

---

## Semplici regole per una casa sicura

**Autore:** Miriam Iovino

**Fonte:** Città Nuova

**Per un'abitazione a prova di bambini spesso basta poco. I consigli degli esperti dell'ospedale Bambino Gesù.**

I nemici della sicurezza, nelle nostre case, possono avere tanti nomi: finestre e balconi, da cui si può cadere, l'acqua del bagnetto, in cui per un nonnulla si possono vivere tragedie, il momento della pappa. Eppure, bastano pochi accorgimenti per evitare gli incidenti domestici più diffusi. **La messa a letto.** Per scongiurare il rischio di soffocamento non riempire la culla di giocattoli, peluche, laccetti del ciuccio... Sconsigliate anche catenine, braccialetti o ciondoli. Il bambino va fatto addormentare sul dorso e non sul ventre, in modo da consentirgli una respirazione corretta. Il cuscino su cui poggia la testa non deve essere troppo grande e neppure soffice. Il lettino in cui dorme deve avere **sponde alte almeno 75-80 cm**, mentre le sbarre devono essere distanti tra loro **non più di 8 cm** per evitare che ci possa infilare la testa. Un'altra indicazione è quella di installare zanzariere alle finestre o veli di protezione sulla culla. Vietato anche **fumare in casa**, ma soprattutto nella stanza in cui dormono i bambini. **Giochiamo sul sicuro.** I giochi devono essere realizzati con materiali atossici e non infiammabili, rispettare le norme di sicurezza ed avere ottenuto l'omologazione europea. Attenzione ai **palloncini gonfiabili in lattice**: possono rompersi all'improvviso in piccoli pezzi ed essere inalati se in prossimità della bocca o del naso del bambino. Il bagnetto di un bambino **Il momento del bagnetto.** Qui i rischi maggiori sono dovuti alle **ustioni**, il 75% delle quali provocate da acqua bollente o vapore, o al pericolo di **annegamento**. Per prevenire bruciature si può verificare con un termometro o con il proprio gomito che la temperatura dell'acqua calda sia **sempre sotto i 48 gradi**. Si possono prevenire rischi di annegamento evitando di lasciare soli i bambini in vasca. I più piccoli possono trovarsi in pericolo anche **senza lanciare alcun segnale di allarme**, all'improvviso (si perde conoscenza nel giro di due minuti) e in uno spazio di appena 5 cm d'acqua. Per rendere il 'rito' del bagnetto sicuro, oltreché divertente, utilizzare **tappetini antisdrucchiolo e protezioni antiurto** sulle rubinetterie. **In soggiorno.** È lo spazio in cui di solito avviene maggiore condivisione tra genitori e figli, ma anche il posto in cui può essere facile urtare uno spigolo oppure infrangere una cristalleria pregiata. Paracolpi e paraspigoli, in tal senso, consentiranno ai bambini di muoversi quasi come fossero in cameretta. La televisione. Il momento dei cartoni animati è forse quello più atteso dai bambini. Quando si guarda la tv ricordarsi sempre di farlo alla **giusta distanza** (pari a 5 volte la diagonale dello schermo). **I rischi in cucina.** Fuoco, detersivi e oggetti appuntiti sono pericoli che non consentono di lasciare il bambino da solo in questo ambiente. Attenzione soprattutto quando forno e fornelli sono accesi o al momento della pappa. In quest'ultimo caso, **controllare la temperatura del latte o degli altri cibi** e sorvegliare il bambino mentre mangia: potrebbe tirare via la tovaglia rovesciandosi addosso liquidi o alimenti caldi e corpi taglienti, come ad esempio coltelli. Riporre tutto in armadietti chiusi. **Ingestione di piccoli oggetti e prodotti per uso domestico.** Mai lasciare alla portata dei bambini piccoli oggetti come monete, batterie e penne. Non lasciare incustodite sostanze tossiche, alcoliche o comunque nocive. Evitare di travasarle in contenitori non originali e che contengono sostanze di uso alimentare, ma anche in bottiglie o bottigliette anonime. **Se il pericolo arriva da fuori.** Balconi, terrazzi e giardini sono luoghi per divertirsi, ma anche teatri di cadute o traumi fisici vari. Accanto alle **ringhiere**, anche ad altezze contenute, **montare reti di protezione adeguate** ed evitare di accostare sedie o mobiletti in loro prossimità: potrebbero fare da 'effetto rampa'. In giardino, non lasciare mai da soli i bambini a giocare con altalene, scivoli e dondoli, ed accertarsi che questi siano ben ancorati al terreno. Controllare che i piccoli non si avvicinino a piante o bacche velenose, come ad esempio la **stella di Natale** (il suo lattice a contatto con le mucose provoca irritazioni) e l'**oleandro** (ingerirne anche solo una minima parte causa dolori

---

addominali, diarrea e perfino aritmie cardiache). Per maggiori approfondimenti, si può consultare il magazine digitale '[A Scuola di salute](#)' dell'**IBG** (Istituto Bambino Gesù per la salute del bambino e dell'adolescente), diretto da **Alberto G. Ugazio**.