Take Safety Home Meeting Kit – Spanish



QUÉ ESTÁ EN RIESGO

POR QUÉ DEBE LLEVAR LA SEGURIDAD A CASA

Las posibilidades de sufrir daños no se acaban por dejar el trabajo.

CUÁL ES EL PELIGRO

Muchos de los mismos peligros siguen presentes: caídas, fuego, electricidad, productos químicos, herramientas, etc. De hecho, organizaciones estadísticas como la Oficina de Estadísticas Laborales y el Consejo Nacional de Seguridad sitúan los resbalones, los tropezones y las caídas entre las tres principales causas de lesiones tanto en el hogar como en el lugar de trabajo.

COMO PROTEGERSE

CONSEJOS PARA LA PREVENCIÓN DE LESIONES EN EL HOGAR

Cómo prevenir las intoxicaciones

- Guarde los productos de limpieza de forma segura y fuera del alcance de los niños.
- No utilice recipientes de comida para almacenar materiales peligrosos.
- Etiquete claramente todos los recipientes de líquidos sin marcar.
- Instale un detector de monóxido de carbono para controlar los niveles en su casa.
- No mezcle nunca productos de limpieza del hogar, especialmente lejía y amoníaco (crean gases tóxicos).
- Tenga cuidado al tomar y guardar los medicamentos. Guarde los medicamentos en un lugar seguro inmediatamente después de usarlos.
- Vigile los calentadores y las chimeneas. Hágalos limpiar cada año antes de los meses de frío.
- Vigile a los niños cuando estén en la cocina. No los deje sin vigilancia cerca de estufas, microondas u hornos.
- Coloque el número de teléfono del centro de control de intoxicaciones en su cocina. Esto incluye la nevera y el teléfono.

Cómo prevenir las caídas

- Despeje el desorden. Esto es crucial para prevenir las caídas.

- Desháguese de las alfombras. Los tropiezos con ellas ocurren si no quiere deshacerse de sus alfombras.
- Escaleras seguras. Coloque una barrera en la parte superior de la barandilla y proporcione pasamanos adecuados a ambos lados de la escalera. En el caso de los niños pequeños, coloque puertas de seguridad en la parte superior e inferior de las escaleras.
- Seguridad en el baño. Coloque barras de sujeción y alfombrillas antideslizantes en el baño y la bañera.
- Ilumina. Instale suficiente iluminación y luces nocturnas en el baño.
- Utilice zapatillas o zapatos con suela de goma.

Cómo prevenir el atragantamiento y la asfixia

- Vigile siempre a los niños. Es fácil que los niños se atraganten o asfixien con cosas pequeñas, especialmente con sus propios juguetes.
- Mantenga las bolsas de basura y otras bolsas de plástico fuera del alcance de los niños.
- Mantén los hilos, cuerdas y cordones fuera del alcance de los niños.
- Practique la seguridad al acostar a los bebés.
- Vigile a los niños durante la hora de la comida. Enséñeles la forma correcta de masticar y comer los alimentos.
- Revise regularmente la casa en busca de objetos y guárdelos para evitar que los niños se atraganten con ellos.

Cómo prevenir las lesiones relacionadas con el agua y las inundaciones

- No deje nunca el agua abierta cuando no esté presente.
- Vigile a sus hijos mientras se bañan para que no se ahoguen.
- Vigile su propio uso del agua mientras se baña y no utilice aparatos electrónicos dentro o cerca del agua.
- Cierre la lavadora y el lavavajillas cuando termine de usarlos.
- Cierre el agua cuando salga de casa durante un periodo largo de tiempo.
- Si tiene una piscina en casa, instale una valla de cuatro lados para separar la casa y el patio de la piscina.

Cómo prevenir incendios y quemaduras

- Instale detectores de humo en todos los niveles de su casa.
- Tenga cuidado al cocinar. No abandone la cocina durante demasiado tiempo o su comida podría quemarse.
- Mantenga el sistema de calefacción de su casa. Limpie regularmente las chimeneas y los hornos.
- Pida a un electricista que revise el cableado eléctrico.
- Mantenga a los niños alejados de las cerillas y los mecheros.
- Cubra las tomas de corriente si tiene niños o mascotas móviles.
- No deje velas encendidas durante la noche o cuando salga de casa.
- Tenga un extintor. Tenga varios extintores en diferentes zonas de su casa.
- Prepárese para un incendio. Elabore un plan de seguridad contra incendios y asegúrese de que todos los miembros de la casa saben cómo seguirlo.

CONCLUSIÓN

Volver a casa sano y salvo a las 5 de la tarde es un objetivo y una preocupación de todos los empleados. La seguridad comienza en el trabajo y continúa hasta que se duerme en la cama preparándose para otro ataque a la seguridad al día siguiente. No hay tregua ni descanso. Es una batalla diaria.