

accidentes en los centros escolares



salud escolar: accidentes,
enfermedades y fomento de
hábitos saludables en el
centro educativo

guía para el profesorado

accidentes en los centros escolares

- Golpes y caídas
- Heridas
- Hemorragias
- Quemaduras
- Mordeduras y picaduras
- Cuerpos extraños, atragatamientos
- Accidentes de tráfico
- Reanimación cardiopulmonar (RCP)
- Fiebre
- Botiquín escolar

introducción

Los accidentes infantiles constituyen un grave problema, ya que son la primera causa de muerte en niños y niñas de uno a catorce años. En estas edades hay más muertes por lesiones que por la suma de todas las demás enfermedades infantiles. Sin embargo, está demostrado que si se tomaran las medidas preventivas oportunas, la mayor parte de estos accidentes podrían evitarse. De todos los accidentes infantiles, el 15% ocurren en la escuela.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define accidente como un suceso generalmente prevenible que provoca o tiene el potencial de provocar una lesión.

recomendaciones básicas ante cualquier tipo de accidente

- Mantener la calma.
- Pedir ayuda.
- Ante una situación de gravedad llamar al 112.
- Avisar a los padres o tutores.
- Tener normas básicas de higiene (lavado de manos, uso de guantes).
- Intentar trasladarle, siempre que sea posible, a un lugar tranquilo y seguro.
- Evitar hacer cualquier procedimiento si no se está seguro de ello.
- Que el botiquín esté en un lugar seguro y accesible. Que no esté al alcance del alumnado.

accidentes más frecuentes en los centros escolares



1. CAÍDAS Y GOLPES.

CAÍDAS

Son la principal causa de accidente.

Distinguimos:

- **Caídas al mismo nivel:** producidas generalmente por mal estado de los suelos (brillantes o mojados), presencia de obstáculos o una incorrecta disposición del mobiliario. Son más frecuentes en los patios de juego y en algunos espacios interiores como el gimnasio, pasillos o aseos.
- **Caídas a distinto nivel:** por mal estado de las escaleras o presencia de obstáculos. También como consecuencia de la actividad deportiva o por mal uso de los aparatos de juego.

Como prevenirlos

- Evitar obstáculos en los lugares de paso habitual.
- Evitar fregar los suelos durante la jornada escolar.
- Subsana las deficiencias detectadas en las instalaciones escolares que puedan dar lugar a caídas.

GOLPES

Qué hacer:

Existen distintos tipos según la zona afectada:

- **Golpes en la cabeza:** si el golpe ha sido de cierta importancia o si la persona accidentada se desmaya, vomita, dice o hace cosas raras, sangra por la nariz o el oído o tiene la más mínima duda sobre su estado, llame al 112 o acuda al centro sanitario más cercano. En cambio, si sólo aparece un chichón, póngale hielo o compresas frías, pero observe durante un tiempo al alumno y, en todo caso, notifique a los padres lo sucedido.

- **Golpes en las extremidades:** si hay deformidad, imposibilidad de movimiento o un fuerte dolor, llame al 112 o acuda al centro sanitario más cercano tratando de inmovilizar antes la extremidad.

- **Golpes en el abdomen:** llame al 112 o traslade al niño o niña al centro sanitario más cercano. Que vaya tumbado boca arriba con las piernas flexionadas.

- **Golpes en el tórax:** si presenta dificultad para respirar llame al 112 o trasládele al centro sanitario más cercano. Que vaya tumbado sobre el lado lesionado, con la cabeza y los hombros más altos. Si el dolor es intenso el traslado se hará sentado y lo más cómodo posible.

- **Golpes en la boca:** limpie suavemente la boca con una gasa impregnada en agua o en suero fisiológico. Si se ha roto un diente, conserve el trozo en la saliva, en leche o en suero, si se ha salido todo el diente, intente volver a meterlo en el hueco que ha dejado, tocándolo poco y siempre por la zona que no encaja en la encía, si no puede colocarlo proceda como si se hubiera roto. En ambos casos hay que acudir inmediatamente al dentista.

- **Golpes en la espalda:**
 - Si el golpe es leve vigilar si hay dolor.
 - Si el golpe es de cierta importancia valorar la movilidad pidiéndole que mueva los pies, así como la sensibilidad de los miembros inferiores.

