



incidenti domestici
uno strumento per prevenirli

INTRODUZIONE

Si muore di più negli incidenti tra le mura di casa che per quelli stradali

Gli incidenti in ambiente domestico rappresentano una delle più importanti cause di ospedalizzazione o morte in tutta Europa.

In Italia si calcola avvengano più di 3.140.000 incidenti domestici all'anno, incidenti che interessano circa il 5,4% della popolazione (ISTAT 2010).

Le morti attribuibili a questi incidenti sono stimate nell'ordine di 5-7000 all'anno e ormai rappresentano la prima causa di morte per incidente in Italia, dato superiore agli stessi incidenti stradali o agli infortuni sul lavoro.

Le fasce di età maggiormente sensibili sono rappresentate dai bambini sotto i 5 anni, tra i quali prevalgono gli infortuni tra i maschi, e dagli anziani ultrasettantenni, tra i quali sono maggiormente frequenti gli infortuni nelle donne.

Proprio questa maggior fragilità nelle fasce di età bambini-anziani comporta la necessità di garantire un ambiente di vita sicuro per tutto l'arco della vita, che tenga conto delle caratteristiche di chi vive nell'abitazione.

Per aiutarvi a riconoscere e rimuovere gli eventuali rischi presenti nella Vostra casa, garantendo un ambiente sicuro a coloro che la abitano Vi proponiamo uno strumento semplice, che deriva dalla collaborazione tra la nostra Azienda per i Servizi Sanitari ed il Ministero della Salute.

Molto spesso si conosce un rischio, ma non si stima correttamente le possibili conseguenze dello stesso, ecco che utilizzare uno strumento per esplorare la propria casa alla ricerca delle cose più importanti da fare per renderla sicura può rappresentare un aiuto indispensabile, ed è con questa intenzione che Ve lo proponiamo.

Il Direttore Generale
dell'ASS n. 1 triestina
Fabio Samani

COME SI USA LA CHECK LIST

La “check list” o lista di controllo

Rappresenta uno strumento basilare per colui che vuole verificare se nella sua abitazione vi siano situazioni che possono comportare il rischio di andare incontro ad un infortunio.

Il presente modello riporta gli elementi essenziali della check list per le abitazioni prodotta dal gruppo di lavoro istituito nell’ambito di uno specifico progetto del Centro nazionale per la prevenzione e il Controllo delle Malattie (CCM) del Ministero della Salute.

Lo strumento

Lo strumento della check list permette di avere una visuale complessiva della casa e dei rischi in questa presenti, dà indicazione sugli elementi a maggior criticità e suggerisce le possibili azioni mirate alla prevenzione degli incidenti domestici.

Compilare la check list

La check list esamina gli ambienti della casa e rappresenta una sorta di visita guidata, mirata alla prevenzione, proponendo alcuni suggerimenti per un corretto comportamento, portando alla conoscenza e alla eliminazione degli eventuali rischi rilevati.

La lista analizza elementi di strutture e singoli locali, sulla parte esterna della pagina viene evidenziata l’area da valutare. Per ogni area vengono presi in esame i diversi elementi (porte, finestre, pavimenti ecc...).

1. Per ogni elemento vengono evidenziati possibili problemi e aspetti potenzialmente a rischio.
2. Se rilevate questi problemi nella vostra abitazione barrate il riquadro.
3. La terza parte della riga fornisce suggerimenti per rimuovere i rischi rilevati.

Esempio di compilazione

PORTE

1) Le maniglie comportano il rischio di impigliarsi o tagliarsi.



- Sostituiscile con maniglie a U, o pomelli.

2) Ci sono porte a vetri con vetro non infrangibile.



- Sostituisci il vetro con pannelli in legno o vetro infrangibile.
- Applica una pellicola adesiva antisfondamento.

PORTE

- 1) Le maniglie comportano il rischio di impigliarsi o tagliarsi. - Sostituiscile con maniglie a U, o pomelli.
- 2) Ci sono porte a vetri con vetro non infrangibile. - Sostituisci il vetro con pannelli in legno o vetro infrangibile.
- Applica una pellicola adesiva antisfondamento.

