



UNICEF/96-0224/Outoumji

Por qué es importante actuar  
y compartir información  
sobre



# La prevención de lesiones

Todos los años, 750.000 niños mueren a causa de diversas lesiones. Otros 400 millones se lesionan de gravedad. Muchas de estas lesiones generan discapacidades permanentes y daños cerebrales. Las lesiones son una causa importante de mortalidad y discapacidad entre los niños de corta edad.

Las lesiones más frecuentes son las caídas, las quemaduras, morir ahogado y los accidentes de carretera. Muchas de estas lesiones se producen en el hogar o cerca de él. Casi todas ellas pueden evitarse. Asimismo, muchas de estas lesiones serían menos graves si los progenitores supieran qué hacer cuando se producen.



# Mensajes fundamentales

Lo que todas las familias y comunidades  
tienen derecho a saber sobre

## La prevención de lesiones

1. Muchas lesiones graves pueden evitarse si los progenitores o las personas encargadas de la atención vigilan con cuidado a los niños de corta edad y mantienen el entorno seguro.
2. Es necesario que los niños se mantengan lejos del fuego, la cocina, las lámparas, las cerillas y los electrodomésticos.
3. A los niños de corta edad les gusta trepar. Es preciso asegurar las escaleras, balcones, techos, ventanas y zonas de juego para evitar una caída.
4. Los cuchillos, tijeras, objetos afilados o puntiagudos y los vidrios rotos pueden provocar graves lesiones. Es preciso mantener estos objetos fuera del alcance de los niños.





5. A los niños de corta edad les gusta llevarse cosas a la boca. Es preciso mantener fuera de su alcance los objetos más pequeños a fin de evitar que se ahoguen con ellos.
6. Nunca se deben almacenar los venenos, las medicinas, la lejía, el ácido y los combustibles líquidos como la parafina (kerosene) en botellas de bebidas. Todos estos líquidos y venenos deben guardarse en recipientes claramente marcados fuera de la vista y del alcance de los niños.
7. Un niño puede ahogarse en menos de dos minutos y en una pequeña cantidad de agua. Nunca se les debe dejar solos cuando se encuentran en el agua o cerca de ella.
8. Los niños menores de cinco años corren un peligro especial en la carretera. Siempre debe haber alguien con ellos y es preciso enseñarles las reglas de seguridad en la carretera tan pronto como comiencen a andar.





## Información complementaria

# La prevención de lesiones

**1.** Muchas lesiones graves pueden evitarse si los progenitores o las personas encargadas de la atención vigilan con cuidado a los niños de corta edad y mantienen el entorno seguro.

Los niños que tienen entre 18 meses y cuatro años de edad corren el riesgo de morir y sufrir graves lesiones. La mayoría de estas lesiones ocurren en el hogar. Casi todas ellas se pueden evitar.

**Las causas más frecuentes de lesiones en el hogar son:**

- quemaduras debidas a fuegos, cocinas, hornos, utensilios de cocina, comida caliente, agua hirviendo, vapor, grasas calientes, lámparas de parafina, planchas y electrodomésticos
- cortes debidos a vidrios rotos, cuchillos, tijeras o hachas
- caídas de cunas, ventanas, mesas y escaleras
- presencia de objetos pequeños como monedas, botones o frutos secos, que pueden ahogar al niño
- envenenamiento debido a la parafina (kerosene), insecticidas, lejía y detergentes
- calambres eléctricos debidos a electrodomésticos o cables descompuestos, o a que el niño introduce palos o cuchillos en los enchufes.

Cualquier objeto que pueda resultar peligroso para un niño activo de corta edad debe guardarse fuera de su alcance.



Los niños no deben trabajar nunca largas horas o realizar labores peligrosas o que interfieran con su escolarización. Es preciso protegerles contra el trabajo intenso, los instrumentos peligrosos y la exposición a químicos venenosos.