Ante cualquier duda no mover a la persona herida. Llamar al 112 y avisar a la familia.

accidentes más frecuentes en los centros escolares



2. HERIDAS

Una herida es una pérdida de continuidad de la piel o mucosas con rotura de tejidos, produciéndose una comunicación con el exterior, lo que posibilita la entrada de gérmenes (infección).

La gravedad de la herida dependerá de la extensión, profundidad y tejidos afectados.

Tipos de heridas:

- Pequeñas heridas sin separación de bordes.
- Heridas con separación de bordes.
- Heridas complicadas.
 - Con cuerpos extraños.
 - Extensas o infectadas.
 - Por mordedura humana.
 - Por mordedura de animales domésticos o salvajes.

Qué hacer:

- Controle la hemorragia:
 - Antes de curar lávese bien las manos con agua y jabón.
 - Póngase guantes.
 - Lave la herida con agua y jabón o con suero fisiológico a chorro para arrastrar la suciedad.
 - En una gasa estéril ponga un desinfectante yodado y aplíquelo sobre la herida de dentro hacia fuera.
 - En función de la gravedad de la herida actuaremos de diferente manera:
- Poco importante: antiséptico y cubrir con una gasa.
- Herida importante: cubrir con una gasa y acudir a un centro sanitario.
- Herida punzante: acudir rápidamente a un centro sanitario.
- Si sangra mucho: comprimir con gasa estéril y trasladar al centro sanitario.

Qué no hacer:

- Utilizar algodón o alcohol.
- Aplicar polvos, ungüentos, pomadas o remedios caseros.
- Extraer un objeto grande clavado en la herida, ya que puede estar haciendo tapón e impedir que sangre.



accidentes más frecuentes en los centros escolares

3. QUEMADURAS

Las quemaduras son lesiones producidas por efecto del calor en cualquiera de sus formas (sol, llama, líquido hirviendo, sólidos calientes, gases, electricidad, vapores, etc.). Es importante destacar que además de una lesión local (enrojecimiento, ampolla o escara), dependiendo de la causa, la extensión, la localización y profundidad de la quemadura, se pueden producir graves trastornos orgánicos y peligrar la vida.

Qué hacer:

- Lávese bien las manos con agua y jabón.
- Póngase guantes.
- Tranquilízale y lave inmediatamente la superficie quemada en un chorro de agua fría durante 5 minutos.
- Secar suavemente con una gasa estéril sin restregar.
- Proteger la quemadura con una gasa empapada en suero salino para prevenir infecciones.
- Trasladar a un centro sanitario.

Qué no hacer:

- Despegar la ropa adherida.
- Aplicar ungüentos, pomadas, polvos, cremas o remedios caseros (pasta de dientes, patatas, cebollas, etc.).
- Romper las ampollas.
- Usar algodón o esparadrapo.
- Dar de beber.

En caso de insolación (golpe de calor):

- Desnudar y aplicar compresas de agua fría en la cabeza.
- Dar de beber agua fresca (no helada).
- Llevar al hospital o llamar al 112.

En caso de electrocución:

Se trata de una emergencia, el paso de la corriente eléctrica a través del cuerpo, además de producir una quemadura de mayor o menor gravedad, puede provocar la alteración del ritmo cardíaco e incluso la parada cardíaca.

- Desconectar inmediatamente la red.
- Si no es posible desconectar la red, apartar a la persona accidentada de la fuente de electricidad utilizando un objeto aislante como un palo, una toalla seca, etc. y trasladarle al hospital.
- Si no respira o no tiene pulso, llamar de forma inmediata al 112.



accidentes más frecuentes en los centros escolares



4. HEMORRAGIAS

Es la salida de sangre por la rotura, más o menos extensa, de uno o más vasos sanguíneos. La pérdida de sangre puede ser interna o externa.

La gravedad de la hemorragia dependerá de la cantidad de sangre que se pierda, la velocidad con que se pierda, la edad y el estado físico de la persona afectada.

