

REPUBLICA DE COLOMBIA
MINISTERIO DE SALUD
Dirección de Participación de la Comunidad

UNIDAD
EDUCATIVA
No. 9

PREVENCION DE ACCIDENTES E INTOXICACIONES

LIBRARY
Reference Centre
for Community Health Services



LA MAYORIA DE LOS
ACCIDENTES OCURREN POR
DESCUIDO O IMPRUDENCIA.
EVITELOS.

144-817A-1511-10

Indicaciones Generales

En la casa suceden muchos accidentes que ocasionan daños permanentes a las personas, incapacidad para trabajar y a veces hasta la muerte.

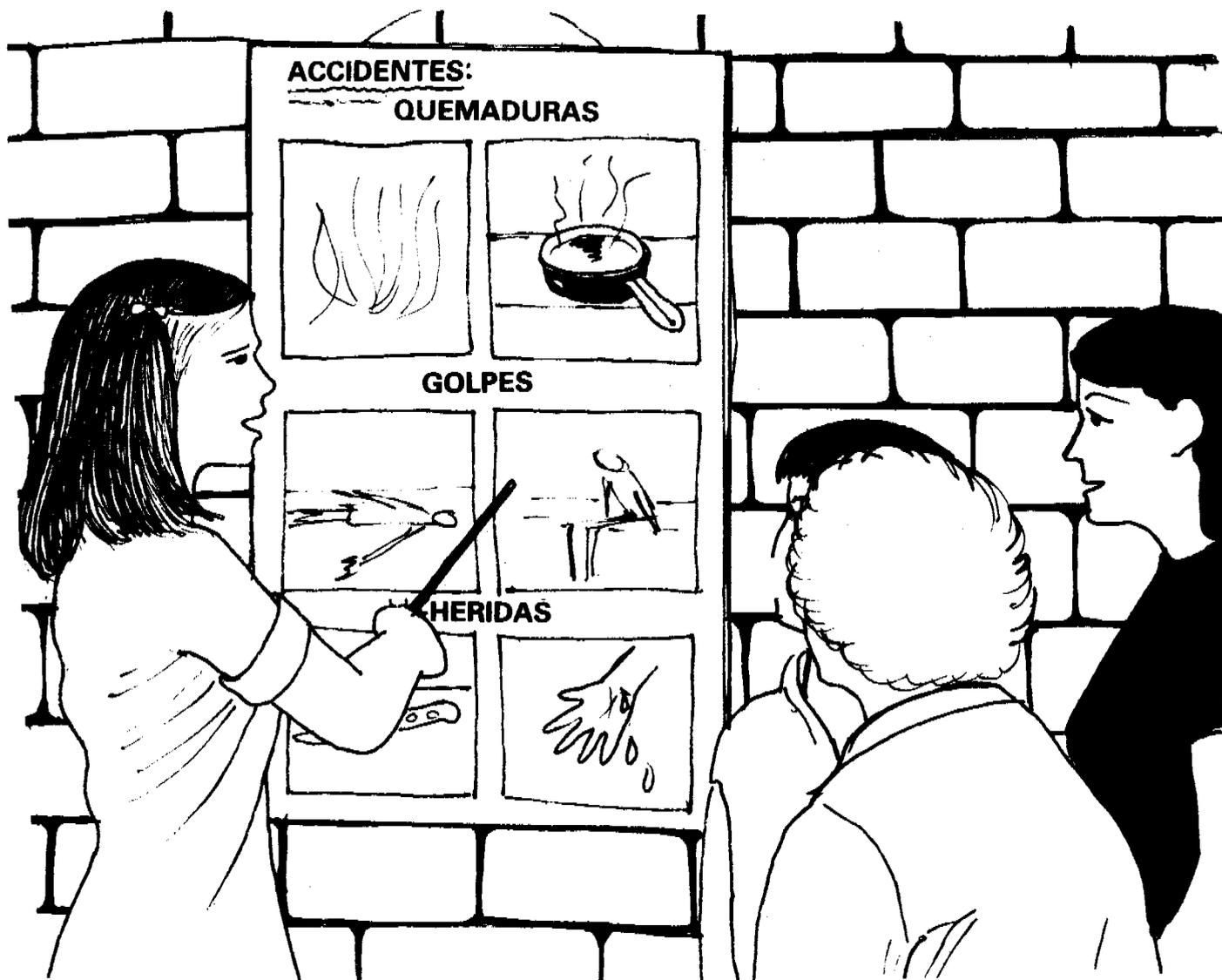
En esta Unidad Educativa encontrará:

1. **QUE DEBEMOS ENSEÑAR.** Sobre los accidentes más comunes, sus causas y la manera de evitarlos; son conocimientos sencillos que usted puede enseñar a la gente de su comunidad.
2. **GUIA PARA ENSEÑAR.** Son las indicaciones que le sugerimos y que usted puede utilizar para enseñar mejor sobre este tema.
También tendrá 3 láminas que puede utilizar para las explicaciones. Revise las indicaciones sobre el uso de las láminas que aparecen en la 1a. parte de este manual.

Indicaciones Generales

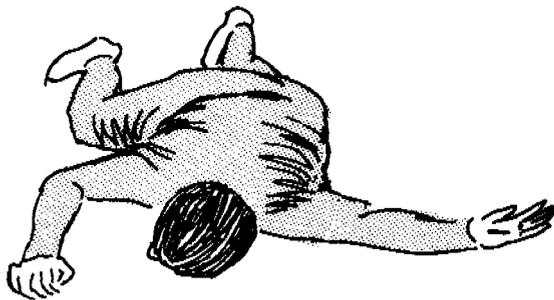
ENSEÑAMOS ESTE TEMA PARA:

QUE LA COMUNIDAD APRENDA CUALES SON LOS ACCIDENTES MAS COMUNES, LAS CAUSAS QUE LOS PRODUCEN Y PRACTIQUE LA MANERA DE EVITARLOS.



Qué debemos enseñar...

LOS ACCIDENTES MAS COMUNES SON:



CAIDAS



GOLPES



QUEMADURAS



ENVENENAMIENTOS



AHOGAMIENTOS



MORDEDURAS DE ANIMALES.

La mayoría de accidentes ocurren por descuido e imprudencia.

Qué debemos enseñar...