## 2. Es necesario que los niños se mantengan lejos del fuego, la cocina, las lámparas, las cerillas y los electrodomésticos.

Las quemaduras y las escaldaduras son algunas de las causas de lesión grave más frecuentes entre los niños de corta edad. Es necesario evitar que los niños toquen cocinas, agua hirviendo, comida caliente y planchas calientes. Las quemaduras pueden provocar graves lesiones y cicatrices permanentes, y algunas de ellas pueden resultar fatales. La gran mayoría de estas lesiones son permanentes.

### Las quemaduras pueden evitarse mediante las siguientes medidas:

- mantenga a los niños de corta edad alejados de fuegos, cerillas y cigarrillos
- coloque la cocina (aparato para cocinar) en una superficie plana y elevada, fuera de alcance de los niños. Si se emplea una fogata para cocinar, debe hacerse en un montículo de arcilla, o directamente en el suelo.
- coloque los mangos de todos los utensilios de cocina fuera del alcance de los niños
- coloque el petróleo, la parafina, las lámparas, las cerillas, las velas, los mecheros, las planchas calientes y los cables eléctricos fuera del alcance de los niños.

Los niños pueden lesionarse de gravedad si colocan los dedos u otros objetos en los enchufes. Es preciso cubrir los enchufes para evitar que los niños puedan manipularlos.

Es necesario mantener los cables eléctricos fuera del alcance de los niños. Los cables eléctricos pelados son especialmente peligrosos.



---

**3.** A los niños de corta edad les gusta trepar. Es preciso asegurar las escaleras, balcones, techos, ventanas y zonas de juego para evitar una caída.

Las caídas son causa frecuentes de rasguños, fracturas de huesos y graves lesiones en la cabeza. Las caídas de gravedad se pueden evitar:

- aconsejando a los niños que no suban a lugares peligrosos
- utilizando barandillas para proteger escaleras, ventanas o balcones
- teniendo la casa limpia y bien iluminada.

---

**4.** Los cuchillos, tijeras, objetos afilados o puntiagudos y los vidrios rotos pueden provocar graves lesiones. Es preciso mantener estos objetos fuera del alcance de los niños.

Los vidrios rotos pueden provocar graves cortes, pérdida de sangre e infecciones en las heridas. Las botellas de vidrio deben guardarse fuera del alcance de los niños; el hogar y las zonas de juego deben estar libres de vidrios rotos. Es preciso enseñar a los niños de corta edad la importancia de no tocar los vidrios rotos; a los niños de mayor edad se les puede enseñar a eliminar de manera segura los vidrios rotos.

Los cuchillos, las cuchillas y las tijeras deben mantenerse fuera del alcance de los niños de corta edad. A los niños mayores se les puede enseñar a manejarlos de una forma segura.

Los objetos afilados de metal, las máquinas y las latas oxidadas pueden provocar heridas que se infectan con graves consecuencias. Hay que mantener las zonas donde juegan los niños libres de estos objetos. Los residuos del hogar, inclusive las botellas rotas y las latas viejas, deben eliminarse de una manera segura.

También es posible evitar otro tipo de lesiones que se producen en el hogar enseñando a los niños los peligros de arrojar piedras u otros objetos con filo y de jugar con cuchillos y tijeras.



**5. A los niños de corta edad les gusta llevarse cosas a la boca. Es preciso mantener fuera de su alcance los objetos más pequeños a fin de evitar que se ahoguen con ellos.**

Es importante que en las zonas donde los niños juegan o duermen no haya objetos pequeños como botones, cuentas, monedas, semillas y frutos secos.

No se debe dar a los niños de muy corta edad maníes, dulces de textura dura ni comida con huesos pequeños o semillas.

Es preciso supervisar siempre a los niños de corta edad cuando comen. Corte o parta en pedazos pequeños la comida de los niños.