Qué hacer:

- Mantener la calma.
- Procurar que la persona herida no haga movimientos bruscos que agravarían la hemorragia. Tumbarle y tranquilizarle.
- Utilizar guantes.
- Cubrir la herida con una gasa o paño limpio y comprimirla firmemente con la mano. Si la herida está en una extremidad, simultáneamente, elevarla por encima del corazón.
- Trasladar a la persona herida al centro de salud más cercano e informar a los familiares de lo sucedido.

Hemorragia por la nariz:

- Tranquilizarle y que se siente.
- Si se sospecha rotura nasal, no tocar la nariz y acudir urgentemente al centro de salud más cercano. Informar a los padres de lo sucedido.
- Si no existe fractura comprimiremos de forma manual la nariz de 5 a 10 minutos, inclinando la cabeza ligeramente hacia delante con lo que evitaremos que trague sangre, si el sangrado continúa introducir una gasa empapada en suero fisiológico en la fosa que sangra hasta que deje de sangrar, cuidado que la gasa sea fácil de sacar y se vea bien. Si a pesar de todo sigue sangrando acudir urgentemente al centro de salud más cercano e informar a los progenitores de lo sucedido.
- No echar nunca hacia atrás la cabeza. No sirve para detener la hemorragia y la sangre pasa al estómago.

Hemorragia por el oído:

- Tranquilizarle.
- Tapar el oído con una gasa estéril o un paño limpio y acudir siempre a un centro de urgencias.
- Informar a los progenitores de lo sucedido.

Otras hemorragias:

- Digestivas (vómitos de sangre, sangrado por el ano).
- Ginecológicas.
- Urológicas (sangre en la orina).
- Respiratorias (sangrado con la tos).

Todos estos casos deberán ser considerados como EMERGENCIA, trasladándole a un centro sanitario sin realizar ningún tratamiento en el colegio, observándole para evitar que aspire o trague sangre y avisando a los familiares.

accidentes más frecuentes en los centros escolares

5. MORDEDURAS Y PICADURAS

Este tipo de accidente suele ocurrir en espacios al aire libre y es más frecuente cuando se realizan salidas al campo, sobre todo en la primavera y en el verano. En la mayoría de los casos no tienen ninguna trascendencia salvo la posibilidad de reacción alérgica al veneno o de picaduras múltiples. Las picaduras más habituales son de abejas, avispas y mosquitos. Los síntomas más frecuentes son: dolor localizado, enrojecimiento, hinchazón y picor.

Cómo evitarlas

- Enseñar a respetar a los animales y no provocarlos.
- Enseñar que en lugares soleados o calurosos no levanten piedras ni introduzcan la mano en agujeros oscuros.
- Llevar calzado adecuado.
- Tapar los alimentos para que no acudan insectos.



Qué hacer:

En caso de picaduras:

- Aplicar agua fría o hielo (siempre envuelto en gasas, no directamente sobre la piel) o amoníaco.
- Es preferible no usar pomadas antialérgicas por el riesgo de sensibilización.
- Nunca apretar, rascar o frotar la picadura para que salga el aguijón.
- Se informará a los progenitores al final de la jornada.
- Se le trasladará urgentemente al centro de salud más cercano cuando:
 - Exista enrojecimiento generalizado de la piel.
 - Dificultad y/o aparición de pitidos al respirar.
 - Sensación de opresión en la garganta.
 - Historia de reacciones alérgicas a picaduras de insectos.
 - Picaduras múltiples.
 - Picaduras en cara, cuello o genitales.

En caso de mordeduras por animales domésticos o salvajes:

- Lavar la herida con agua y jabón y aplicar desinfectantes. Dejarla al aire y acudir a un centro de urgencias.
- Asegurarse de que la persona accidentada está bien vacunada contra el tétanos.

accidentes más frecuentes en los centros escolares



6. ASFIXIAS POR CUERPOS EXTRAÑOS: ATRAGANTAMIENTOS

Este tipo de accidentes es más frecuente en niños y niñas de corta edad, por introducirse objetos pequeños en la boca. También pueden darse en mayores al atragantarse con un alimento. A su vez pueden producirse accidentes por introducción de cuerpos extraños en otros orificios: nariz, oídos, boca, y que requieren una intervención para resolverlos.

Es muy importante actuar con rapidez y calma, de ello depende la vida de la persona afectada.

La obstrucción puede ser:

- Incompleta: existe paso de aire aunque en cantidad mucho menor (tose con fuerza, habla y puede respirar).
- Completa: existe impedimento total al paso del aire. El peligro es inminente. Se trata de una urgencia vital.

Cómo evitarlos

- Acostumbrarles a masticar bien.
- Evitar que los menores de 3 años coman frutos secos.
- Evitar que corran, griten, canten o jueguen mientras comen y no les fuerce a comer cuando están llorando, pueden atragantarse.

Qué hacer:

Cuando se produce una obstrucción de las vías respiratorias por un cuerpo extraño (comida, trozos de goma de borrar, bolitas de plastilina, etc.) y aparecen síntomas de asfixia, pero puede toser, hablar o respirar, las medidas a tomar son:

- Estimularle para que tosa y así expulsar el cuerpo extraño. Es el mecanismo más eficaz.

Si lo anterior no funcionara o mostrara dificultad respiratoria, signos de cianosis (labios azulados), o pérdida del conocimiento se procederá de la siguiente forma:

- Avisar de forma inmediata al 112.
- Maniobras para expulsar el cuerpo extraño:
 - Si se trata de un niño o niña pequeño: póngalo sobre su antebrazo, con la cabeza inclinada hacia abajo y déle 5 golpes con el talón de la mano en el centro de la espalda. Después, déle la vuelta y dé otros 5 golpes en el centro del esternón.
 - Si es un adulto o un niño o niña mayor y está consciente, puede rodearle con los brazos, ponga la mano cerrada, en un puño, justo por encima del ombligo y coloque la otra encima; realice varias presiones rápidas y vigorosas, hacia arriba y hacia dentro.

Qué no hacer:

- Nunca darle golpes ni intentar sacar el objeto. En ambos casos puede introducirse más.

accidentes más frecuentes en los centros escolares

7. ACCIDENTES DE TRÁFICO

Los accidentes de tráfico pueden producirse en torno al centro escolar. El papel de la escuela en la prevención de este tipo de accidentes debe ser el de realizar actividades de educación vial y la estrecha vigilancia de los niños y niñas más pequeños.



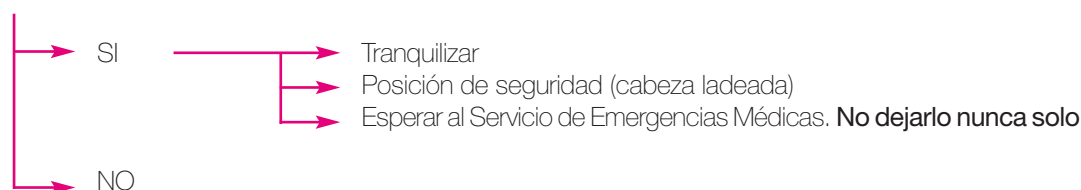
accidentes más frecuentes en los centros escolares



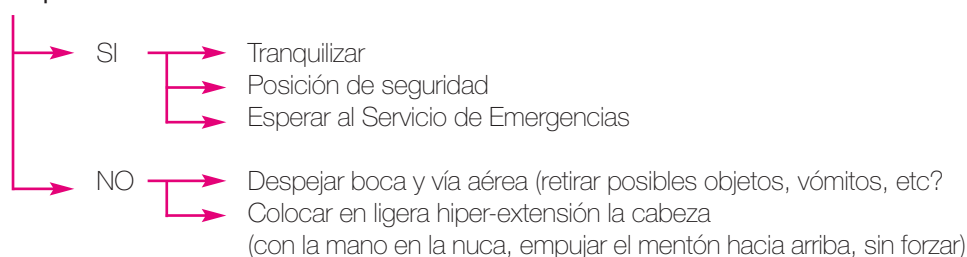
8. MANIOBRA DE REANIMACIÓN CARDIO-PULMONAR (R.C.P.) SÓLO EN NIÑOS MAYORES DE 8 AÑOS.

