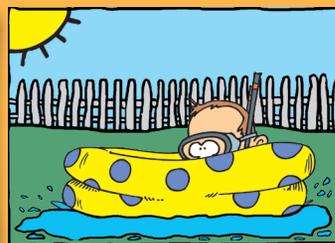
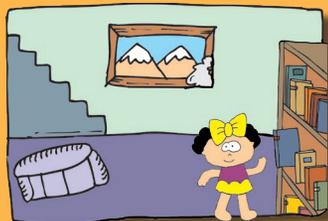
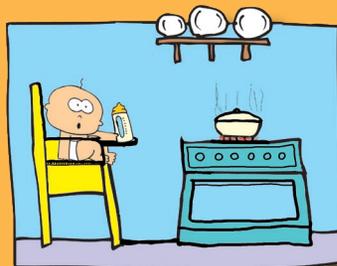




REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA



Sicuri si può!



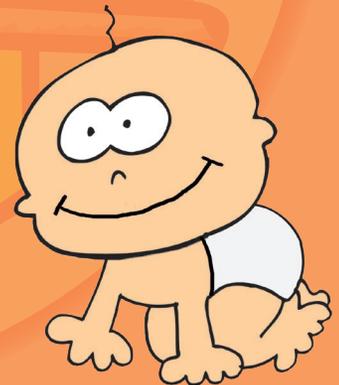
Come tenere lontano i rischi dal tuo nido



Sicuri si può!

Come tenere lontano i rischi dal tuo nido

Breve guida per la prevenzione degli incidenti domestici (0-5 anni)
a cura della ASL Cagliari - Servizio igiene e sanità pubblica

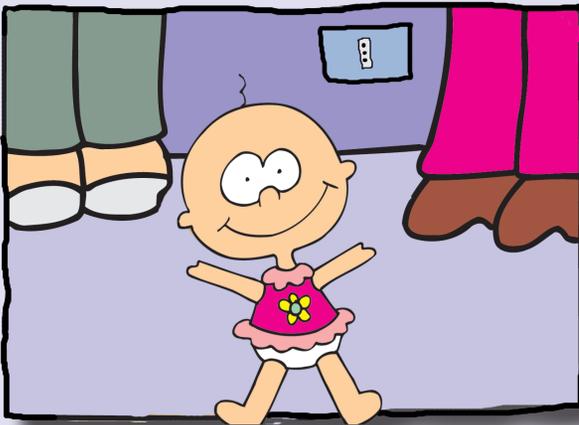




La mia camera: il mio mondo

Vedete quegli strani e piccoli buchi nella parete?

Sono delle prese. La prima volta che le ho viste ho cercato di infilarci le dita: sembravano fatte apposta. Ma papà, per fortuna, era stato più previdente di me. Per impedire che mi facessi male aveva già fatto installare le prese con il marchio disicurezza e i copribuchi.



Come tenere lontano i rischi dal tuo nido

La camera da letto

✓ PRESE DI CORRENTE

Fate installare prese di corrente con il marchio di sicurezza - che sono protette – in modo da evitare che i bimbi introducendo una punta metallica prendano la scossa.

✓ LAMPADE E LUCETTE

Per la notte scegliete la lucetta antipaura: consuma meno di un Watt e si inserisce direttamente nella presa di corrente.

✓ UMIDIFICATORE

Quando il suo uso è indicato, va collocato possibilmente fuori dalla portata dei bambini, su un piano solido.

✓ INTERFONO

Formato da due unità, registra ogni grande e piccolo suono nella cameretta e lo trasmette nella stanza dei genitori: i vostri piccoli sono sotto controllo e voi state tranquilli.

✓ FASCIATOIO

Il piano deve essere robusto e stabile. I bambini non vanno mai lasciati da soli sul fasciatoio. Attenzione! Tutto l'occorrente per l'igiene del bambino deve essere tenuto a portata di mano.

✓ GIOCATTOLI

Vanno riposti in punti accessibili ai bimbi. I giocattoli elettrici vanno acquistati se costruiti in conformità alle norme di sicurezza. Attenzione ai giocattoli che riportano l'indicazione "da usare sotto la sorveglianza di adulti", rispettate le regole! Controllate le batterie che li alimentano: se deteriorate possono rilasciare acidi tossici.

✓ LETTINO

Deve essere solido, dotato di imbottiture 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 bimbo vi infili la testa.

✓ CUSCINO

Non deve essere troppo soffice o grande ed è bene usare il cuscino antisoffocamento. Ricordate che fino a un anno di età si consiglia di fare dormire i bimbi sulla schiena per prevenire la morte in culla.