La tos, las arcadas y una respiración ruidosa y aguda o la incapacidad para emitir sonidos, indican un problema de respiración e incluso la posibilidad de que el niño se esté asfixiando. La asfixia es una emergencia que puede amenazar la vida de quien la sufre. Las personas encargadas de la atención deben pensar que un niño se está asfixiando cuando tiene problemas repentinos para respirar, incluso cuando nadie haya visto al niño llevarse nada a la boca. (*Véase Primeros Auxilios en caso de asfixia, página 142.*)

**6. Nunca se deben almacenar los venenos, las medicinas, la lejía, el ácido y los combustibles líquidos como la parafina (kerosene) en botellas de bebidas. Todos estos líquidos y venenos deben guardarse en recipientes claramente marcados fuera de la vista y del alcance de los niños.**

El envenenamiento representa un peligro muy grave para los niños de corta edad. La lejía, el veneno para insectos y ratas, la parafina (kerosene) y los detergentes que se utilizan para lavar en el hogar pueden matar o lesionar permanentemente al niño.

**No es necesario tragar muchos de los venenos para que resulten peligrosos. Pueden matar, causar lesiones cerebrales, ceguera o una lesión permanente si:**

- se inhalan
- penetran en la piel o en los ojos del niño
- penetran en la ropa del niño.

Si los venenos se colocan en botellas de soda o de cerveza, en jarras o en tazas, los niños pueden beberlos por error. Es importante guardar todas las medicinas, químicos y venenos en sus recipientes originales, firmemente cerrados.





---

Nunca se deben dejar los detergentes, la lejía, los químicos ni las medicinas al alcance de los niños. Es preciso sellarlos firmemente y etiquetarlos. También deben guardarse bajo llave en un armario o en un baúl o colocarlos en una estantería alta donde los niños no puedan verlos ni alcanzarlos.

Las medicinas recetadas para un adulto pueden matar a los niños de corta edad. Es importante que los niños reciban solamente medicinas que les han sido recetadas y nunca se debe dar a un niño una medicina recetada para un adulto u otro niño.

El uso excesivo o insuficiente de los antibióticos puede provocar sordera en los niños de corta edad. Es importante utilizar los medicamentos tal como los recetó el agente de la salud.

La aspirina es una causa frecuente de envenenamiento accidental. Es preciso mantenerla fuera del alcance y de la vista de los niños.

---

**7. Un niño puede ahogarse en menos de dos minutos y en una pequeña cantidad de agua. Nunca se les debe dejar solos cuando se encuentran en el agua o cerca de ella.**

Los pozos, las bañeras y los cubos de agua deben estar siempre cubiertos.

Es importante enseñar a los niños a nadar cuando son pequeños, ya que de este modo tendrán menos posibilidades de ahogarse.

Es preciso enseñar a los niños que nunca deben nadar en corrientes demasiado rápidas y que nunca deben nadar solos.



**8. Los niños menores de cinco años corren un peligro especial en la carretera. Siempre debe haber alguien con ellos y es preciso enseñarles las reglas de seguridad en la carretera tan pronto como comiencen a andar.**

Los niños de corta edad no piensan antes de echar a correr en una carretera. Los familiares deben supervisarlos con mucha atención.

Los niños no deben jugar cerca de una carretera, sobre todo si están jugando con una pelota.

Es preciso enseñar a los niños a que caminen a un lado de la carretera, siempre frente al tráfico.

**Es importante enseñar a los niños que, cuando crucen la carretera, deben:**


- detenerse al borde de la carretera
- mirar a ambos lados
- escuchar si viene algún automóvil u otro tipo de vehículo antes de cruzar
- tomar a otra persona de la mano
- caminar, no correr.

Es preciso alentar a los niños mayores a que vigilen a los menores y que den un buen ejemplo.

Los accidentes de bicicleta son una causa frecuentes de lesión y de muerte entre los niños. Las familias pueden evitar los accidentes de bicicleta si aseguran que los niños con bicicletas aprenden las reglas de seguridad en la carretera. Los niños deben utilizar cascos u otro tipo de protección para la cabeza cuando monten en bicicleta.