Ante todo, proteger al niño y llamar al Servicio de Emergencias Médicas (112)

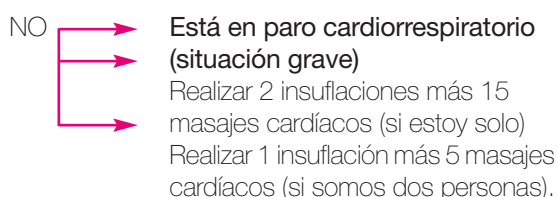
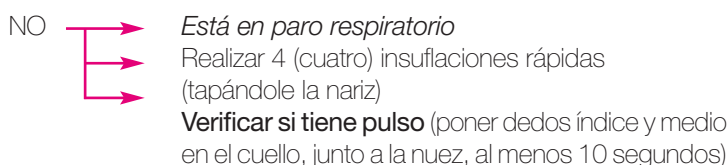
¿Está consciente?



¿Respira?



¿Recupera la respiración?



accidentes más frecuentes en los centros escolares

9. FIEBRE

La fiebre es una respuesta fisiológica del organismo a factores externos, como infecciones, procesos inflamatorios. El cuerpo se defiende aumentando su temperatura, lo que dificulta el crecimiento de algunos virus y bacterias. Es un signo muy frecuente en la infancia. Siempre debemos medir la temperatura en reposo. Los valores normales oscilan entre 36,7° y 37° en la axila.

Cómo actuar

Se informará a los padres de la situación para que vengan a recogerle. Mientras se espera su llegada:

- Retirar la ropa de abrigo.
- Si la fiebre es superior a 39° aplicar compresas de agua fría en la frente y muñecas.
- Se procurará que tome líquidos.

Deberá ser trasladado de manera inmediata a un Centro Sanitario en las siguientes circunstancias:

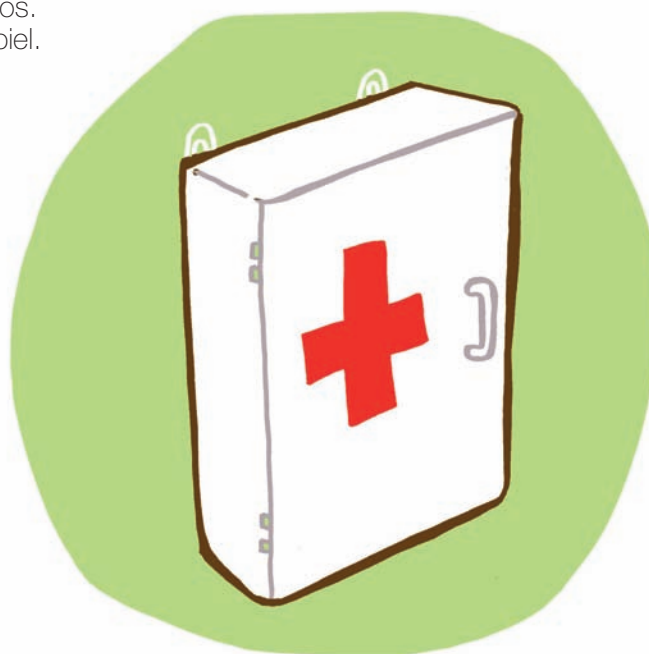
- Si la fiebre se acompaña de vómitos.
- Si aparecen manchas rojas en la piel.
- Si la fiebre es superior a 39°.
- Si aparece rigidez de nuca.

10. BOTIQUÍN BÁSICO

- Yodo/antiséptico no yodado.
- Esparadrapo.
- Gasas estériles.
- Pinzas.
- Suero fisiológico.
- Termómetro.
- Tijeras.
- Vendas.
- Lápiz de amoníaco.
- Bolsa de frío y calor.
- Tiritas.
- Apósitos.

Localización

- Que esté en un lugar fresco, seco y a oscuras.
- Que no esté cerrado con llave.
- Fácil acceso para adultos, por ejemplo Dirección o sala de reuniones.
- Que esté fuera del alcance del alumnado.
- Vigilar las fechas de caducidad de los productos.



Beatriz de Bobadilla 14,
28040 Madrid
Telf.: 91 563 44 11
defensor@defensordelmenor.org
www.defensordelmenor.org



 **Defensor del Menor**
en la Comunidad de Madrid



www.obrasocialcajamadrid.es
902 131 360