✓ ZANZARIERA

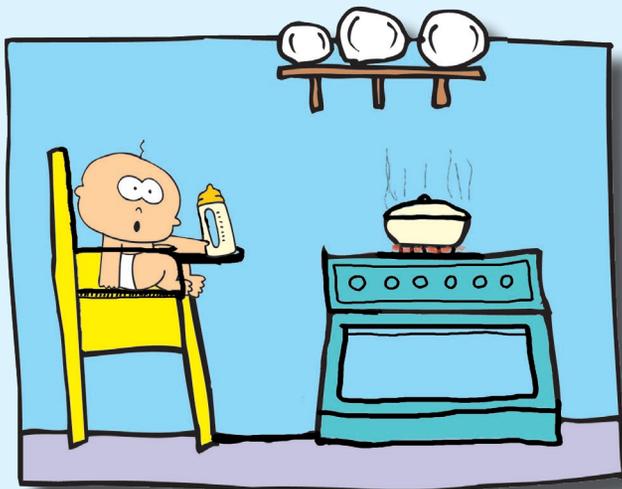
In estate, per proteggere i bambini da punture di insetti, preferite le zanzariere.



La cucina:

tante cose buone... da mangiare ... da vedere... da toccare

Qui non manca davvero niente: il fuoco, l'acqua, il calore del forno, il rumore dei piccoli elettrodomestici, le spine che si inseriscono, i cavi che si avvolgono, gli armadietti da aprire, i tappi delle bottiglie da svitare. Una vera pacchia!



Come tenere lontano i rischi dal tuo nido

La cucina

✓ SEGGIOLONE

Oltre ad avere una base solida per evitare il rovesciamento, deve essere attrezzato con un poggiapiedi che non permetta al bambino di sollevarsi. Allacciategli sempre la cintura di sicurezza e non lasciatelo solo.

✓ SCALDABIBERON

Disponetelo lontano dalla portata dei bambini. Nell'uso, accertatevi che il livello dell'acqua nello scaldabiberon sia almeno al minimo e regolatene opportunamente la temperatura. Prima di dare il latte ai piccoli verificatene sempre la temperatura sul dorso della mano.

✓ FORNELLI

Anzitutto insegnate ai bambini a non avvicinarsi ai fornelli e tanto meno a giocare con le manopoline del gas. In generale preferite cucine a gas con schermo protettivo – che impedisce ai bambini di rovesciarsi le pentole addosso. Utilizzate preferibilmente i fornelli posti verso la parete, meno accessibili ai bambini. Non lasciate sporgere i manici delle pentole.

✓ PICCOLI ELETTRODOMESTICI

Verificate sempre che siano costruiti secondo le norme di sicurezza e curatene la manutenzione. Dopo l'uso non lasciateli mai collegati alla presa. Scegliete apparecchi dotati di sistemi di protezione che bloccano le parti in movimento quando si sollevano i coperchi.

✓ FORNO

Fate attenzione al vetro del forno che può raggiungere temperature elevate e provocare ustioni. Lo sportello, inoltre, se abbassato, può diventare un gradino.

✓ GAS

Dove c'è un apparecchio a gas è necessario assicurare il ricambio d'aria. Perciò occorre un'apertura verso l'esterno di almeno 10x10 cm, chiamata foro di ventilazione permanente e un rivelatore di perdita del gas.

✓ CASSETTI E ARMADIETTI

Detersivi, fiammiferi, coltelli, forbici, lame, disinfettanti, insetticidi, sacchetti di plastica... non vanno lasciati alla portata dei bambini. Riponetevi tutto in cassetti da bloccare con gli appositi fermi e armadietti collocati in alto.

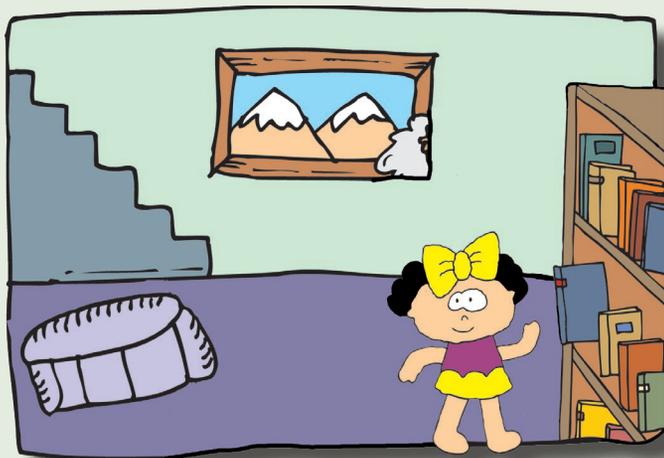
✓ ESTINTORI

È utile avere un piccolo estintore a polvere o a schiuma



Il soggiorno: che passione

Anche il soggiorno era uno spazio tutto da esplorare. Visto che mamma e papà in montagna non mi avevano ancora portato, usavo la libreria per scalare... ed ecco, la vetta era conquistata. E che dire delle "macchine parlanti" spente ed assonnate? io cercavo di prenderle per il filo... Ma già cominciava ogni tanto ad accendersi dentro di me una lucetta: ...pericolo!!! Non si può?!