Los niños corren un riesgo elevado de sufrir una lesión grave si viajan en el asiento delantero de un automóvil o en la plataforma de una camioneta sin supervisión.



	<h2 style="text-align: center;">Consejos de primeros auxilios</h2>
	<p><i>Es importante tomar estas medidas de primeros auxilios para evitar que una situación empeore si la ayuda médica no está disponible inmediatamente.</i></p>
<p><b>Primeros auxilios en el caso de quemaduras:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Si se prende fuego en el vestido del niño, cubra rápidamente al niño con una manta o con vestidos o haga que ruede sobre el suelo para apagar el fuego.</li> <li>▶ Enfríe inmediatamente la zona quemada. Utilice agua fría y limpia en abundancia. Si la quemadura es muy amplia, coloque al niño en una bañera o una pileta de agua fría. Puede que sea necesaria media hora para enfriar la zona quemada.</li> <li>▶ Mantenga limpia y seca la zona quemada y protéjala con un vendaje suelto. Si la quemadura es de mayor tamaño que una moneda grande, o la quemadura comienza a convertirse en una ampolla, lleve al niño a un agente de la salud. No rompa las ampollas ya que protegen la zona lesionada.</li> <li>▶ No retire nada que esté pegado a las quemaduras. No ponga nada, excepto agua fría, sobre la quemadura.</li> <li>▶ Procure que el niño beba líquidos, como por ejemplo jugo de frutas o agua con un poco de azúcar y sal.</li> </ul>
<p><b>Primeros auxilios en el caso de calambres eléctricos:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Si el niño ha sufrido un calambre eléctrico o una quemadura, apague la electricidad antes de tocar al niño. Si el niño está inconsciente, manténgalo a una temperatura tibia y solicite ayuda médica inmediatamente.</li> <li>▶ Si el niño tiene dificultades para respirar o no respira, colóquelo de espaldas sobre el suelo y sacuda levemente su cabeza hacia atrás. Cíérrele la nariz y sople en la boca. Sople con una fuerza suficiente como para que el pecho del niño se eleve. Cuente hasta tres y sople otra vez. Continúe soplando hasta que el niño comience a respirar.</li> </ul>



Consejos de primeros auxilios	
<p><b>Primeros auxilios debidos a caídas o accidentes en la carretera:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Las lesiones en la cabeza y la espina dorsal, especialmente en el cuello, son muy peligrosas porque pueden causar parálisis para toda la vida o amenazar la vida de quien las sufre. Limite los movimientos de la cabeza y de la espalda y evite cualquier torsión de la espina dorsal para evitar mayores lesiones.</li> <li>▶ Un niño que no logra moverse o que padece un dolor agudo puede tener algún hueso roto. No mueva la zona lesionada. Manténgala firme y con apoyo y solicite ayuda médica.</li> <li>▶ Si el niño se encuentra inconsciente, manténgalo a una temperatura tibia y solicite ayuda médica inmediatamente.</li> <li>▶ En el caso de rasguños y torceduras de importancia, sumerja la zona lesionada en agua fría o ponga hielo en la lesión durante 15 minutos. No coloque el hielo directamente sobre la piel. En lugar de ello, coloque una capa de tela entre el hielo y la piel. Retire el hielo o el agua, espere 15 minutos y repita la operación si es necesario. El frío debe ayudar a reducir el dolor, la hinchazón y la contusión.</li> </ul>
<p><b>Primeros auxilios para cortes y heridas:</b></p>	<p><b>Para cortes y heridas de poca importancia:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Lave la herida con agua muy limpia (o hervida y enfriada) y jabón.</li> <li>▶ Seque la piel que hay alrededor de la herida.</li> <li>▶ Cubra la herida con un trapo limpio y coloque sobre ella un vendaje.</li> </ul> <p><b>Para cortes y heridas de importancia:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Si sobresale un pedazo de cristal u otro objeto de la herida, no lo saque. Puede que el objeto esté evitando una mayor hemorragia y al sacarlo empeore la herida.</li> <li>▶ Si el niño sangra copiosamente, coloque la zona lesionada por encima del nivel del pecho y presione firmemente contra la herida (o cerca de ella, si hay un objeto en la misma) con una almohadilla hecha con un trapo limpio doblado. Mantenga la presión hasta que se detenga la hemorragia.</li> </ul>