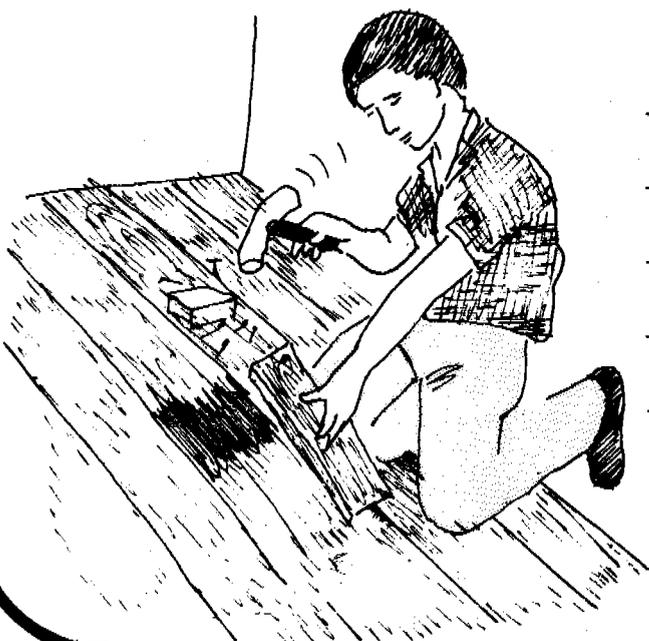
CAIDAS Y GOLPES

Las caídas y los golpes pueden ocurrir por:

- Dejar tirados paquetes, zapatos, escobas, cáscaras, basuras u otros objetos.
- Tener pisos y escaleras en mal estado.
- Dejar los pisos demasiado lisos o con charcos de agua.
- Jugar en sitios peligrosos.



PARA EVITAR LAS CAIDAS Y LOS GOLPES DEBEMOS TENER EN CUENTA



- No colocar objetos pesados en lugares donde se puedan caer fácilmente.
- Mantener libres de objetos y con buena luz los corredores y las escaleras.
- Las gradas y pisos que se dañen deben ser arreglados rápidamente.
- Alumbrar siempre los sitios por donde se va a caminar de noche.
- Se debe enseñar a los niños sobre el peligro que representa subirse en sitios altos, como árboles, por las caídas y golpes que pueden ocurrir.

Qué debemos enseñar...

QUE DEBEMOS HACER EN CASO DE CAIDAS Y GOLPES?



Si tenemos que mover una persona que se ha caído, debemos ponerlo sobre una tabla dura, tener cuidado de no doblar la espalda ni el cuello y coger con cuidado las piernas y los brazos, que pueden estar partidos.

Los malos movimientos de la espalda y el cuello pueden dejar a las personas paralizadas.

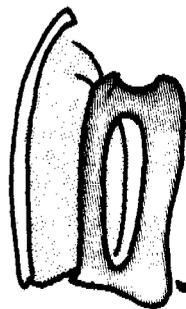
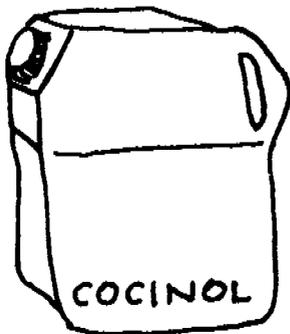
En ocasiones, después de un golpe grave la persona se enfría, por eso debe cubrirse con una cobija o manta para mantenerlo caliente.

Buscar enseguida a la Promotora.

QUEMADURAS

Las quemaduras pueden ser producidas por:

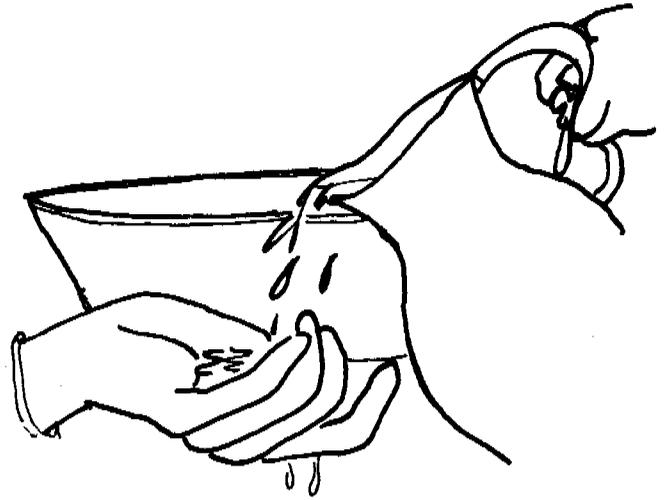
- Agua caliente
- Comidas calientes.
- Objetos calientes.
- Pólvora mal utilizada.
- Manteca o aceite caliente.
- Gasolina o Cocinol que explotan.
- Velas encendidas.
- Fuego.



Qué debemos enseñar...

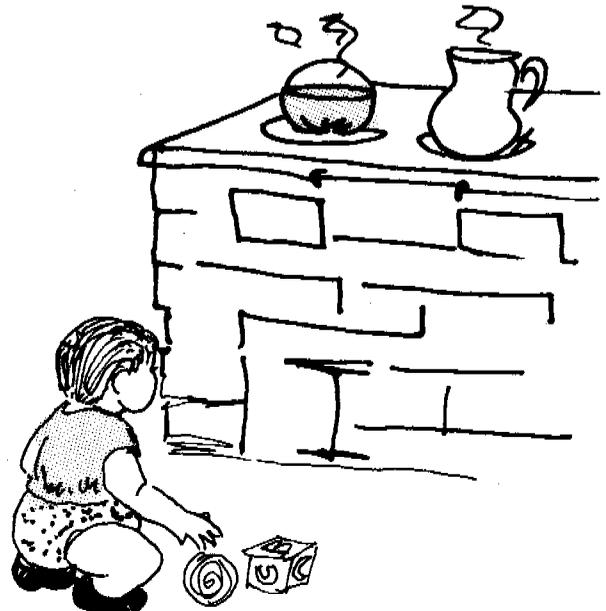
COMO PODEMOS EVITAR LAS QUEMADURAS?

- Al bañar un niño con agua tibia , tocar el agua antes para no quemarlo.
- Probar los teteros y comidas del niño para evitarle quemaduras.
- No dejar niños pequeños solos en la cocina.



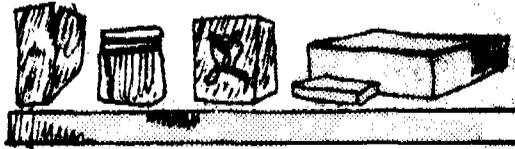
- No dejar la plancha caliente al alcance de los niños.
- La estufa nunca debe quedar prendida cuando hay niños solos en la casa.
- Enseñar a los niños el peligro del fuego porque pueden quemarse.
- No dejar ollas con agua o comidas calientes en el suelo o cerca de los niños.

- Nunca cocinar en el suelo sino en una estufa u hornilla alta para evitar que los niños se acerquen al fuego.
- Las agarraderas de las ollas deben quedar sobre la estufa para no tropezarse con ellas y quemarse.



Qué debemos enseñar...

SI EVITAMOS LOS INCENDIOS ESTAMOS EVITANDO LAS QUEMADURAS



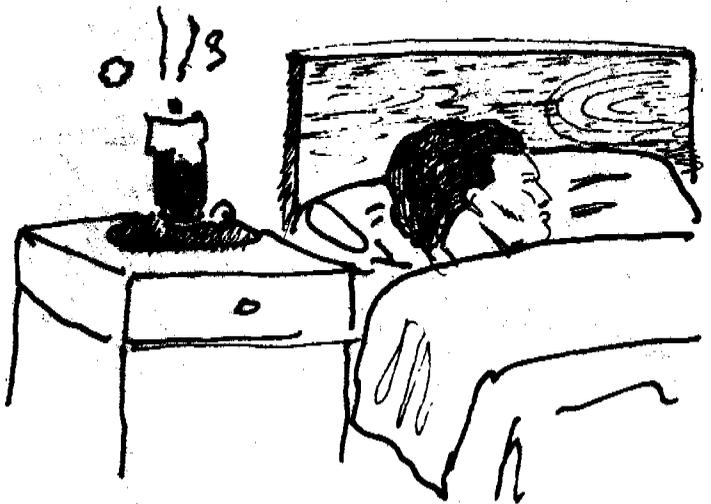
No se deben dejar fósforos al alcance de los niños.

La gasolina, el cocinol, el gas, el ACPM, el varsol, tinner, aguarrás prenden muy fácil, por eso deben mantenerse siempre tapados y lejos del alcance de los niños.

No debe guardarse la estufa con gasolina o cocinol, ni llenar el tanque cuando está prendida porque puede estallar.

El uso de las veladoras es una costumbre peligrosa, nunca deben dejarse prendidas cuando hay niños solos en la casa o no hay nadie.

Las lámparas y las velas se deben apagar antes de acostarse.



Los cables de estufas, neveras, radios deben mantenerse en buen estado.

Los aparatos eléctricos deben desconectarse agarrando bien el enchufe para evitar cortocircuitos.

Las **QUEMAS** deben hacerse lejos de la casa y de los árboles.

Qué debemos enseñar...

QUE DEBE HACERSE EN CASO DE QUEMADURAS?

En caso de quemaduras debe aplicarse agua fría inmediatamente.

El agua que se utiliza para quemaduras y heridad debe estar siempre hervida fría.

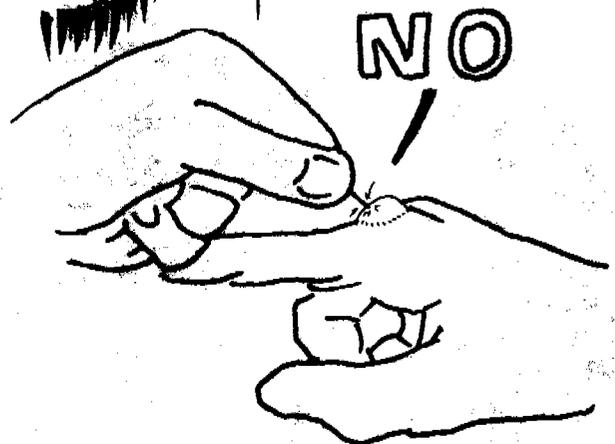
AGUA HERVIDA Y FRIA



Sí la quemadura es pequeña puede dejarse descubierta para que sane rápido.

No se debe aplicar nada sobre la quemadura. Cuando se echa café, tinta, arena u otras cosas, la quemadura se infecta y demora mucho por sanar.

No se deben reventar las ampollas.



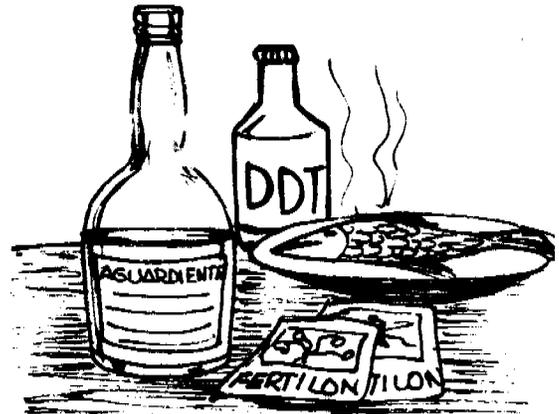
CUANDO LA QUEMADURA ES EN TODA LA MANO SE DEBE CONSULTAR A LA PROMOTORA.

Qué debemos enseñar...

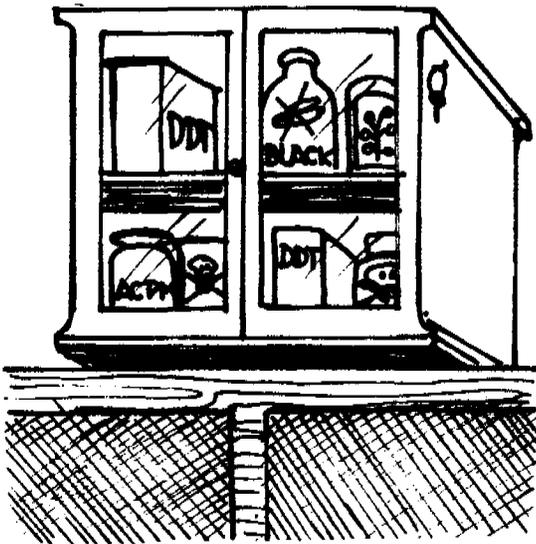
INTOXICACIONES O ENVENENAMIENTOS

Las intoxicaciones pueden ser causadas por:

- Plaguicidas.
- Fertilizantes y abonos.
- Humo de carbón mineral en las cocinas
- Alimentos descompuestos o dañados.
- Bebidas alcohólicas adulteradas o falsificadas.



COMO EVITAR LAS INTOXICACIONES?

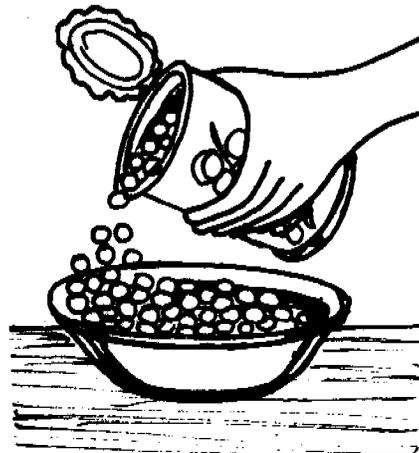


Dejar los plaguicidas, abonos y remedios en los tarros en que vienen, con el nombre o etiqueta para no confundirlos y guardarlos separados de los alimentos.

Los alimentos que no tengan su olor normal, que tengan sabor ácido o avinagrado no se deben comer porque producen diarreas, cólicos y pueden dañar el estómago.

Cuando se consumen alimentos enlatados no deben dejarse en la lata porque se dañan.

Los preparados caseros que se fermentan para tomar en las fiestas pueden producir intoxicaciones **TENGA CUIDADO!**



Qué debemos enseñar...

Revolver licores con otras sustancias es peligroso, pueden ocurrir intoxicaciones, ceguera y hasta la muerte.

AL COMPRAR UN LICOR SE DEBE REVISAR QUE TENGA LA ESTAMPILLA.

Lavar siempre los alimentos antes de consumirlos para quitarles restos de plaguicidas que pueden envenenar a las personas.

No echar sustancias tóxicas en botellas de gaseosa porque puede haber equivocaciones.



Cuando se fumiga una casa debemos tener las siguientes precauciones:

Tapar muy bien los alimentos.

Tapar las vasijas de preparar y servir alimentos.

Apagar fogones.

Sacar a los niños al menos mientras se echa el veneno y dejar pasar un rato.

Cuidar de no untar ropas, cobijas, y sábanas porque al respirar el veneno directamente podemos intoxicarnos.



Cuando el médico ordene una medicina se deben escuchar bien las recomendaciones, para no cometer errores porque pueden ocurrir intoxicaciones.

Cuando a una persona se le da más cantidad de remedio de la que el médico ha indicado, puede enfermarse más y hasta morir.

Todos los remedios que sobran cuando se acaba un tratamiento no deben volver a utilizarse sin autorización de la Promotora o del Médico, porque después de destapadas y usadas se pasan y pueden hacer daño.



Qué debemos enseñar...

QUE DEBE HACERSE EN CASO DE INTOXICACION O ENVENENAMIENTO,

Averiguar cuál fué la causa del envenenamiento. Sí la persona se ha intoxicado con una sustancia ácida debe dársele leche de magnesia o bicarbonato disuelto en agua para mermar el daño que hace el ácido en el estómago.



Sí la persona se ha intoxicado con lejía, soda cáustica o detergentes, debe dársele vinagre o jugo de limón.

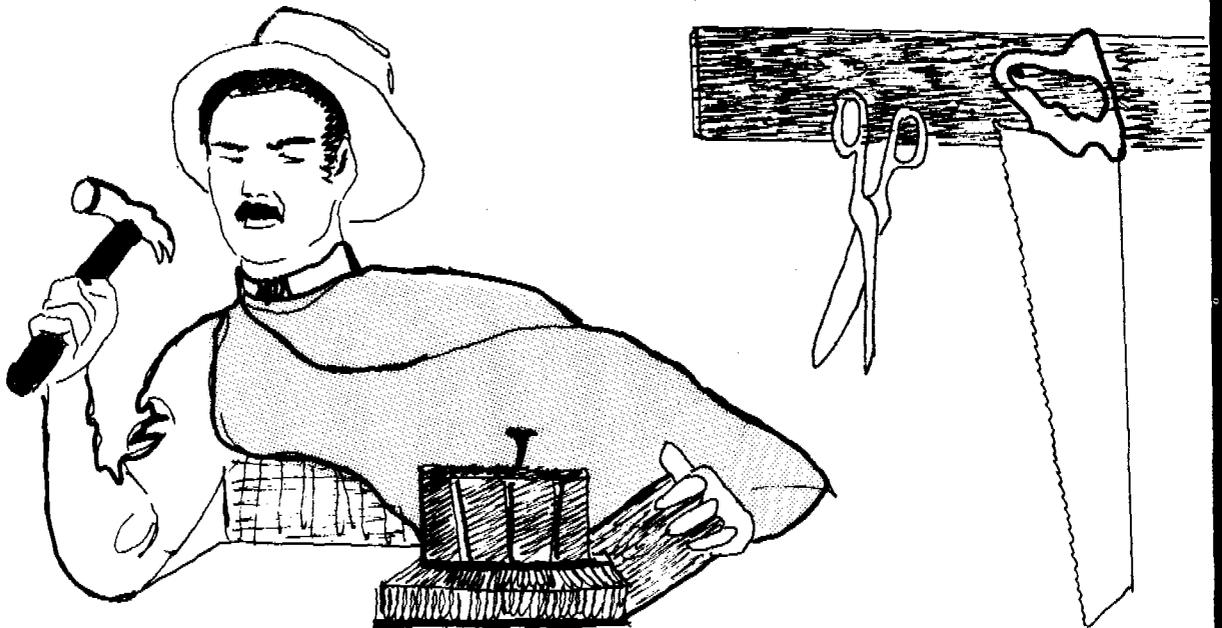
CUANDO UNA PERSONA SE INTOXICA O ENVENENA SIEMPRE SE DEBE COMUNICAR A LA PROMOTORA O AL CENTRO DE SALUD MAS CERCANO PARA QUE LE INDIQUEN EL TRATAMIENTO PORQUE LOS VENENOS SON MUY DIFERENTES Y NECESITAN TRATAMIENTOS DISTINTOS.

Qué debemos enseñar...

HERIDAS

LAS HERIDAS PUEDEN SER OCASIONADA POR:

- Objetos cortantes como cuchillos, cuchillas de afeitar, machetes, serruchos, tijeras, navajas.
- Objetos penetrantes como clavos, espinas, tijeras, agujas, varillas.
- Vidrios.
- Armas de fuego como pistolas, escopetas.



COMO EVITAR LAS HERIDAS?

Es necesario conocer el uso correcto de los objetos y utilizarlos bien.

Mantener fuera del alcance de los niños todos los objetos cortantes ó penetrantes con que ellos puedan herirse.

Los vidrios flojos o ya partidos deben asegurarse o cambiarse.

Todos los objetos de lata o vidrio deben enterrarse.

Las tablas tiradas con puntillas que sobresalen son un peligro. Clávelas bien o saque las puntillas.

Las armas de fuego como escopetas y pistolas nunca deben dejarse al alcance de los niños, ni limpiarlas o arreglarlas delante de ellos porque después solos pueden hacer lo mismo y así es como ocurren accidentes.

Qué debemos enseñar...

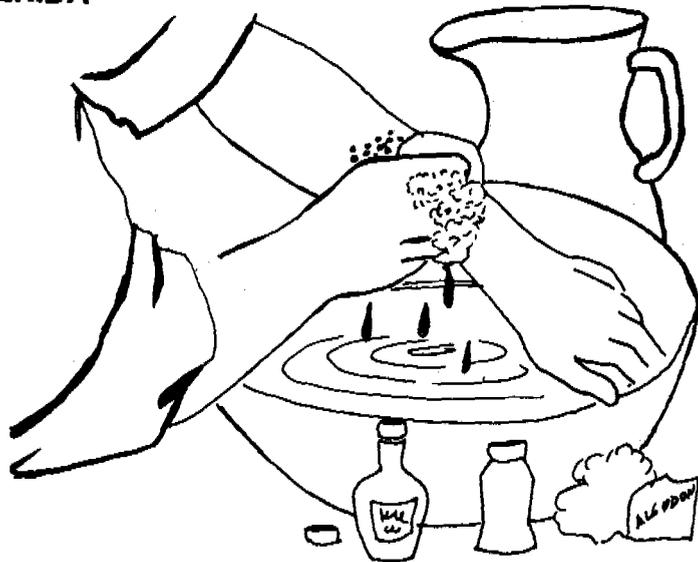
QUE DEBE HACERSE EN CASO DE UNA HERIDA

SI ES UNA HERIDA PEQUEÑA Y POCO PROFUNDA

Se debe lavar muy bien con agua hervida y jabón para sacar toda la mugre como tierra, astillas, arena que pueden causar infección.

Debe usarse jabón de baño y no jabones fuertes.

Después se puede echar mertiolate.



SI ES UNA HERIDA GRANDE Y PROFUNDA

Se debe llevar rápido el herido donde la Promotora o al Centro de Salud más cercano.

Si la herida es en los pies o piernas como en el caso de la vena várice y sangra mucho se debe acostar al herido, levantar un poco las piernas, para que no siga sangrando, hasta que lo atienda la Promotora o lleguen al Centro de Salud.

Si la herida es en cualquier otra parte del cuerpo y está botando mucha sangre hacer presión en la parte de la herida con un trapo limpio doblado, que se sostiene con la palma de la mano taponando hasta que llegue la Promotora o se llegue al Centro de Salud más cercano.

TODAS LAS HERIDAS ESPECIALMENTE LAS QUE SE HACEN CON OBJETOS OXIDADOS PUEDEN DEJAR ENTRAR EL MICROBIO QUE PRODUCE LA ENFERMEDAD DEL TETANOS.

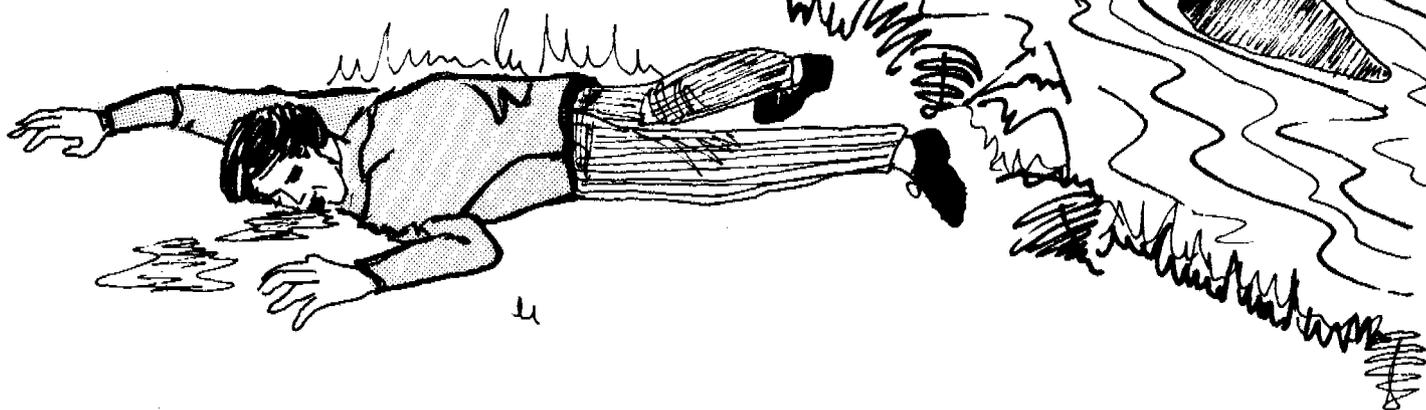
ES IMPORTANTE QUE TODAS LAS PERSONAS QUE TRABAJAN EN EL CAMPO SE HAGAN VACUNAR CONTRA EL TETANOS.

NO OLVIDE TAMBIEN HACER VACUNAR SUS NIÑOS CONTRA ESTA ENFERMEDAD.

Qué debemos enseñar...

AHOGAMIENTOS Y ASFIXIA

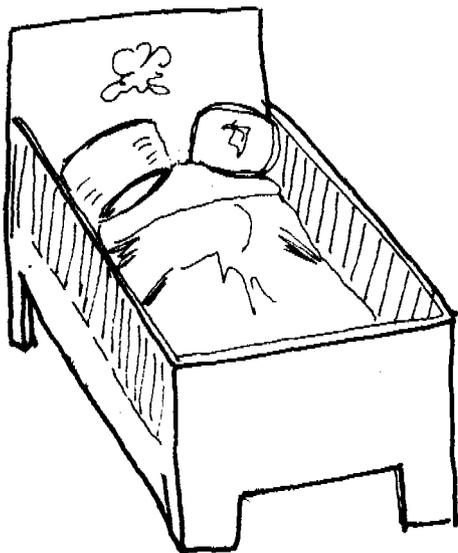
Las personas se pueden asfixiar por falta de aire en los pulmones o porque les entra aire envenenado.



LAS CAUSAS MAS FRECUENTES DE AHOGAMIENTOS Y ASFIXIA SON:

Respiración de humo o gases en cuartos cerrados.

Cuerpos extraños u objetos que se van por la nariz o la boca y tapan la entrada de aire a los pulmones.



Entrada de mucha agua u otros líquidos por la nariz y la boca y se llenan los pulmones. Esto puede suceder en piscinas, tanques, aljibes, ríos, quebradas, o en el mar.

Quedar muy tapados con cobijas, o trapos, almohadas especialmente los niños.

Qué debemos enseñar...

COMO EVITAR LOS AHOGAMIENTOS Y LA ASFIXIA?

Cuidar que los niños pequeños no se acerquen solos a piscinas, aljibes, ríos, quebradas, tanques.

No dejar cobijas pesadas o almohadas grandes cuando el niño duerme porque puede ahogarse con ellas.

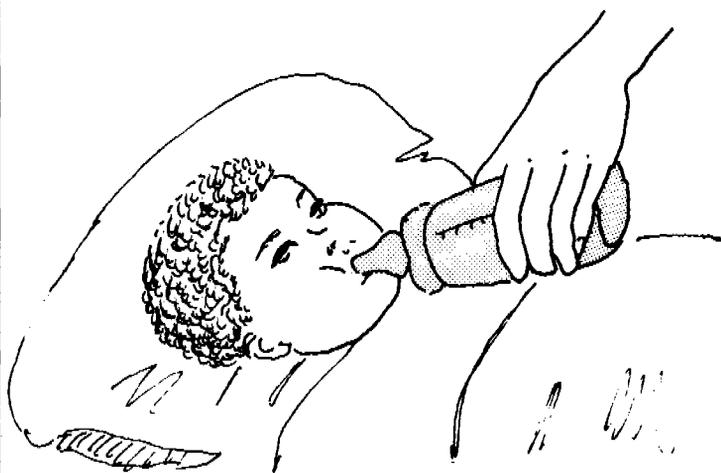
No dejar al alcance de los niños pepas de frutas, bolas, frijoles, lentejas, maíz, botones, monedas porque las llevan a la boca o nariz y pueden ahogarse.



Nunca dejar que el niño se tome solo el biberón, porque la leche se puede ir a los pulmones.

En cuartos pequeños donde duermen muchas personas se debe dejar alguna ventana abierta, para que entre aire.

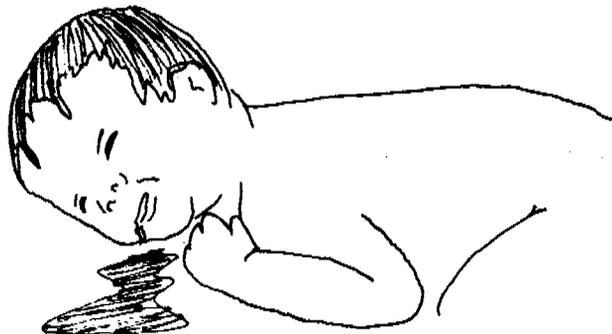
Cuidado con las bolsas de plástico porque el niño puede ponérselas y asfixiarse.



QUE HACER EN CASO DE AHOGAMIENTO O ASFIXIA,

En caso de niños ahogados con pepas o líquidos se coge el niño por los pies, se levanta se le dan unas palmadas en la espalda para que salga lo que tiene atravesado.

Cuando es una persona que se estaba ahogando en el agua se debe sacar primero toda el agua del cuerpo para facilitarle la respiración.

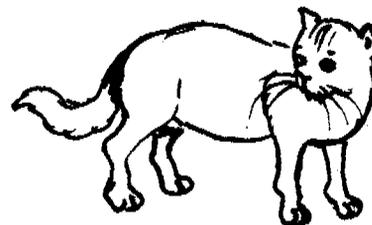


TODO CASO DE ASFIXIA O AHOGAMIENTO GRAVE DEBE SER ATENDIDO POR UN MEDICO.

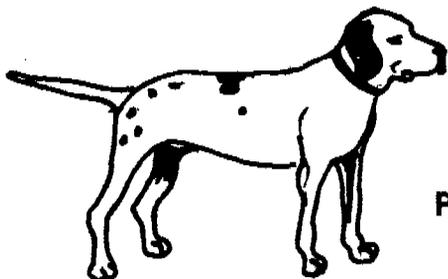
Qué debemos enseñar...

MORDEDURAS DE ANIMALES

Los animales que por estar más cerca del hombre lo pueden morder son:



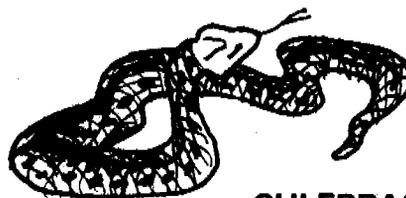
GATOS



PERROS



RATONES



CULEBRAS

QUE HACER PARA EVITAR LAS MORDEDURAS

- Usar botas altas cuando se trabaja en el campo de rastrojos o lugares cenagosos para protegerse contra la mordedura de culebras.
- Usar trampas para acabar con los ratones.
- No dejar restos de comida, ni huecos en los rincones que puedan convertirse en criaderos de ratones.
- Hacer vacunar los perros y los gatos contra la peste de rabia.

No se debe permitir demasiada confianza entre los niños y los animales.



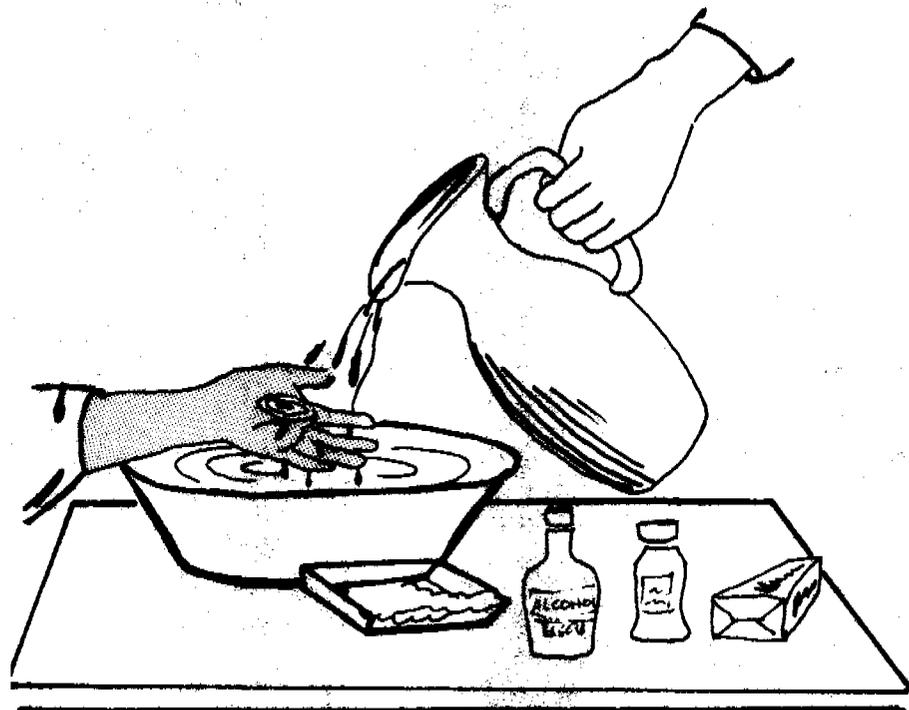
Qué debemos enseñar...

QUE HACER EN CASO DE MORDEDURAS

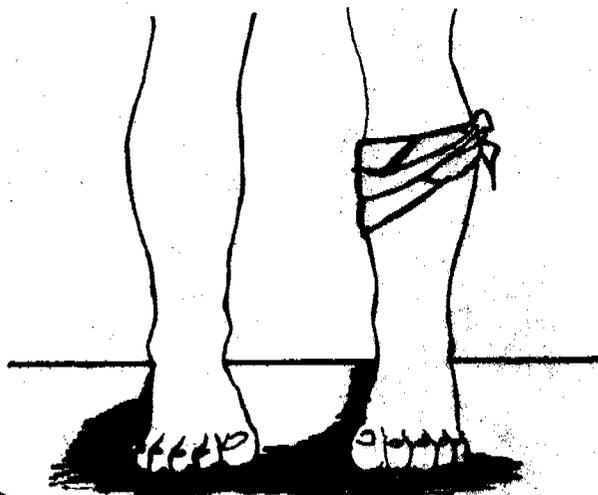
EN CASO DE MORDEDURAS DE PERROS O GATOS:

Lo primero que se debe hacer es averiguar si el animal estaba vacunado.

Lavar la herida muy bien con bastante agua hervida y jabón.



EN CASO DE MORDEDURA DE CULEBRA:

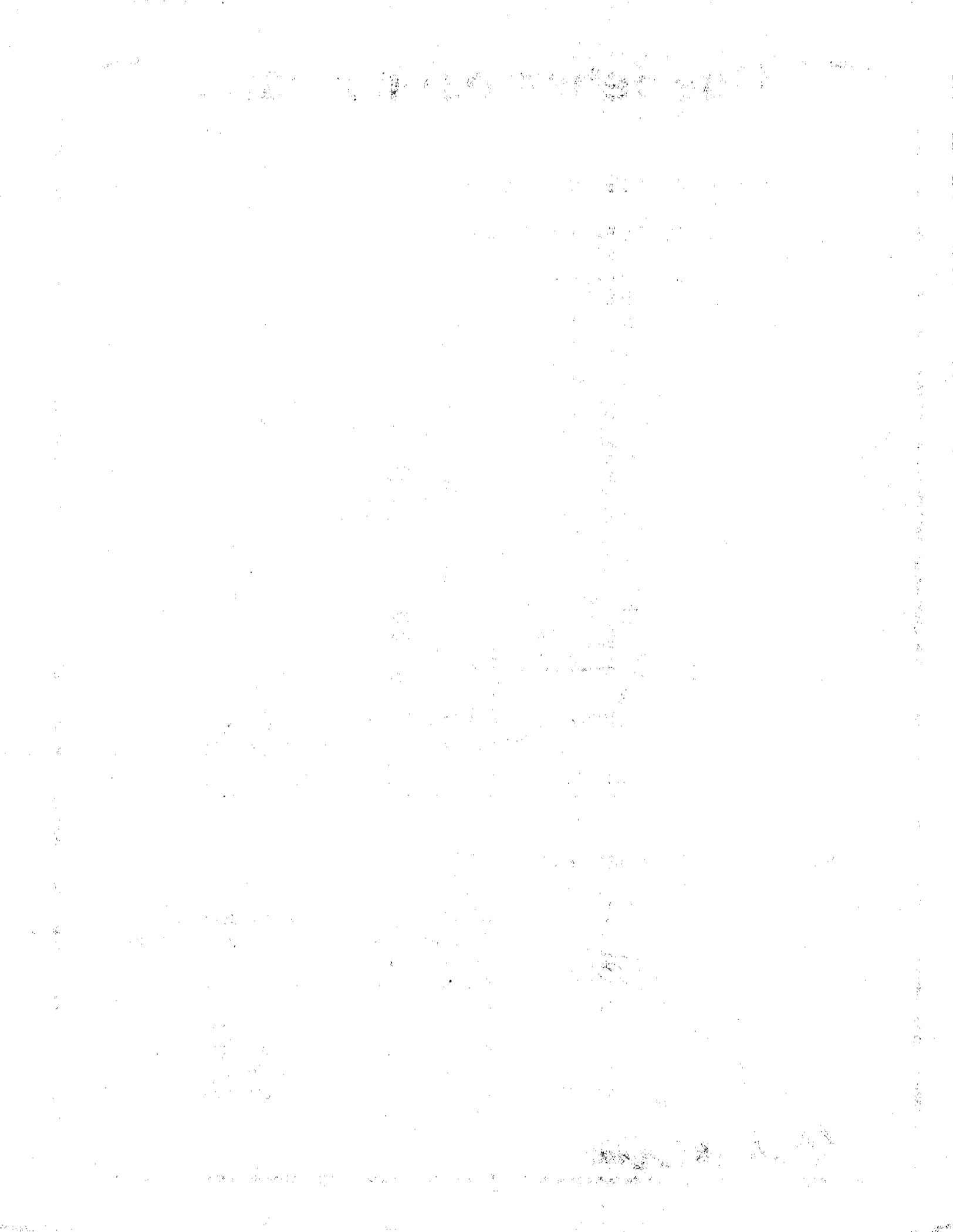


No se debe mover la parte afectada.
Detener la circulación para que el veneno no se vaya por la sangre.

No utilizar unturas como tierra, cenizas y otras.

No echar hielo.

No dar drogas o licores de ninguna clase.
Llevar al paciente rápido donde el médico, para que le ponga la inyección contra el veneno de la serpiente.



Guía para enseñar

Usted puede enseñar sobre los accidentes más comunes en sus visitas domiciliarias o en charlas en la escuela o a la comunidad.

No olvide que prevenir es mejor que curar, si usted enseña a prevenir accidentes en su comunidad está haciendo muchísimo por la salud de todos.



Es un tema que se puede enseñar a los adultos para ayudarles a prevenir accidentes de sus hijos, y es de interés para los niños cuando se les puede enseñar sobre muchos peligros y cómo evitarlos.

Guía para enseñar...

Cuando atiende un caso de accidente en su comunidad, enseñe a los familiares y al paciente no sólo sobre los cuidados que deben tener para este caso, sino también sobre cómo evitar que vuelva a suceder y sobre otros peligros que pueden presentarse.

Revise muy bien la parte **QUE DEBEMOS ENSEÑAR** de esta unidad allí encontrará algunas ideas sobre cómo prevenir accidentes.



Inicie la charla sobre accidentes preguntando a los asistentes:

QUE ACCIDENTES HAN SUFRIDO USTEDS O SUS FAMILIARES?

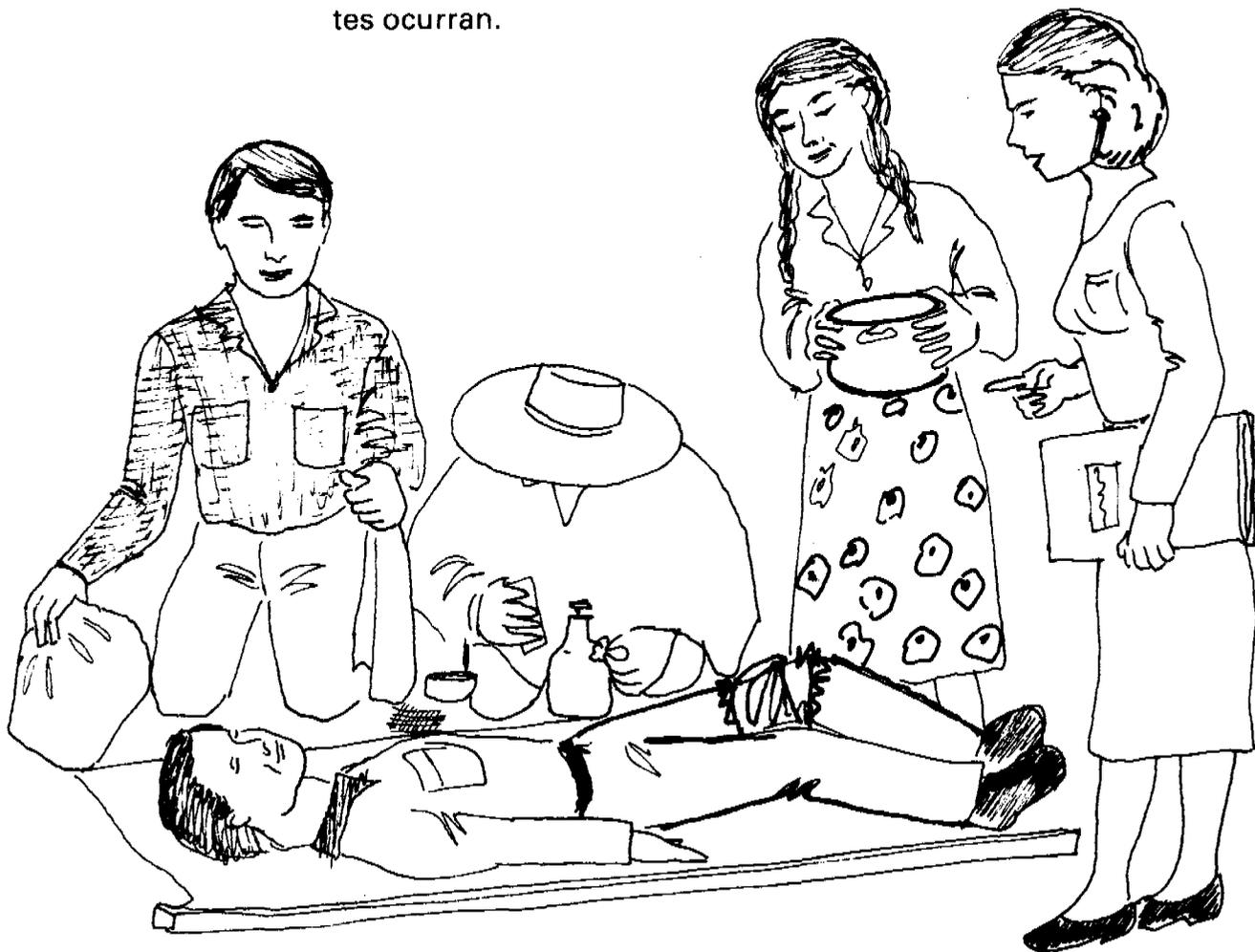
Permita que varias personas cuenten sobre sus experiencias, luego tome una de las narraciones que coincida con el tema que usted va a enseñar. Si usted por ejemplo ha escogido para hablar en la charla de las quemaduras y si una de las experiencias que contaron fue sobre quemaduras pregunte más detalles del accidente así: **QUE HICIERON? DONDE LLEVARON AL ENFERMO? QUE LE HICIERON? QUIEN LE HIZO LAS CURACIONES?**

En las respuestas que le dan puede haber muchas cosas correctas y otras incorrectas que usted puede utilizar para enseñar.

En medio de las preguntas y respuestas usted puede ir enseñando. No deje para enseñar todo al final, enseñe como una conversación agradable, donde todos disfrutan de la charla.

Guía para enseñar...

También puede hacer una representación sobre un accidente, por ejemplo: de una caída con fractura en una pierna, uno de los participantes puede hacer de accidentado, otros de familiares y vecinos y otra persona el papel de promotora. Después de la representación y teniendo en cuenta lo que hizo cada uno, usted puede enseñar sobre la forma correcta de actuar en estos casos. insista en la forma de evitar que estos accidentes ocurran.



En esta misma forma usted puede enseñar sobre todos los demás temas de esta unidad.

Las láminas de esta Unidad son:

Lámina No. 1: Sobre Golpes y Quemaduras.

Lámina No. 2: Sobre Envenenamientos y Heridas.

Lámina No. 3: Sobre Ahogamientos y mordeduras.