Come tenere lontano i rischi dal tuo nido

Il soggiorno

✓ CASSETTI

Vanno bloccati con gli appositi fermi: potrebbero facilmente trasformarsi in scala improvvisata o rovesciarsi addosso ai piccoli.

✓ TELEVISIONE

Ai bambini piccoli è sconsigliata. Comunque va guardata a distanza di sicurezza per non danneggiare la vista. Va posizionata in alto per non tirarsela addosso.

✓ CAVI ESTERNI

Gli impianti elettrici con i cavi esterni sono vietati per legge: fortunatamente, perchè i bambini potrebbero strapparli.

✓ LAMPADINE

Quando brucia una lampadina, staccate sempre l'interruttore generale. Non lasciate mai il portalampade vuoto poichè i bambini potrebbero involontariamente infilarci un dito e prendere la scossa.

✓ FILI ELETTRICI

I fili dell'impianto stereo, della tivù o del videoregistratore non vanno lasciati penzoloni, ma il più possibile nascosti. Fate attenzione alle prolunghie, poichè i bambini potrebbero inciamparvi. Evitate di collegare più apparecchi alla stessa presa; procuratevi una presa multipla con marchio di sicurezza. Staccare le spine prima di andare a dormire.

✓ INTERRUTTORE DIFFERENZIALE

Fate installare un interruttore differenziale - chiamato anche "salvavita" - che tenga "sotto controllo" l'impianto elettrico.

✓ SPIGOLI E VETRI

Coprite tutti gli spigoli dei mobili coi paraspigoli di gomma. I piani e le porte a vetro devono essere protetti con la speciale pellicola in plastica perfettamente trasparente: applicata sul vetro evita che lo stesso si frantumi in mille pezzi.

✓ BALCONE

Se il soggiorno dà su un balcone verificate che le sbarre della ringhiera non siano orizzontali e quindi scalabili e, se verticali, devono essere abbastanza strette da non permettere che il bambino possa infilare la testa. Meglio rivestirlo all'interno con una rete molto fitta ed alta. Verificate sempre che accanto alla balaustra non ci sia alcun oggetto che possa fare da gradino per una pericolosa scalata. Lo stesso vale per le finestre. Non lasciatelo mai da solo.

✓ ALCOLICI

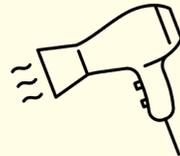
Da tenere sotto chiave o inaccessibili al bambino.



Il bagno: che tentazione

In realtà preferivo schizzare, urlare, giocare con l'acqua e frugare dappertutto... più che lavarmi. Mamma mi ha sempre detto che in bagno ci sono due amici, l'acqua e l'elettricità, amici molto utili, ma che se usati contemporaneamente si trasformano in pericolosi nemici che fanno del male.

E allora, uno alla volta per carità!



Come tenere lontano i rischi dal tuo nido

Il bagno

✓ ASCIUGACAPELLI

Buona regola è non usarlo in bagno e comunque mai in vicinanza di vasche o lavelli, in particolare se contenenti acqua. Non lasciate che i bambini lo maneggino da soli. Insegnate loro a non usarlo con le mani bagnate o a piedi nudi. Una volta asciugati i capelli, staccate sempre la spina.

✓ RUBINETTI

Il pericolo è ovviamente l'acqua calda che può provocare scottature e ustioni. Regolate il termostato dello scaldabagno ad una temperatura non superiore ai 50 gradi e scegliete una rubinetteria dotata di miscelatore.

✓ VASCA DA BAGNO

Non va riempita troppo. Per evitare che i bimbi scivolino, posizionate un tappetino antiscivolo o adesivi antiscivolo. Verificate sempre la temperatura dell'acqua. Non lasciate mai i piccoli da soli nell'acqua.

✓ MEDICINE – PRODOTTI PER L'IGIENE – COSMETICI – UTENSILI TAGLIANTI

Vanno riposti fuori dalla portata dei bambini o in armadietti chiusi a chiave.

✓ STUFE

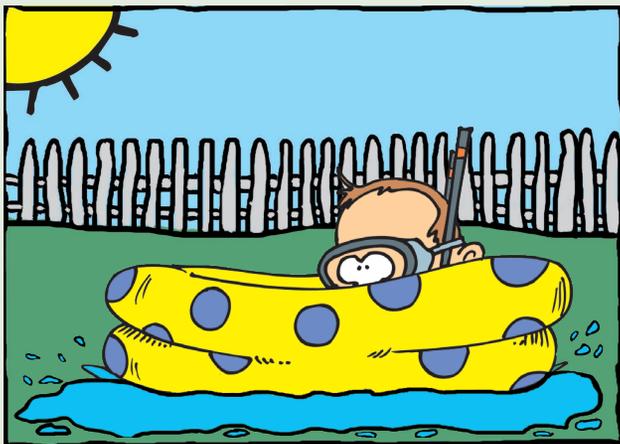
Riscaldare l'ambiente prima dell'uso e non lasciate la stufa accesa.



A spasso in giardino...

"... piccolo piccolo, in giardino legato al passeggino come un salamino..." Vedevo e ammiravo "a distanza" l'aria, i fiori, le piante, le api e i colori....

Poi più grande, insieme a papà e mamma "superattenti" salivo sull'altalena con la cintura, cercavo di sentire i discorsi dei pesciolini nella vasca e in bici giravo sempre con il casco in testa... "La tartaruga tra le foglie ripeteva "chi va piano va sano e va lontano".



Avere un giardino dove giocare può essere, per il bambino, molto positivo, ma se ancora piccolo, la sorveglianza dell'adulto è la prevenzione più efficace.

Come tenere lontano i rischi dal tuo nido

Il giardino

✓ RECINZIONI E CANCELLI

Il giardino deve essere recintato, con chiusura di sicurezza al cancello, per evitare che il bambino esca in strada.

Il cancello e le recinzioni non devono presentare elementi acuminati.

Assicurarsi che il cancello sia installato a regola d'arte e abbia una fotocellula di sicurezza. L'apertura del cancello non deve mai dare luogo a possibili cedimenti ed uscire dalle guide.

I cancelli elettrici devono essere dotati di un dispositivo luminoso che avvisi quando il cancello sta per aprirsi e di un cartello che avverta la presenza di un dispositivo comandato a distanza. È bene spiegare al bambino il pericolo di rimanere schiacciato o incastrato nel cancello.

✓ POZZI E PISCINE

Verificare che pozzi, cisterne, fontane, vasche o piscine siano coperte e recintate, in modo che i bambini non corrano rischi. Se c'è una piscina, anche quella da bambini, deve essere usata sotto stretto controllo dei genitori e svuotata quando non in uso.

✓ IMPIANTI ELETTRICI

Se esiste un impianto elettrico, controllare che sia stato correttamente progettato per esterni a norma. Evitare poi prese volanti o prolunghe in presenza di bambini.

✓ ATTREZZI DA GIARDINAGGIO - CONCIMI E DISERBANTI

Gli attrezzi del giardinaggio (rastrelli, falci, tagliaerba, ecc.) e i prodotti chimici (concimi e diserbanti) devono essere sempre riposti in un luogo sicuro dopo il loro uso.

✓ GIOCHI DA GIARDINO

Altalene, scivoli, dondoli devono essere conformi alle norme di sicurezza e installati sul prato o su sabbia

Numeri Utili

- ✓ Centri Antiveleni* 02.66101029 Milano - *Ospedale Niguarda*
06.3054343 Roma - *Policlinico Gemelli*
06.49978000 Roma - *Policlinico Umberto I*
06.68593726 Roma - *Ospedale Pediatrico Bambino Gesù*
010.56362245 Genova - *Ospedale Gaslini*
051.6478955 Bologna - *Ospedale Maggiore*
0382.24444 Pavia - *Istituto Scientifico IRCCS*
- ✓ Ambulanza 118
- ✓ Vigili del fuoco 115
- ✓ Carabinieri 112
- ✓ Polizia 113

**operativi 24 ore su 24*



REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA



Informazioni utili

In ogni azienda Asl è presente il referente locale della campagna regionale per la prevenzione degli incidenti domestici. Per sapere i suoi recapiti, ma anche per avere informazioni sugli accorgimenti da adottare per rendere la casa sicura, telefonate ai numeri del Servizio Sanitario Regionale della Sardegna

070.6094735 - 070.6094760



Sicuri si può!

CAMPAGNA REGIONALE PER LA PREVENZIONE DEGLI INCIDENTI DOMESTICI
A CURA DELLA ASL8 - SERVIZIO IGIENE E SANITÀ PUBBLICA
ottobre 2022