Consejos de primeros auxilios	
<p><b>Primeros auxilios para cortes y heridas (sigue):</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ No ponga ninguna sustancia vegetal o animal en la herida, ya que puede provocar una infección.</li> <li>▶ Coloque un vendaje sobre la herida. A fin de dejar espacio para la hinchazón, procure no apretar el vendaje.</li> <li>▶ Conduzca al niño al centro de salud o procure ayuda médica de inmediato. Pregúntele al trabajador sanitario si el niño debe recibir una inyección contra el tétanos.</li> </ul>
<p><b>Primeros auxilios en caso de asfixia:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Si un lactante o un niño tosen, no interfiera: permítale que expulse por sí solo el objeto. Pero si no consigue expulsar rápidamente el objeto, trate de sacárselo de la boca.</li> <li>▶ Si el objeto está todavía atorado en la garganta del niño:                     <p style="margin-top: 10px;"><b>En el caso de recién nacidos o niños muy pequeños:</b> Sujete la cabeza y el cuello. Coloque al niño boca abajo con la cabeza más baja que los pies. Dele cinco golpes en la espalda entre los omóplatos. Ponga al niño boca arriba y presione firmemente en el esternón, entre los pezones, cinco veces. Repita la operación hasta que el niño expulse el objeto. Si no lo consigue, conduzca al niño inmediatamente al agente de la salud más cercano.</p> <p><b>En el caso de niños mayores:</b> Colóquese detrás del niño con los brazos alrededor de su cintura. Coloque el puño cerrado con el pulgar dirigido hacia el cuerpo del niño por encima del ombligo y por debajo de la caja torácica. Coloque la otra mano sobre el puño y empuje firmemente contra el abdomen del niño. Repita la operación hasta que el niño expulse el objeto. Si no lo consigue, conduzca al niño inmediatamente al agente de la salud más cercano.</p> </li> </ul>



Consejos de primeros auxilios	
<p><b>Primeros auxilios en caso de problemas respiratorios o ahogamiento:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Si existe cualquier posibilidad de que se haya producido una lesión en la cabeza o en el cuello, no mueva la cabeza del niño. Siga las instrucciones siguientes sin mover la cabeza.</li> <li>▶ Si el niño tiene dificultades para respirar o no respira, colóquelo de espaldas sobre el suelo y sacuda levemente su cabeza hacia atrás. Ciérrele la nariz y sople en la boca. Sople con una fuerza suficiente como para que el pecho del niño se eleve. Cuente hasta tres y sople otra vez. Continúe soplando hasta que el niño comience a respirar.</li> <li>▶ Si el niño respira pero está inconsciente, colóquelo de lado para que la lengua no bloquee la respiración.</li> </ul>
<p><b>Primeros auxilios en caso de envenenamiento:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Si el niño ha tragado veneno, no trate de que vomite, ya que esto puede empeorar su situación.</li> <li>▶ Si el veneno ha penetrado la piel o los vestidos del niño, desnúdelo y arroje grandes cantidades de agua sobre la piel. Lave la piel varias veces con jabón.</li> <li>▶ Si el veneno ha penetrado en los ojos del niño, salpique agua limpia sobre los ojos durante por lo menos 10 minutos.</li> <li>▶ Conduzca inmediatamente al niño a un centro de salud o un hospital. Si es posible, lleve consigo una muestra del veneno o de la medicina, o del recipiente. Procure que el niño se encuentre lo más rígido y quieto posible.</li> </ul>

