

# Guía de prevención de accidentes domésticos y seguridad vial

## *La familia Segura*



Enséñales a tener cuidado.  
Tú sí puedes prevenir.

# Guía de prevención de accidentes domésticos y seguridad vial

*Este material se encuadra en el convenio de colaboración suscrito entre la Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León y la Fundación Secretariado Gitano (FSG).*



#### Edita:

Fundación Secretariado Gitano  
C/Ahijones s/n  
28018 Madrid  
Telf: 91 422 09 60  
Fax: 91 422 09 61  
E-mail: [fsg@gitanos.org](mailto:fsg@gitanos.org)  
[www.gitanos.org](http://www.gitanos.org)

#### Coordinación Técnica:

Área de Salud FSG  
Nuria Serrano

#### Textos:

FOCO Fomento Comunitario, Sociedad Cooperativa

#### Diseño e ilustraciones:

Oscar Peñate  
[oscarp@ozu.es](mailto:oscarp@ozu.es)

#### Impresión:

A.D.I.

Depósito Legal: GU-82/2008

© FSG

Madrid, 2008

Colección Materiales de Trabajo N°38

Este material es gratuito y queda prohibida cualquier comercialización del mismo.



La Guía de prevención de accidentes domésticos y seguridad vial pretende informarte de las cosas que puedes hacer para evitar que los miembros de tu familia sufran accidentes.

¿Qué puedes hacer para que tu familia esté más segura? ¿Ante qué tienes que estar prevenido? Esta guía te dará ideas para evitar accidentes en casa en la calle y con el coche. Porque, con toda seguridad, es cierto que más vale prevenir.

# LA FAMILIA SEGURA

La familia Segura vive en una bonita casa con una entrada que los más pequeños usan como espacio de juego. La casa tiene una cocina grande en la que comen todos juntos muy a gusto, un salón pequeño pero cómodo, tres habitaciones y un cuarto de baño.

¡Os los vamos a presentar!:



Este es el más pequeño de la casa, se llama Pablo y acaba de cumplir un año. ¡Hay que protegerle porque aún no sabe qué es lo que hace daño!



Carmen tiene dos años y medio, ya sabe algunas cosas pero todavía hay que estar muy pendiente de ella.



Ana tiene cuatro años y ya sabe muchas cosas para estar segura, aunque a veces se olvida de ello y hay que recordárselo.

Juan tiene seis años y juega mucho a hacer el bruto, de hecho tiene una buena cicatriz en una ceja de un día que se cayó.

El padre, **Antonio** y la madre, **Lola** se ocupan por igual de ser seguros y de enseñar a los chicos a serlo, como veréis.

**Luna** es el perro de la familia. Es cariñoso pero cuando le tiran del rabo gruñe que asusta.



Los abuelos paternos **Jose Manuel** y **Juana**, viven con ellos y también colaboran en estar seguros y felices en casa.

Los abuelos maternos viven en Granada, quizá vayamos a verles.



# EVITA RIESGOS INNECESARIOS EN TU SALÓN

## ¿Qué puede ser peligroso en el salón?

- Los bordes y picos de las mesas y muebles, y sus superficies de cristal.
- Los braseros y estufas (de gas, de leña, eléctricos...).
- Las sillas y los sillones, si los niños saltan sobre ellos.
- Las ventanas si los niños se suben a los muebles para mirar.
- Los mecheros, tijeras u otros objetos que puedan quemar, cortar o dañar.



## ¿Qué puedes hacer para prevenir accidentes en tu salón?

- 😊 Protege los picos y bordes de los muebles.
- 😊 No te vayas a dormir dejando encendidas las estufas o el brasero y evita que los niños jueguen con el fuego.
- 😊 Evita que los niños se pongan de pie y salten sobre sillas y sillones.
- 😊 No dejes muebles a los que los niños puedan subirse cerca de las ventanas.
- 😊 No dejes al alcance de los niños objetos con los que puedan hacerse daño, ni tampoco mecheros o cerillas.



# EN LA COCINA, CUIDADO CON LAS QUEMADURAS Y CORTES

## ¿Qué puede ser peligroso en tu cocina?

- Los cuchillos, tijeras y otros objetos cortantes.
- Los electrodomésticos (la nevera, el horno, el microondas, la lavadora...), especialmente si se está descalzo, por el riesgo de electrocución.
- Los fuegos de la cocina.
- El aceite y otros líquidos calientes (por ejemplo, el café).
- La plancha cuando está caliente.



