

Prevención

Tome una clase básica de primeros auxilios y RCP para saber cómo manejar una emergencia.

Su casa a prueba de niños. Asegúrese que:

- Los tomacorrientes tengan tapones
- Los armarios tengan cerraduras para niños
- Los muebles altos estén bien fijos a la pared
- Las escaleras y las piscinas están protegidas mediante puertas
- Los productos químicos y medicamentos peligrosos se almacenan de forma segura fuera del alcance

Examine su casa a diario en busca de peligros ocultos, como el peligro de asfixia. Mire en todas partes - debajo de las mesas y entre los cojines del sofá.

Tenga a mano un botiquín de primeros auxilios bien surtido.¹ Vigile las fechas de caducidad. Debe contener:

- Manual de primeros auxilios
- Gasas estériles
- Vendas
- Pomada antibiótica
- Crema de hidrocortisona
- Toallitas antisépticas
- Analgésico y antifebril apropiado para la edad

Accidentes Comunes de los Niños Pequeños

Asfixia^{3,4}

- La asfixia siempre es una preocupación porque sus vías respiratorias son pequeñas y los niños pequeños se llevan todo a la boca.
- Esté atento a posibles peligros de asfixia.
- Corte los alimentos en pequeñas formas oblongas.
- Evite las salchichas enteras hasta los 4 años.
- Evite los alimentos perfectamente redondos, como las uvas o las rebanadas de perritos calientes. Evite alimentos que sean pequeños y duros, como dulces, palomitas de maíz, nueces o totopos de maíz.
- Evite los alimentos gomosos, los dulces, los refrigerios de frutas o las gotas de mantequilla de maní.
- Cocine o rebane finamente alimentos crujientes como manzanas y zanahorias.

Caídas

Las caídas son una parte normal del crecimiento. Las caídas ayudan a los niños a conocer sus límites. La mayoría de los cortes, golpes, raspaduras y moretones se pueden limpiar y tratar en casa.^{6,7} Sin embargo, si ve lesiones o sangrado preocupante o si su hijo tiene síntomas de una conmoción cerebral, como estar mareado, inusualmente somnoliento o confuso, vómitos, irritabilidad, o tiene cualquier otro síntoma preocupante, llévelo entonces a la sala de emergencias.^{7,8}

Quemaduras y Escaldaduras^{9,10}

Las quemaduras y escaldaduras pueden ser causadas por líquidos calientes, productos químicos, artículos calientes, fuego, contacto eléctrico o el sol.

Mordeduras y Picaduras^{6,7,11,12}

Los insectos que muerden y pican pueden causar picazón o bultos dolorosos en la piel de su niño pequeño. Llame al 911 si su hijo tiene síntomas que implican algo más que el lugar de la mordedura o picadura, como mareos, vómitos, respiración difícil o ruidosa, sarpullido en todo el cuerpo, hinchazón de labios, lengua o cara, o cualquier otro síntoma preocupante.

Envenenamientos^{13,14,15,16}

Más de la mitad de los envenenamientos se producen en niños menores de 6 años. Es importante actuar rápidamente si sabe o sospecha que su hijo ha sido envenenado. Los venenos más comunes son los medicamentos, el alcohol, los productos de limpieza, los detergentes para lavar la vajilla o la ropa, los productos para el cuidado del jardín y del automóvil, y los pegamentos y pinturas. Si sospecha que su hijo ha ingerido o ha entrado en contacto con un veneno, llame a la línea de ayuda contra los envenenamientos al 1-800-222-1222. Si su hijo está inconsciente o no actúa bien, llame al 911.

Accidentes de tráfico¹⁷

Los accidentes de tráfico son una de las principales causas de muerte en los niños. Amarre siempre correctamente a sus hijos en sus asientos del automóvil. Asegúrese de que la silla de auto es adecuada para la edad y el peso de su hijo.

Seguridad en el Sol^{7,18}

Utilice siempre un protector solar con su hijo cuando esté al aire libre, incluso si el tiempo está nublado. Utilice un protector solar con un FPS 15 como mínimo. Aplíquelo entre quince y treinta minutos antes de salir al exterior y vuelva a aplicarlo cada hora y media o dos.

Referencias:

1. "Botiquín de primeros auxilios (para los padres) - Nemours Kidshealth." Edited by Kate M. Cronan, KidsHealth, The Nemours Foundation, Agt. 2018, kidshealth.org/en/parents/firstaid-kit.html. Consultado el 11/19/2018
2. "Seguridad en el Corralito" HealthyChildren.org, American Academy of Pediatrics, 2 Dec. 2009, www.healthychildren.org/English/safety-prevention/at-home/Pages/Playpen-Safety.aspx. Consultado el 11/19/2019
3. "Respuesta a una emergencia por asfixia". HealthyChildren.org, American Academy of Pediatrics, 21 Nov. 2015, www.healthychildren.org/English/health-issues/injuries-emergencies/Pages/Responding-to-a-Choking-Emergency.aspx. Consultado el 11/19/2019
4. "Asfixia" (para los padres) - Nemours Kidshealth." Edited by Kate M. Cronan, KidsHealth, The Nemours Foundation, Feb. 2019, kidshealth.org/en/parents/choking.html?ref=search&WT.ac=msh-p-dtop-en-search-clk#cathome. Consultado el 11/19/2018
5. Manual del estudiante de RCP, AED y primeros auxilios básicos, American Safety & Health Institute, 2016, pp. 40–41. Consultado el 11/19/2018
6. "Guía de primeros auxilios para padres y cuidadores". HealthyChildren.org, American Academy of Pediatrics, 2 Nov. 2009, www.healthychildren.org/English/safety-prevention/at-home/Pages/First-Aid-Guide.aspx. Consultado el 11/18/2019
7. Glenda Williams, MD - Peditra. Entrevista
8. Karen Miles|Revisado médicamente por Dawn Rosenberg, M.D. "Caídas: Qué hacer cuando un bebé o niño pequeño se da un golpe en la cabeza". BabyCenter, Baby Center, LLC, www.babycenter.com/health/injuries-and-accidents/falls-what-to-do-when-a-baby-or-toddler-gets-a-bump-on-the-h_397. Consultado el 11/19/2018
9. "Tratamiento de quemaduras y consejos de prevención para las familias". HealthyChildren.org, American Academy of Pediatrics, 26 Sept. 2019, www.healthychildren.org/English/health-issues/injuries-emergencies/Pages/Treating-and-Preventing-Burns.aspx. Consultado el 11/18/2019
10. "Primeros auxilios para las quemaduras": Preguntas de los padres 2." HealthyChildren.org, American Academy of Pediatrics, 2 Oct. 2015, www.healthychildren.org/English/safety-prevention/all-around/Pages/First-Aid-For-Burns.aspx. Consultado el 11/18/2018g
11. "Identificación de las mordeduras y picaduras de insectos". HealthyChildren.org, American Academy of Pediatrics, 21 Nov. 2015, healthychildren.org/English/health-issues/conditions/from-insects-animals/Pages/Identifying-Insect-Bites-and-Stings.aspx. Consultado el 11/18/2018
12. "Mordeduras y picaduras de insectos" (para adolescentes) - Nemours Kidshealth." Edited by Larissa Hirsch, KidsHealth, The Nemours Foundation, Feb. 2014, kidshealth.org/en/teens/bug-bites.html?ref=search&WT.ac=msh-p-dtop-en-search-clk#cathome. Consultado el 11/18/2018
13. "Venenos domésticos: Mantener la seguridad de los niños". Raising Children Network, Raising Children Network Australia, 29 Ene. 2021, raisingchildren.net.au/articles/household_poisons.html. Consultado el 12/22/2021
14. "Consejos de prevención y tratamiento de envenenamientos para padres". HealthyChildren.org, American Academy of Pediatrics, 6 Sept. 2021, www.healthychildren.org/English/health-issues/injuries-emergencies/Pages/Poisoning.aspx. Consultado el 12/22/2021
15. "El alcohol: Un veneno peligroso para los niños". Control de Envenenamiento, Centro de Envenenamiento de la Capital Nacional, 2012, www.poison.org/articles/2013-feb/alcohol-a-dangerous-poison-for-children. Consultado el 11/18/2018
16. Mekonnen, Serkalem. "El alcohol para frotar sólo parece agua". Control de Envenenamiento, Centro de Envenenamiento de la Capital Nacional, 2020, www.poison.org/articles/2012-dec/rubbing-alcohol-only-looks-like-water. Consultado el 11/18/2018
17. "Dentro y alrededor de los automóviles". Safe Kids Worldwide, Children's National, www.safekids.org/safetytips/field_risks/and-around-cars/field_venues/and-around-cars. Consultado el 11/18/2018
18. "Quemaduras solares: Tratamiento y prevención". HealthyChildren.org, American Academy of Pediatrics, 21 Nov. 2015, healthychildren.org/English/health-issues/conditions/skin/Pages/Sunburn-Treatment-and-Prevention.aspx. Consultado el 11/18/2018