ayuda. Mantener la calma.



LESIONES EN LA CABEZA

No mover a un niño o niña que pueda tener lesión grave en cabeza, cuello o espalda.

¿Cuándo acudir al médico?

- Si pierde el conocimiento.
- Tiene una convulsión (espasmo).
- Se mueve con torpeza o es incapaz de mover alguna parte del cuerpo.
- Presenta secreción de sangre o líquido acuoso por la nariz o las orejas.
- Habla o se comporta en forma anormal.
- Vómitos.
- Dolor de cabeza constante.



En caso de que el niño o niña presente algún dato de alarma como los ya mencionados o este somnoliento, tenga dificultad para despertarse, vomite o tenga dolores de cabeza, les recomendamos la atención en su clínica ISSSTE dónde el médico decidirá si es pertinente realizar más estudios o internarlo.



BIBLIOGRAFÍA:

1. Seguridad de bebés y niños pequeños. Mayo clinic. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/infant-and-toddler-health/in-depth/child-safety/art-20046124>
2. Seguridad en casa. Neumours. Disponible en: <https://kidshealth.org/es/parents/safety-falls.html>
3. Guía de primeros auxilios para padres. Healthy Children. Disponible en: <https://www.healthychildren.org/Spanish/safety-prevention/at-home/Paginas/first-aid-guide.aspx>
4. Prevención de caídas y golpes. Asociación Nacional de Seguridad Infantil. Disponible en: <https://seguridadinfantil.org/seguridad-infantil-para-familias/seguridad-infantil-en-el-hogar/prevencion-de-caidas-y-golpes/>