## ¿Qué puedes hacer para prevenir accidentes en tu cocina?

- 😊 Deja los cuchillos u otros objetos cortantes fuera del alcance de los niños.
- 😊 Evita que anden descalzos. No lo hagas tampoco tú.
- 😊 Pon los mangos de las cazuelas y sartenes hacia dentro de la placa, para evitar tropezar con ellos o que los niños puedan alcanzarlos.
- 😊 Muestra a tus hijos cómo estar en la cocina en condiciones seguras. Enséñales poco a poco a usar los distintos utensilios y evita que usen aquellos con los que se puedan dañar.
- 😊 Y nunca dejes solos en la cocina a los más pequeños de la casa.



# EN EL BAÑO, LOS RESBALONES SON FÁCILES DE EVITAR

## ¿Qué puede ser peligroso en el baño?

- La bañera, por los resbalones.
- Dejar a los más pequeños solos en el baño, y especialmente en la bañera.
- Los aparatos eléctricos, sobre todo si estamos mojados.
- Los medicamentos.
- Los productos de limpieza e higiene.



## ¿Qué puedes hacer para prevenir accidentes en tu baño?

- 😊 Pon antideslizantes en la bañera y ¡no dejes nunca solos en ella a los más pequeños!
- 😊 Para usar aparatos eléctricos hay que estar seco y calzado.
- 😊 Supervisa su estado habitualmente.
- 😊 Identifica los medicamentos y los productos de limpieza e higiene. ¡No los pongas nunca en otros botes! Déjalos fuera del alcance de los niños y siempre en el mismo sitio.
- 😊 ¡Ten cuidado con las cuchillas de afeitar!

# TEN CUIDADO TAMBIÉN EN LA ENTRADA Y LAS HABITACIONES

## ¿Qué puede ser peligroso?

- Los objetos pequeños, con los que tus hijos e hijas puedan atragantarse o asfixiarse (botones, monedas, canicas...).
- Las bolsas de plástico, porque los niños pueden jugar a meter la cabeza con el riesgo de asfixiarse.
- Los enchufes y las instalaciones eléctricas en mal estado.
- Dejarnos abierta la puerta de casa y que los pequeños puedan salir solos a las escaleras o a la calle.
- Los animales domésticos, por sus mordeduras.



## ¿Qué puedes hacer para prevenir accidentes?

- 😊 Evita que los niños jueguen con bolsas de plástico, correas y cuerdas.
- 😊 Deja fuera de alcance los objetos pequeños.
- 😊 Protege los enchufes. Evita conexiones y extensiones caseras.
- 😊 Enseña a tus hijos e hijas a tratar a sus animales con cariño, respeto y cuidado. ¡No son juguetes!
- 😊 Procura estar siempre atento a lo que están haciendo los más pequeños de la casa.

# ENTRA Y SAL CON SEGURA

## Los riesgos en el portal y en las escaleras de casa.

- Son muy frecuentes las caídas en las escaleras. Cuando los niños juegan en ellas aumenta el riesgo de accidente.
- También son comunes los resbalones a la entrada y salida del portal (sobre todo si ha llovido).
- Las puertas del portal tienen el peligro de que los más pequeños se pueden pillar. A menudo son de cristal, que puede romperse y cortar.
- El mal uso de los ascensores.



## ¿Qué puedes hacer para prevenir accidentes?

- 😊 Sal con cuidado a la calle.
- 😊 Con los más pequeños, cuidado al bajar y subir escaleras. Evita que tus hijos e hijas corran, salten y jueguen en ellas.
- 😊 No dejes que los niños jueguen con las puertas.
- 😊 No dejes que los niños pequeños utilicen solos el ascensor.
- 😊 Da buen ejemplo a tus hijos e instrucciones claras de seguridad.

# LA CALLE SEGURA

## ¿Qué puede ser peligroso en la calle?

- Los cruces de las calles y el tráfico.
- Las aceras en mal estado.
- Los juegos bruscos y las carreras en las aceras.
- La pintura blanca de los pasos de cebra cuando ha llovido (porque resbala).
- En los parques, los juegos a lo bruto en los columpios, bordillos, bancos...



