

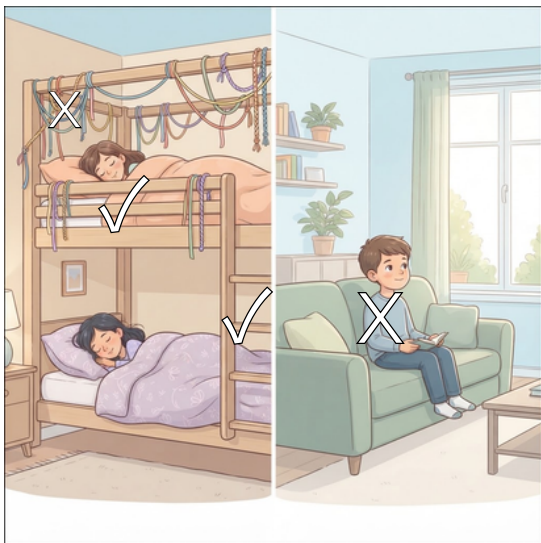
Prevenió d'accidents infantils (lesions no intencionals) 7-14 anys

Els accidents més freqüents en els infants d'aquestes edats, sovint estan relacionats amb l'exploració, l'activitat física intensa, l'esport i els desplaçaments.

El paper de la família, a part de crear un entorn físicament segur, també ha d'ensenyar habilitats i conductes segures que els permetin prendre decisions responsables i ser conscients dels riscos potencials en diferents contextos (casa, carrer, esport i entorn digital).



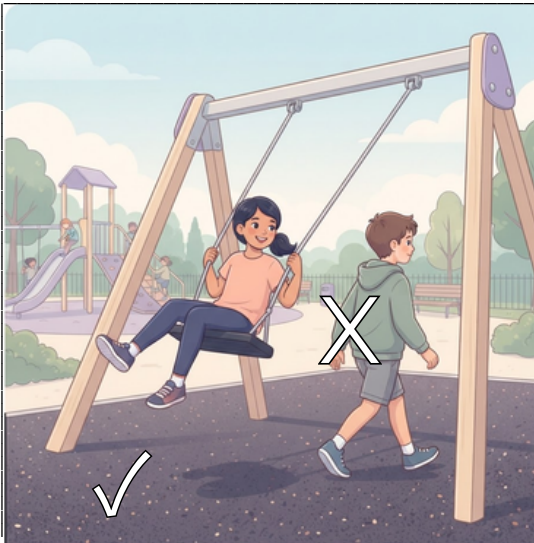
- Mantenir els mànecs de paelles i olles cap a dins.
- Ensenyar a manipular aparells elèctrics o fogons amb supervisió.
- Explicar el perill dels encenedors i els mistos, i establir una ruta d'evacuació en cas d'incendi.
- Mantenir els productes de neteja, medicaments, productes químics i alcohol en el seu envàs original i fora del seu abast, fins i tot si ja és major.



- Si s'usen lliteres per dormir comprovar que:
 - estiguin homologades
 - el somier superior estigui molt bé subjecte perquè no es pugui desplaçar i caure
 - el llit superior tingui barana protectora
 - l'escala estigui ben subjecta
- Evitar que menors de 6 anys dormin en el llit superior.
- No posar cordes, cordons i cintes amb finalitats recreatius en les lliteres, són un perill afegit.
- No deixar a menors de dotze anys tot sols a casa, hi ha més risc d'accidents.



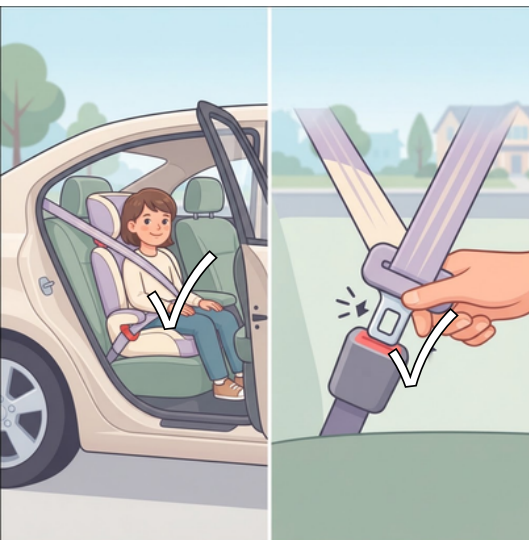
- Explicar la regla de banyar-se (piscines, platges...) sempre en companyia, fins i tot si saben nedar bé.
- Respectar les banderes a la platja i les zones senyalitzades en les piscines.
- Educar sobre els perills dels corrents i les zones poc profundes.
- Evitar l'exposició al sol durant les hores de major intensitat (entre les 12 i les 16 hores).
- Usar protector solar d'ampli espectre amb un factor de protecció mínim de 30 en les exposicions solars.



- Assegurar-se que juguen en zones que la superfície sigui adequada (gespa o cautxú).
- Que la zona disposi de jocs aptes per a la seva edat.
- Evitar que es pugui a estructures inestables.
- Recordar-los que és perillós passar per darrere o per davant de gronxadors o altres elements en moviment, ja que poden provocar lesions o donar-los un cop.



- Ensenyar-los les normes bàsiques de seguretat viària i a travessar el carrer.
- Si van amb bicicleta, monopatí, patins i/o ciclomotor, han de portar sempre posat un casc adequat i roba reflectora, i evitar les hores en què hi hagi menys visibilitat.
- Comprovar que usen l'equip de protecció adequat, si fan algun esport, (cascos, armilles, genolleres, calçat adequat, etc.) i explicar-los per què és important el seu ús.



- En el cotxe, emprar sempre les cadires infantils o sistemes de retenció homologats i adaptats a la seva altura. Explicar-los la utilitat d'aquests dispositius en tots els desplaçaments.
- Sempre que sigui possible han d'entrar i sortir del cotxe per la porta més pròxima a la vorera
- No deixar-los mai tot sols dins del cotxe, podrien sofrir un cop de calor, fins i tot si les temperatures no són excessivament altes.
- Més informació: <https://www.dgt.es/muevete-con-seguridad/viaja-seguro/con-ninos/>

- **Telèfon d'emergències:** 112.
- **Telèfon del Servei d'Informació Toxicològica:** 915 620 420.