FINESTRE, BALCONI, TERRAZZE

- 3) L'altezza di davanzali/parapetti è inferiore ad un metro. - Aumentane l'altezza ad almeno un metro (es. installando una barra di metallo).
- 4) Ci sono mobili o altro che costituiscono possibilità di arrampicamento (soprattutto pensando alla presenza di bambini). - Sposta i mobili da un'altra parte.
- 5) È possibile la scalata/arrampicamento o il passaggio attraverso i montanti delle ringhiere. - Non adottare o rimuovi ringhiere con correnti disposti orizzontalmente (ottime scalette per bambini vivaci).
- Applica protezioni (reti o altro).

PAVIMENTI

- 6) Il pavimento è liscio e può essere causa di scivolamento. - Evita l'uso di cere.
- Evita scarpe o pantofole che scivolino.
- 7) Sono presenti dislivelli (es. gradini) non ben visibili. - Migliora la visibilità (illuminazione) ambientale e del dislivello (colore dello stesso, ecc.).
- 8) Ci sono tappeti che possono costituire rischio di infortunio (per la possibilità di slittamento del tappeto o inciampo su di esso). - Rimuovili
- Sostituiscili con tappeti a base antisdrucchiolevole
- Utilizza di una rete antisdrucchiole sotto i tappeti.

SCALE (interne e di accesso all'abitazione)

- 9) Ci sono oggetti sulle scale che aumentano il rischio di cadute. - Rimuovi tutti gli oggetti presenti sulla superficie delle scale.
- 10) Ci sono ringhiere e/o parapetti non regolamentari o con correnti disposti orizzontalmente (eccellente scaletta per bambini vivaci). - Modificali portandoli ad altezza e forma adeguate (altezza minima ≥ 1 m.; barre verticali inattraversabili da sfera di 10cm.).
- Apponi reti o altro materiale per evitare l'arrampicamento dei bambini.
- 11) La superficie è liscia o scivolosa. - Evita l'uso di cere.
- Evita scarpe o pantofole senza suola in gomma.
- Posiziona strisce antiscivolo.
- 12) La profondità dei gradini è inadeguata (minore di 29 cm). - Regolarizza se possibile.
- 13) Ci sono corsie/tappeti che comportano la possibilità di slittamento o inciampo. - Rimuovile.
- 14) I gradini e i parapetti non sono ben visibili. - Garantisci un'illuminazione adeguata delle scale
- Evita parapetti trasparenti, o rendili visibili.

IMPIANTO ELETTRICO

- 15) Non c'è l'interruttore differenziale (salvavita). - Se non c'è va installato da parte di un tecnico autorizzato.
- 16) Sul quadro elettrico ci sono segni di usura o carenze manutenzione, quali la presenza di bruciature o bruniture. - Fai sostituire le parti usurate da parte di un tecnico autorizzato.
- 17) Ci sono prese/spine/manopole danneggiate (da urti o con presenza di bruciature) o non correttamente installate (fissaggio carente con fuoriuscita della presa). - Fai sostituire le prese da parte di un tecnico autorizzato.
- 18) Ci sono delle prese senza alveoli schermati, cioè con barriere che impediscano l'introduzione di oggetti appuntiti in un solo foro. - Fai sostituire le prese da parte di un tecnico autorizzato.
- 19) Ci sono spine prive di isolamento nella parte prossimale. - Sostituiscile.
- 20) Ci sono prese, spine, riduttori, prese multiple sovrapposti uno all'altro. - Non sovrapporre (collegando più riduttori o prese multiple in serie), usa multiprese più capienti.
- 21) Ci sono prolunghe usate scorrettamente. - Eliminale.
- Collocale in modo che non comportino il rischio inciampo.
- 22) Ci sono spine di tipo Schüco scorrettamente utilizzate (inserite forzatamente in prese tradizionali a tre poli lineari). - Non inserirle forzatamente in prese tradizionali a tre poli lineari (mancherebbe il contatto a terra), eventualmente utilizza un adattatore.

UTILIZZO DI CANDELE, CANDELABRI

- 23) Ci sono materiali infiammabili nella stanza dove si accendono candele o altre fiamme libere. - Non utilizzare candele accanto a materiali infiammabili (stoffe, arredi, ecc.).
- Spegni sempre le candele se non c'è qualcuno presente nella stanza dove sono collocate.
- 24) Ci sono bambini che possono entrare nelle stanze in cui sono accese candele. - Non lasciare mai soli i bambini in presenza di fiamme libere.

APPARECCHIATURE ELETTRICHE

- 25) Possiedi grandi elettrodomestici: televisore, hi-fi, lavatrice, frigorifero, lavastoviglie, ecc... - Verifica che il collegamento elettrico, i manipolatori o gli interruttori non presentino danneggiamenti o bruciature.
- Elimina nel collegamento elettrico riduttori, adattatori e possibilmente prolunghe.
- Posiziona i forni elettrici lontano da oggetti facilmente infiammabili e non ostruire i fori di aerazione.
- Posizionali in modo sicuro (carrelli/supporti che impediscano il ribaltamento/la caduta).
- Non ostruire i fori di aerazione delle apparecchiature elettriche.
- 26) Possiedi piccoli elettrodomestici: frullatore, spremiagrumi, grill, ferro da stiro, ecc... - In fase di non utilizzo distacca l'eventuale alimentazione elettrica e posizionali in luogo sicuro.
- Non utilizzare acqua (bagnature copiose) per la pulizia degli apparecchi/macchinari elettrici.
- Verifica l'efficienza dei sistemi di blocco (non devono funzionare in caso di mancata chiusura o montaggio della protezione, per es. coperchio del frullatore).

MOBILI

- 27) Ci sono problemi di stabilità di armadi o pensili, o il loro contenuto non è distribuito correttamente. - Ancora adeguatamente.
- Agisci sulla collocazione dei contenuti (oggetti pesanti in basso, sostanze irritanti-tossiche in parti non accessibili ai bambini, ecc.).
- 28) Ci sono spigoli che possono comportare rischio di traumi per i bambini o gli anziani. - Dota il mobile di parasigoli.
- Modifica la posizione dei mobili.
- 29) Sono presenti vetrate o specchi non infrangibili. - Sostituisci con vetri infrangibili.
- Verifica il corretto fissaggio.

SCALE O SGABELLI

- 30) Le scale o gli sgabelli che utilizzate sono danneggiati, oppure non sono stabili o adeguati al loro utilizzo (siete costretti ad arrampicarvi sull'ultimo gradino). - Sostituisci se danneggiati.
- Usali solo se adatti allo scopo (altezza corretta, ecc.).

DETERGENTI; INSETTICIDI, FARMACI (altre sostanze chimiche in genere)

- 31) Sono utilizzati o custoditi in modo scorretto. - Elimina le confezioni prive di etichetta, non contenute nei contenitori originali.
- Custodiscili in luoghi sicuri e protetti, inaccessibili ai bambini.
- Utilizza i prodotti senza miscelarli tra loro, seguendo le informazioni sull'etichetta (attenzione a non mescolare la *varechina* – ipoclorito di sodio – con l'ammoniaca).

GAS

- 1) Il Piano cottura è senza termocoppie (sensori che bloccano il flusso di gas se il fuoco si spegne). - Consigliata la sostituzione.
- 2) Il tubo del gas in gomma (di piani cottura e forni) è danneggiato o scaduto. - Sostituisci con un tubo del gas in acciaio.
- Sostituisci periodicamente se in gomma, in funzione della data impressa sul tubo (ogni 5 anni).
- 3) Non ci sono i fori di ventilazione verso l'esterno della casa. - Fai aprire i fori di ventilazione.
- 4) La caldaia è gestita in modo scorretto. - Verifica che vi sia la certificazione di conformità.
- Effettua la manutenzione periodica (ogni due anni, con verifica del tiraggio del camino).
- 5) Ci sono rischi legati alla presenza di fiamme libere e/o liquidi bollenti. - Allontana i bambini e non cucinare con loro in braccio.
- Non lasciare che i manici delle pentole/padelle sporgano dal bordo anteriore-esterno del piano cottura.
- Non collocare le pentole più pesanti e/o con liquidi nella parte frontale esterna del piano cottura.
- Tieni sempre a disposizione presine isolanti per spostare le pentole.
- Non utilizzare, mentre cucini, abiti svolazzanti e/o infiammabili (spesso di natura sintetica).
- Non collocare tende o altre cose infiammabili in prossimità di fuochi.

UTENSILI

- 6) I coltelli vengono utilizzati in modo scorretto. - Attenzione a come si usano (direzione di taglio, lunghezza della lama consona a ciò che si taglia).
- Non devono essere accessibili ai bambini.

PORTA

- 1) La serratura non è apribile dall'esterno in caso di necessità. - Sostituisci la serratura con una di sicurezza (apribile in caso di bisogno anche dall'esterno).

SANITARI

- 2) Non esistono maniglioni in corrispondenza della doccia/vasca e tazza wc in caso di presenza di persone con disabilità o minori abilità. - Predisponi i corretti ausili (maniglioni/seggiole, ecc.).
- 3) Il fondo della vasca da bagno risulta scivoloso. - Il fondo della vasca da bagno o del piatto della doccia deve essere antisdrucciolevole o essere dotato di un idoneo tappetino antiscivolo.
- 4) Gli impianti e le apparecchiature elettriche (illuminazione, scaldabagno, prese e apparecchi elettrici quali lavatrici, stufette, ecc.) non sono posizionati a distanza di sicurezza da vasche e docce. - Sposta le apparecchiature elettriche e/o le prese (distanza minima dalla vasca da bagno e dal piano doccia di 60 cm.).

ILLUMINAZIONE

- 1) L'illuminazione è insufficiente. - Potenza l'illuminazione artificiale.
- Rimuovi eventuali oggetti/arredi che coprono le sorgenti di luce naturale.
- Dota l'ambiente di luci di emergenza o tieni a portata di mano una torcia, utili in caso di interruzioni nell'erogazione dell'energia elettrica.
- 2) Ci sono fonti di luce coperte da oggetti infiammabili. - Rimuovi tutte le parti non strutturali delle lampade (stoffa, ecc.).

PAVIMENTO

- 3) Sono presenti tappeti (ricordiamo tra l'altro gli scendiletto) che possono costituire rischio di infortunio (per la possibilità di slittamento del tappeto o inciampo su di esso). - Rimuovili.
- Sostituisci con tappeti con base antisdrucciolevole.
- Utilizza una rete antisdrucciolo sotto i tappeti.

LETTO

- 4) L'altezza del letto non è adeguata alla persona, soprattutto se anziana (stando seduti le ginocchia dovrebbero essere piegate a 90°). - Regola l'altezza.
- Sostituisci il letto.
- 5) Vi è l'abitudine di fumare a letto. - Modifica i comportamenti di vita: non fumare
- Adotta materiali ignifughi.

incidenti domestici

uno strumento per prevenirli



a cura di:

Fabio Aizza, Ofelia Altomare, Marina Brana, Angelita Cazzato, Fabio Fumolo, Elena Ellero, Monica Ghiretti, Barbara Ianderca, Stefano Lapel, Loreta Lattanzio, Louise Marin, Roberto Michelazzi, Maila Mislej, Flavio Paoletti, Valentino Patussi, Sabrina Pellicini, Mauro Primossi, Melania Salina, Sara Sanson, Federica Sardiello, Lorella Postiferi, Cristina Verrone, Elena Zorretto.



novembre 2011