## ¿Cómo puedes hacer la calle segura?

- 😊 Enseña a tus hijos e hijas a cruzar la calle (por los pasos de cebra, por donde haya semáforos, mirando a los dos lados...)
- 😊 A los más pequeños llévalos siempre de la mano para cruzar.
- 😊 Busca lugares seguros para que tus hijos jueguen. ¡Siempre alejados de la carretera!
- 😊 Evita que corran, salten y jueguen a lo bruto, tanto en las aceras como en los parques.
- 😊 Vigila atentamente lo que hacen tus hijos siempre que estén en la calle.

# DE VIAJE A VER A LOS ABUELOS MATERNOS



Mi Antonio es un hombre **tranquilo, prudente**, que va a su ritmo, sin meterse con nadie. A mí me gusta mucho cómo conduce, me siento Segura.

Es importante **que el coche esté bien cuidado**, así que lo he llevado a revisión, que si los frenos, los neumáticos, los niveles...



Aunque en esta casa conduzco solo yo, mi Lola es una **copiloto** perfecta: pone música, cuida a los niños, atiende el teléfono.

**Es muy importante no distraerse y estar descansado**. Normalmente, cuando hacemos viajes largos, paramos cada dos horas y media, estiramos un poco las piernas y los niños se mantienen más tranquilos.

Además, cuando viajo prefiero **no comer mucho, y sin alcohol** ¡por supuesto!. Ya lo sabes: "¡Si bebes no conduzas!"







**Conducir cuando se ha bebido es una imprudencia.** En la mitad de los accidentes en los que muere gente hay alcohol y drogas ¡Qué penita, qué manera de acabar!

El Manolo siempre dice que tendría que haber más guardias, y yo le digo que no hay que esperar a verlos para andar conojo.



A mi hijo no le gusta nada que llevemos cosas sueltas por el maletero... ¡Anda que como viajábamos antes!

**Todo bien acomodado** porque de un frenazo te puedes clavar la calceta o comer te el jamón.



# EN LA CARRETERA, SENTADOS Y SEGUROS

Ana (4 años) tiene una silla del Grupo II a la que después sólo habrá que quitarle el respaldo y ya será un elevador.

Pablo (1 año) tiene una silla del Grupo 0 que aún le durará hasta el año que viene.



Juan (6 años) usará elevadores (Grupo III) hasta los 12 años.

Carmen (2 años y medio) tiene una silla del Grupo I que le durará hasta los 18 K.

## ¿Cómo puedes conseguir mayor seguridad en los viajes?

- 😊 Utiliza el cinturón de seguridad en los asientos traseros y delanteros del coche. Tres de cada cuatro muertos en carretera estarían vivos de haberlo llevado puesto.
- 😊 Los niños menores de 12 años deben viajar siempre en los asientos traseros y convenientemente sujetos incluso en los trayectos cortos ¡Nunca en brazos!
- 😊 Busca en las tiendas la silla o elevador que debes usar para llevar a tus pequeños. Depende de su edad y de su peso.
- 😊 Cuida y revisa los neumáticos, frenos, luces, espejos y niveles del vehículo.
- 😊 Coloca los bultos (maletas, cajas...) siempre en el maletero y aíslalos de la parte en la que viajan las personas.



# CONDUCCIÓN SEGURA

Pues fíjate, el otro día me decía María, la de Carlos, que a ella le da cosa ponerse el cinturón cuando va por la ciudad (al mercadillo, al empleo...). No quiere que su marido piense que no se fía de él.

Pues yo me monté el otro día con él y lo primero que hice fue ponerme el cinturón, ya ves tú. Hasta que les pase algo y ya verás como luego se lo ponen.



## ¿Cómo puedes reducir los riesgos de la conducción?

- ☺ Respetar los límites de velocidad y conducir más despacio si llueve o hay niebla, nieve o hielo, o si es de noche. La tercera parte de los accidentes se deben a la velocidad.
- ☺ Tener cuidado en los adelantamientos. En las carreteras de doble sentido es donde se producen 7 de cada 10 accidentes mortales.
- ☺ Aumentar la distancia con el coche de delante en condiciones difíciles (lluvia, niebla, tráfico denso, etc.)
- ☺ No distraerse poniendo música, fumando, hablando por teléfono o mirando el paisaje. Pide ayuda al copiloto o detente.
- ☺ No conducir con sueño, cansado o mal humorado. Párate y descansa.
- ☺ No conducir si has bebido.



Fundación Secretariado Gitano  
C/Ahijones s/n  
28018 Madrid  
Telf: 91 422 09 60  
Fax: 91 422 09 61  
E-mail: fsg@gitanos.org  
www.gitanos.org



Elaborado por:



Financiado por:

