

Presentazione

Il libro è destinato a tutti ma soprattutto ai bambini, ai genitori e agli insegnanti. Abbiamo voluto legare insieme, con il tratto del disegno, lettura ed emotività; una vignetta, infatti, fissa un concetto con molta più rapidità ed efficacia delle parole e trasforma il libro in una piacevole avventura, resa più istruttiva attraverso test-giochi utili a verificare l'apprendimento.

Un ringraziamento particolare va all'arch. Roberto Malfatti per aver realizzato tutte le immagini e averle generosamente messe a disposizione per la pubblicazione del volume.

NONNA
LILY

MAMY

NONNO
TONY

LUCY

TIMOTHY

PAPY

DOGY
CATY



INDICE

Cosa si intende per incidente domestico 1

Statistiche e incidenti domestici 2

Riconoscere i rischi domestici 3

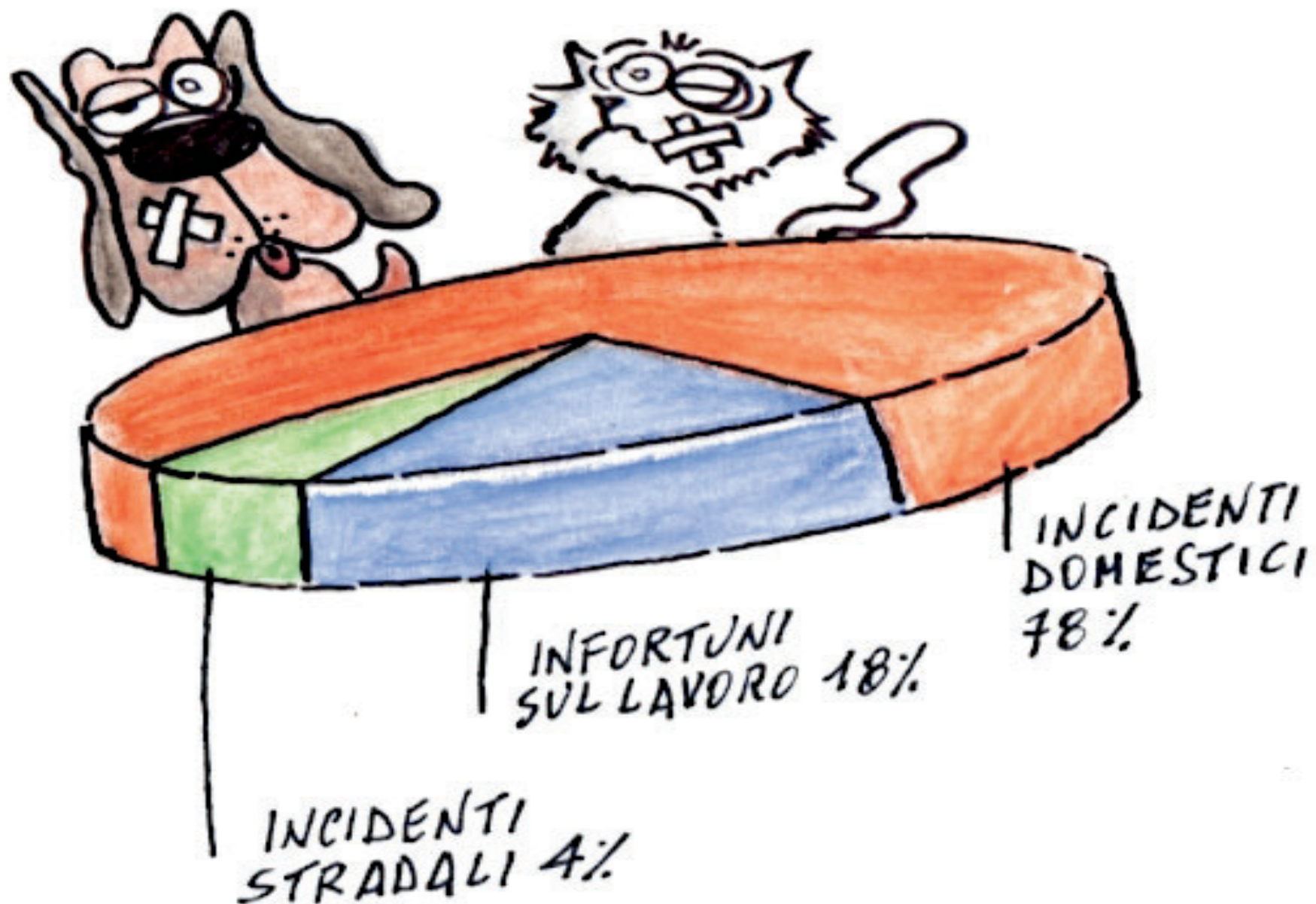
Fattori di rischio individuali 4

Principali agenti di rischio 5

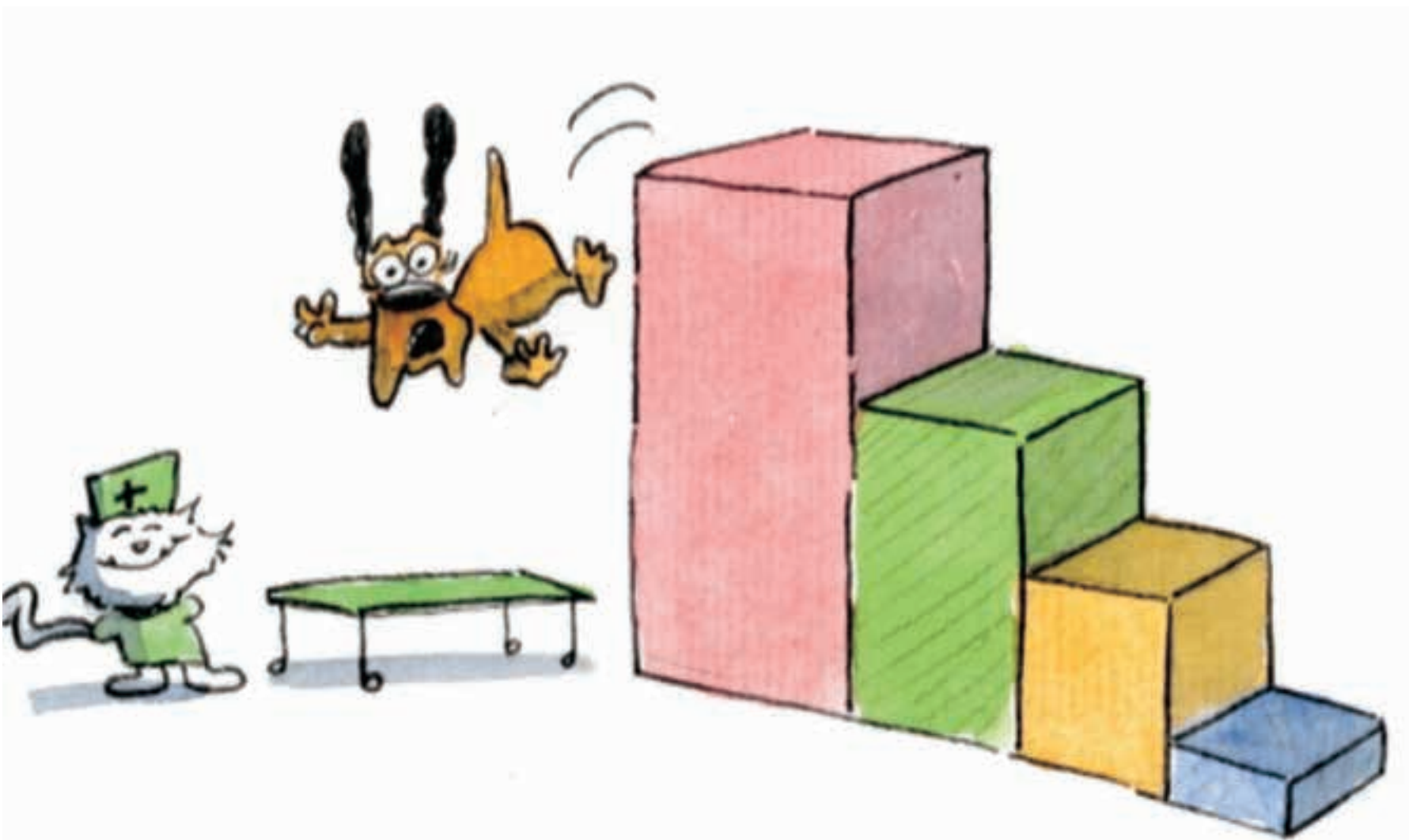
Il rischio architettonico 6

L'emergenza, i numeri utili 7

L'incidente domestico è caratterizzato da tre fattori: si tratta di un evento accidentale improvviso determinato da una causa esterna involontaria che si verifica in una abitazione o nell'ambito domestico e che comporta conseguenze temporanee o permanenti sulle condizioni di salute di una persona a causa di lesioni di vario tipo.



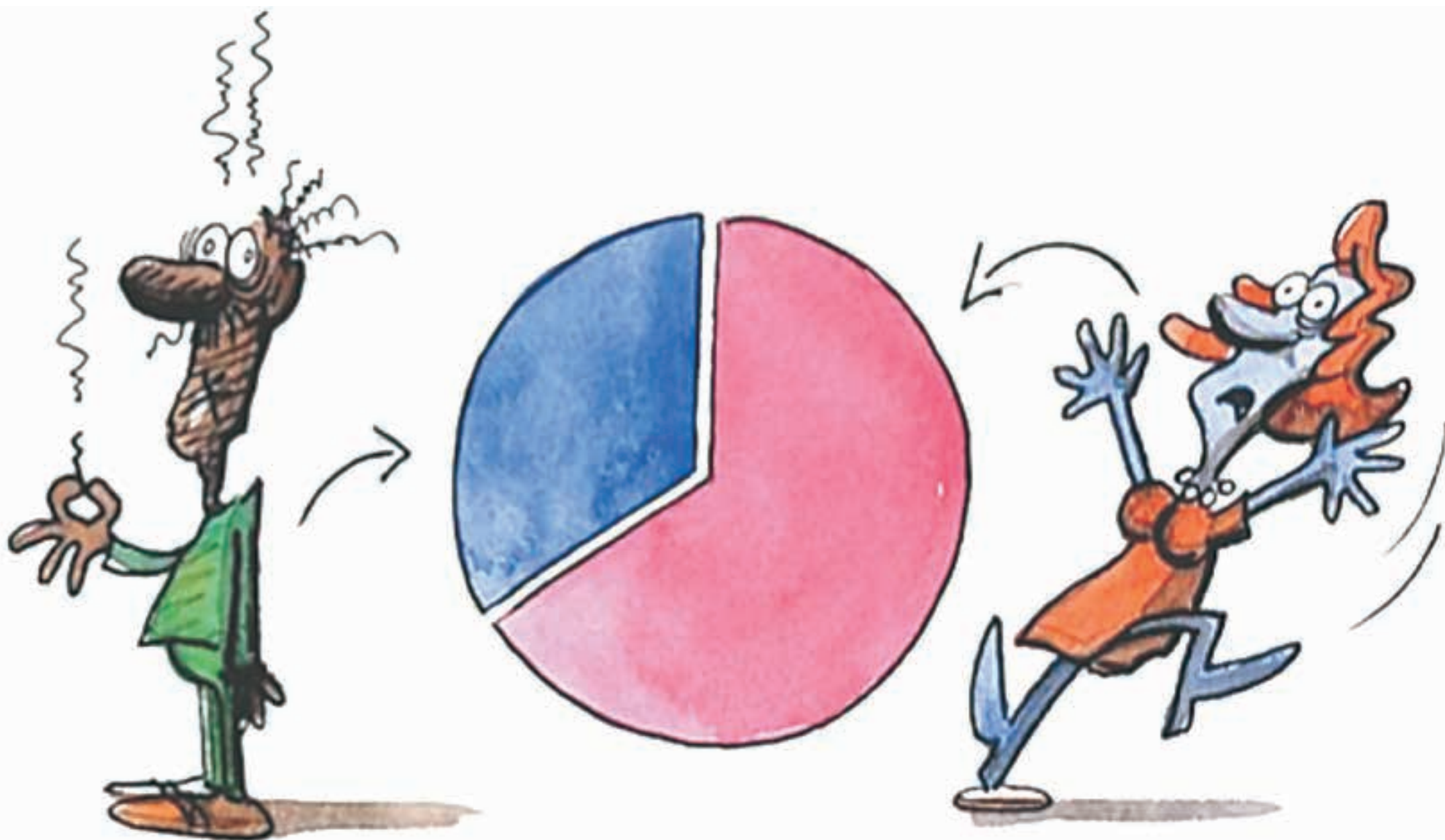
- A chi accadono gli incidenti domestici
- Le fasce d'età più esposte
- Gli incidenti domestici più frequenti
- Le attività più pericolose
- Gli ambienti più “pericolosi”
- Cause, condizioni, conseguenze



In Italia, su circa 60 milioni di abitanti, gli individui coinvolti in incidenti domestici in un anno sono circa 2,8 milioni, con un numero di incidenti pari a circa 3,3 milioni.

Questi incidenti determinano un numero di vittime che varia, secondo le diverse stime disponibili, tra 4.500 e 8.000. Il gruppo sociale più coinvolto è quello delle donne che lavorano tra le mura domestiche.

Circa 900.000 incidenti domestici interessano i maschi, con una percentuale pari al 27.5%, ma ben 2.400.000 sono gli incidenti che vedono coinvolte le **donne**, con una percentuale del 72.5%.



Maschi 27.5%

Femmine 72.5%

LE FASCE D'ETÀ più esposte

Le statistiche indicano un'alta frequenza di infortuni domestici tra i bambini da 0 a 5 anni, con prevalenza dei maschi, mentre nelle altre classi d'età le più esposte sono le donne, anche prescindendo dall'eventuale attività lavorativa fuori casa.

Con l'avanzare dell'età aumentano le probabilità di incorrere in un incidente domestico, ma in misura doppia per le donne rispetto agli uomini.



0-5
ANNI

6-14
ANNI

15-24
ANNI

25-44
ANNI

45-64
ANNI

>65
ANNI

Gli incidenti domestici più FREQUENTI

2

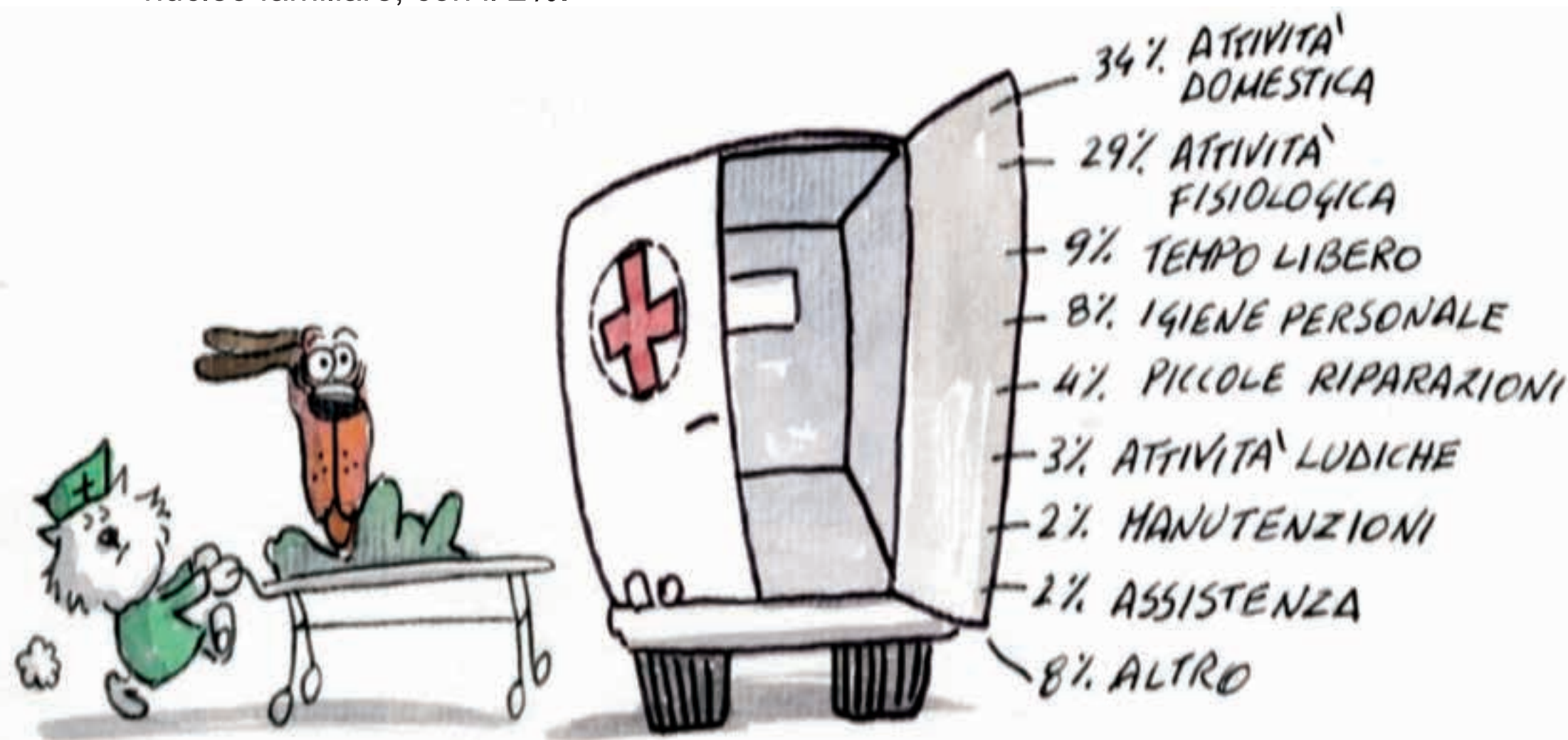
11

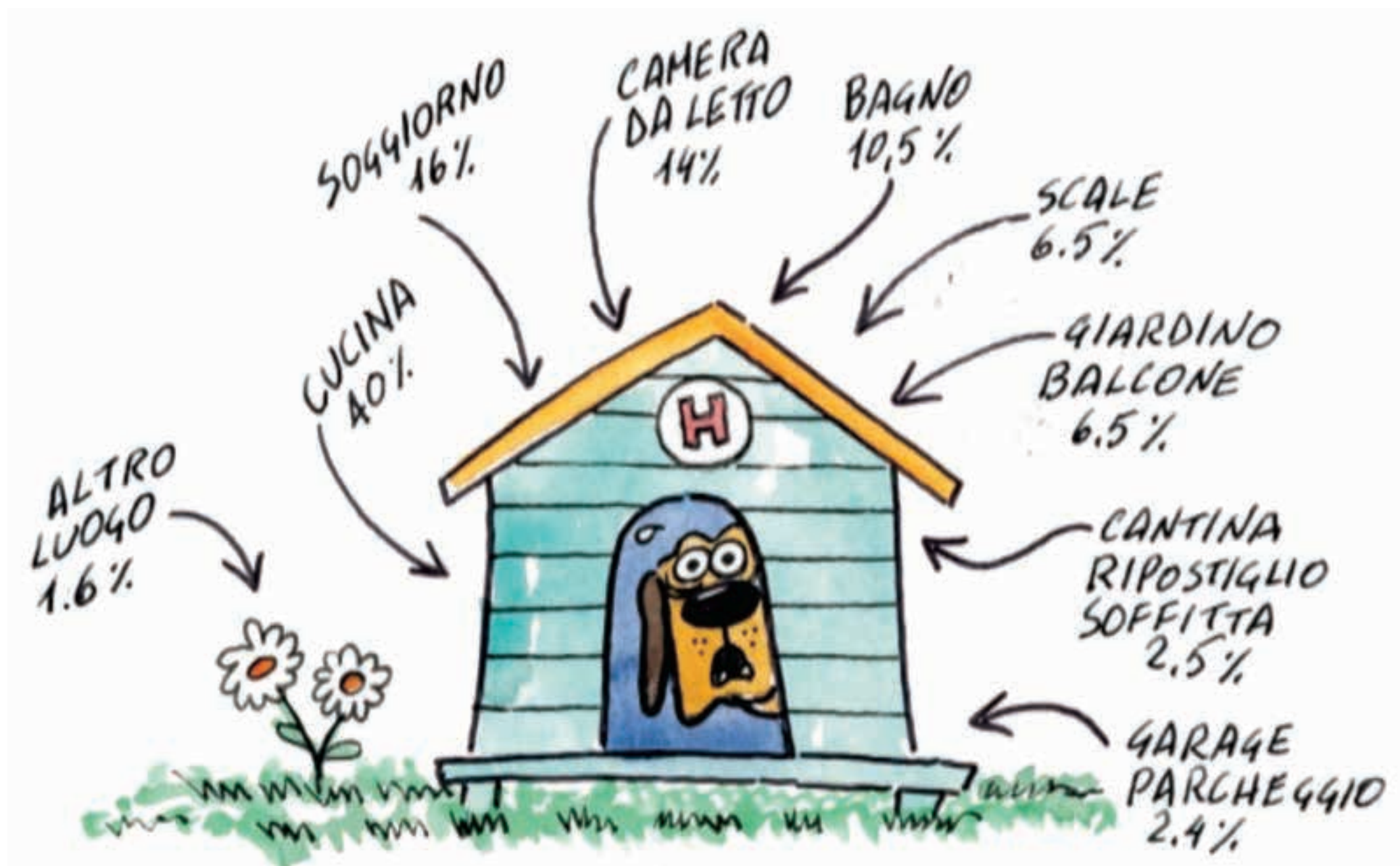
Gli incidenti domestici più frequenti sono le cadute, prima causa dei decessi tra gli anziani. Seguono tagli, ustioni termiche e chimiche, urti e schiacciamenti e, a seguire, avvelenamenti, folgorazioni elettriche, soffocamento, punture.



LE ATTIVITÀ PIÙ PERICOLOSE

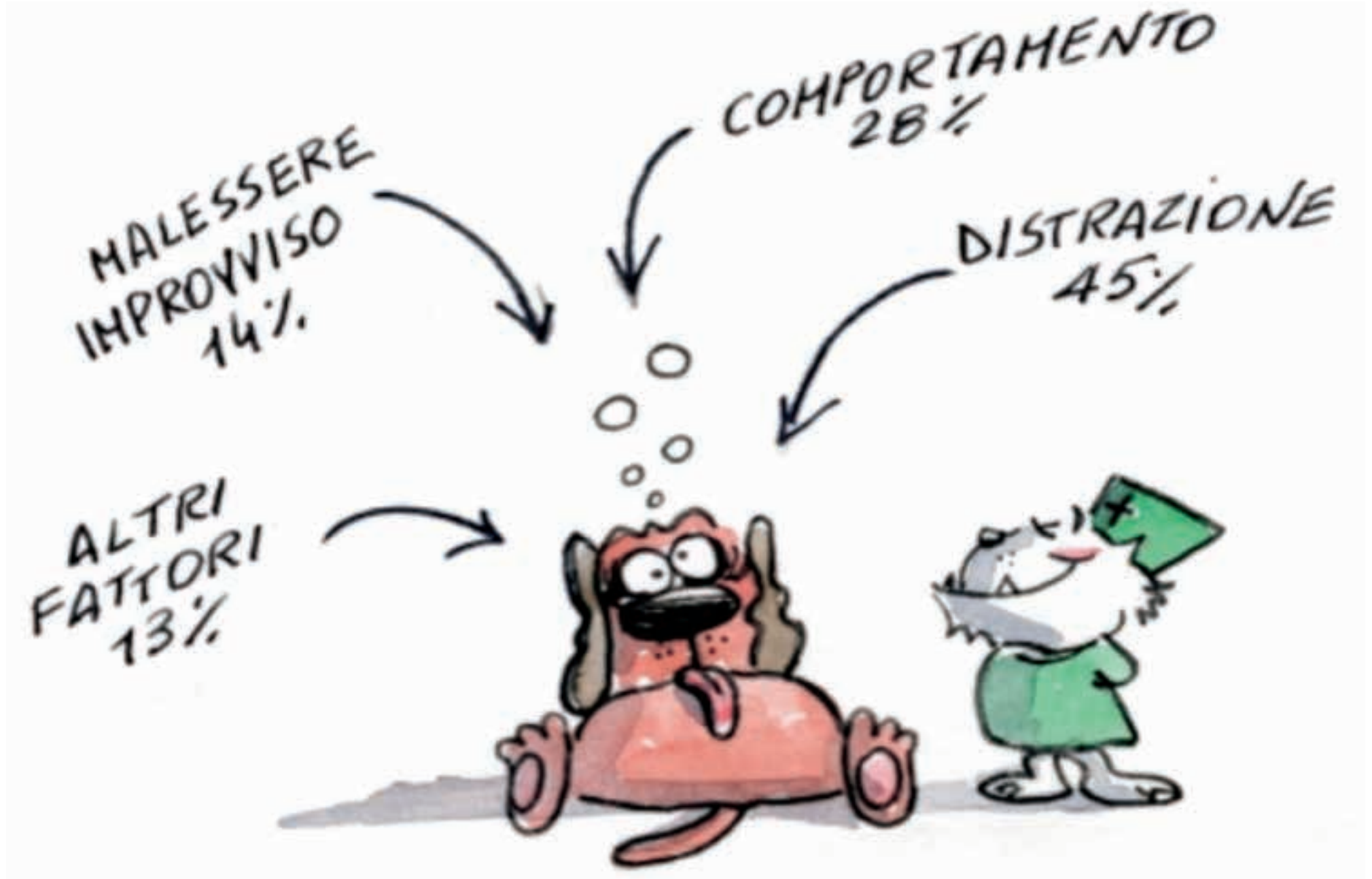
Quale attività si stava svolgendo nel momento precedente all'incidente? è necessario conoscere e valutare l'appropriatezza dei comportamenti, per evitare di correre rischi notevoli. Le statistiche, infatti, indicano tra le attività svolte prima di un infortunio: l'attività domestica legata alla conduzione della casa, con il 34%; le attività quotidiane fisiologiche, con il 29%; le attività hobbistiche o legate al tempo libero, con il 9 %; le attività di igiene personale, con l' 8%. Seguono: piccole riparazioni, con il 4%; attività ludico-sportive, con il 3%; assistenza ad altri componenti del nucleo familiare, con il 2%.





Secondo le statistiche **la cucina è il luogo più pericoloso della casa**, per la presenza del fuoco e del calore oltre che per l'utilizzo di utensili ed elettrodomestici. Seguono il soggiorno in cui si trascorre molto tempo, la camera da letto, il bagno in cui la presenza di ostacoli può provocare cadute, le scale e quindi gli spazi all'aperto e complementari come balconi, terrazzi, cantine e garage.

CAUSE E CONDIZIONI



Distrazione, comportamento non adeguato, malessere improvviso sono le principali condizioni in cui si verifica un infortunio le cui conseguenze sono molteplici e interessano principalmente l'apparato muscolo scheletrico e, a seguire, ustioni, avvelenamenti, folgorazioni, ingestione di corpi estranei, amputazioni.

Un incidente comune, come una banale caduta, può avere **conseguenze invalidanti** con una lunga convalescenza e una prolungata immobilità.

Contusioni e traumi superficiali, con il 46%, sono le conseguenze degli incidenti domestici statisticamente più frequenti. Seguono fratture, stiramenti e lussazioni per il 33%, ustioni con il 7%, lesioni da corpi estranei con il 5%, lesioni agli organi interni, ai vasi sanguigni e al sistema nervoso con il 4%. In fondo troviamo schiacciamenti, amputazioni, avvelenamenti, soffocamenti, folgorazioni elettriche, dovuti a varie cause, con una entità del 5% complessivo.



- Analisi dei rischi in ambiente domestico
- Fattori di rischio ambientale
- Fattori di rischio individuali
- Fattori di rischio comportamentali



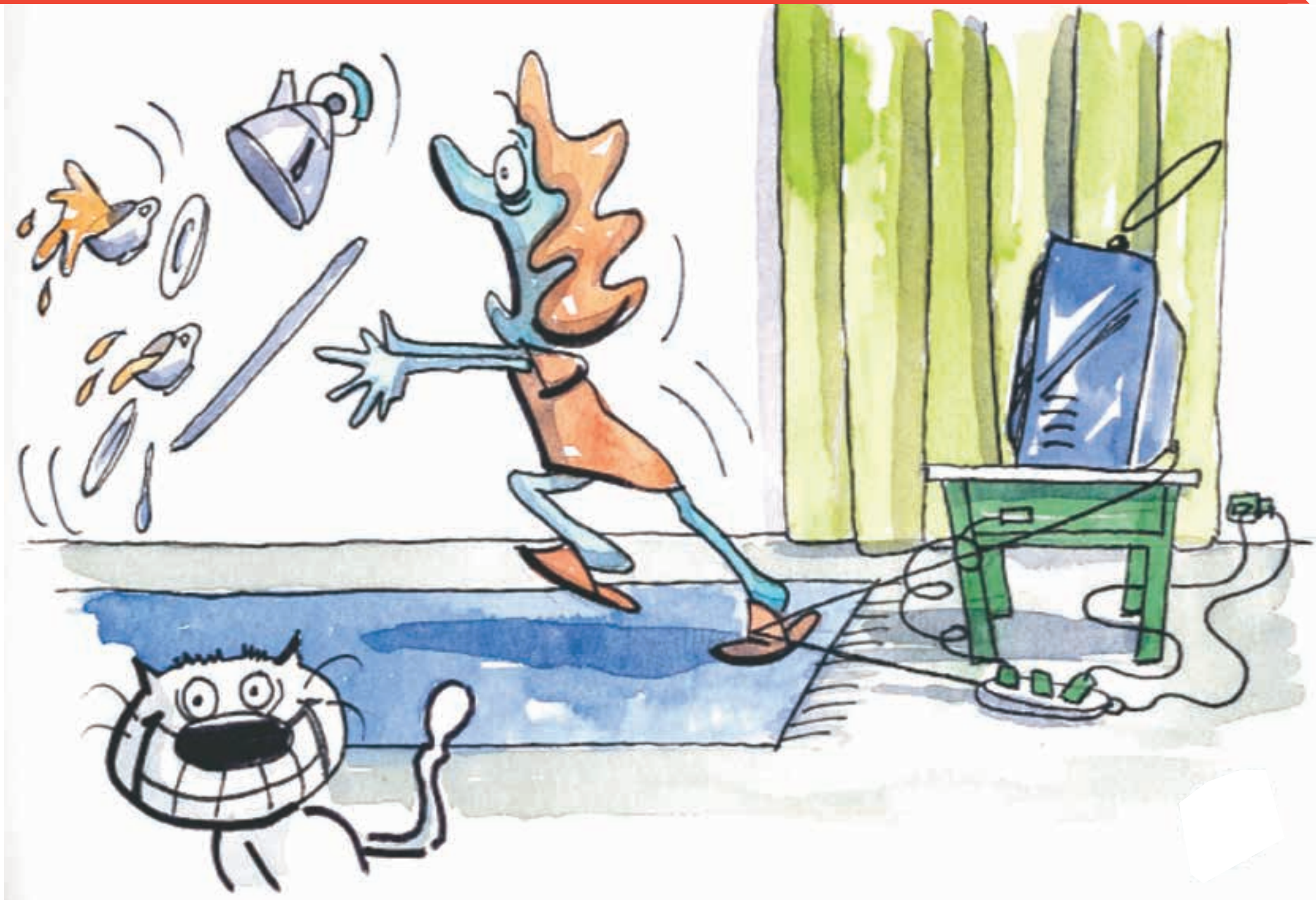
Negli ultimi anni si assiste a un **aumento degli infortuni domestici**, dovuto principalmente all'allungamento della durata media della vita, alla diffusione di nuovi stili e ritmi di vita stressanti, al coinvolgimento di tutti i membri della famiglia in attività domestiche, incluse figure esterne alla famiglia, quali badanti e colf.

Le condizioni di *rischio accettabile* normalmente prevedibili in un ambiente domestico corrispondono a quelle relative a soggetti con abilità motorie e psicofisiche medie, che adottano comportamenti usuali e coerenti e che vivono in abitazioni con uno stato di manutenzione adeguato degli ambienti e degli oggetti d'uso. Diversamente, sarà necessario ricorrere ad interventi capaci di rendere compatibile e sicuro l'ambiente per le persone che lo abitano (eliminazione delle barriere architettoniche, *universal design*...).

Nell'ambiente domestico possiamo **riconoscere tre categorie di rischi:**

- ambientali
- individuali
- comportamentali.





I fattori di rischio ambientale si possono suddividere in due gruppi: il primo, è legato ai **fattori edilizi** dovuti a carenze tecnologiche, funzionali o impiantistiche ma non causati da utilizzo improprio da parte degli utenti; il secondo, agli **arredi e agli oggetti** che, per forma, utilizzo o disposizione divengono pericolosi.

Fattori relativi all'età: riguardano, ad esempio, i bambini che imparano a camminare in casa, che va quindi resa sicura in quel particolare periodo; oppure gli anziani, che sono esposti al rischio cadute per le tipiche patologie motorie senili, spesso rese più gravi da fenomeni di limitazione della vista.

Fattori relativi al genere: in particolare le donne sono molto esposte agli incidenti domestici perché molto presenti e impegnate in casa.

Fattori relativi alle condizioni di salute e allo stress: evidentemente predisponenti perché implicano una maggiore vulnerabilità dei soggetti coinvolti.

Fattori relativi alle condizioni socio-economiche e culturali: condizioni economiche disagiate possono determinare situazioni abitative rischiose e una riduzione dei livelli di sicurezza.



Nell'ambito dei cosiddetti *fattori di rischio comportamentali* possiamo individuare quelli relativi ai **modi d'uso dei luoghi e degli oggetti**, quali il disordine, la fretta, il cattivo uso delle attrezzature.

Tra i *fattori di rischio relativi agli stili di vita*, invece, possiamo comprendere **l'alcolismo, l'assunzione di stupefacenti, l'obesità, la sedentarietà e il fumo**, che si riflettono tutti anche nel modo di vivere il proprio spazio domestico.



- Le nostre abilità psicofisiche
- Prevenire le cadute
- Muoversi in casa
- Posture e movimento
- Usare le scale in casa



La diminuzione dell'acutezza visiva e il restringimento del campo visivo, alcuni dei tipici **disturbi della vista legati all'invecchiamento**, aumentano il rischio di cadute. In queste condizioni è assolutamente consigliabile, oltre che effettuare **costanti controlli medici**, **migliorare la sicurezza dell'abitazione** anche aumentando il livello di illuminazione degli ambienti, così da rendere migliore la percezione ed evitare errori di valutazione delle distanze e della profondità.

Le cadute si verificano ad ogni età, nei giovani però sono rare e generalmente poco gravi, viceversa le persone anziane cadendo talvolta riportano traumi oltre che fisici anche psichici. Difatti **la caduta è un sintomo della condizione della forma fisica** e quindi della salute di un individuo: è bene parlarne senza troppi problemi con il medico e con le persone vicine per capirne meglio le cause e prendere le necessarie precauzioni non solo per evitare un nuovo incidente ma anche per **mantenere la propria indipendenza**, condizione necessaria al mantenimento di una buona qualità di vita.

Mantenere un buon equilibrio nel camminare e nel muoversi in casa può non essere facile dato che traumi, uso di farmaci, malattie invalidanti e degenerative, alterazioni varie portano con l'avanzare dell'età ad una progressiva riduzione della capacità di mantenimento dell'equilibrio. Va quindi valutato se **ricorrere a tecniche di riabilitazione** specifiche eseguite da personale specializzato e praticare un **costante ed adeguato esercizio fisico**, come forma di prevenzione.

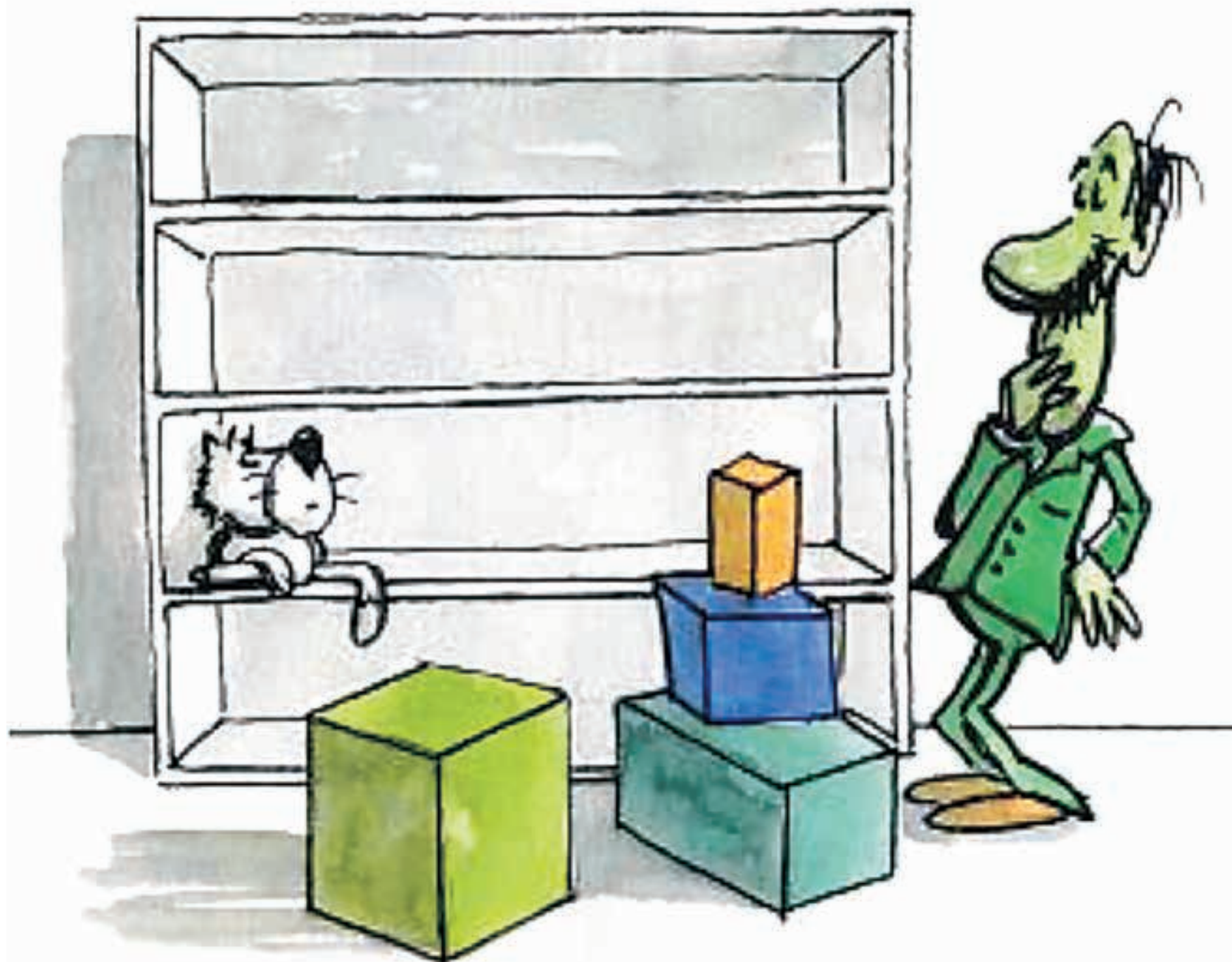
Non va trascurato l'effetto dei farmaci che spesso si è costretti ad assumere quotidianamente, quali i diuretici che determinano disidratazione e stanchezza; gli antipertensivi; i sedativi che riducono il livello di coscienza e i riflessi. Le cadute, per le quali i farmaci potrebbero agire quale concausa, si possono prevenire con una attenta valutazione degli **effetti collaterali dei farmaci**, che può indirizzare verso la scelta del tipo di medicamento e l'adattamento dei tempi di somministrazione rispetto alle abituali attività del paziente.



Prima di spostare un oggetto voluminoso o di un certo peso occorre chiedersi se è maneggiabile con una presa sicura e se, dopo averlo afferrato e sollevato, saremo in posizione stabile e in equilibrio e avremo una visuale adeguata.

Occorre valutare se la posizione da assumere sarà corretta altrimenti potrà causare strappi e distorsioni: il carico infatti non deve essere eccessivamente distante dal busto e inoltre lo sforzo fisico non deve essere prolungato nel tempo.

Infine, va individuato sia il percorso da fare per spostare l'oggetto evitando che ci siano ostacoli o impedimenti sia la collocazione finale dell'oggetto stesso.



Riassumendo:

- peso e forma degli oggetti da trasportare devono essere adeguati
- sollevamento e trasporto vanno effettuati con posture corrette
- il percorso deve essere libero da ostacoli o impedimenti
- il luogo dove posare il carico deve essere preventivamente individuato.

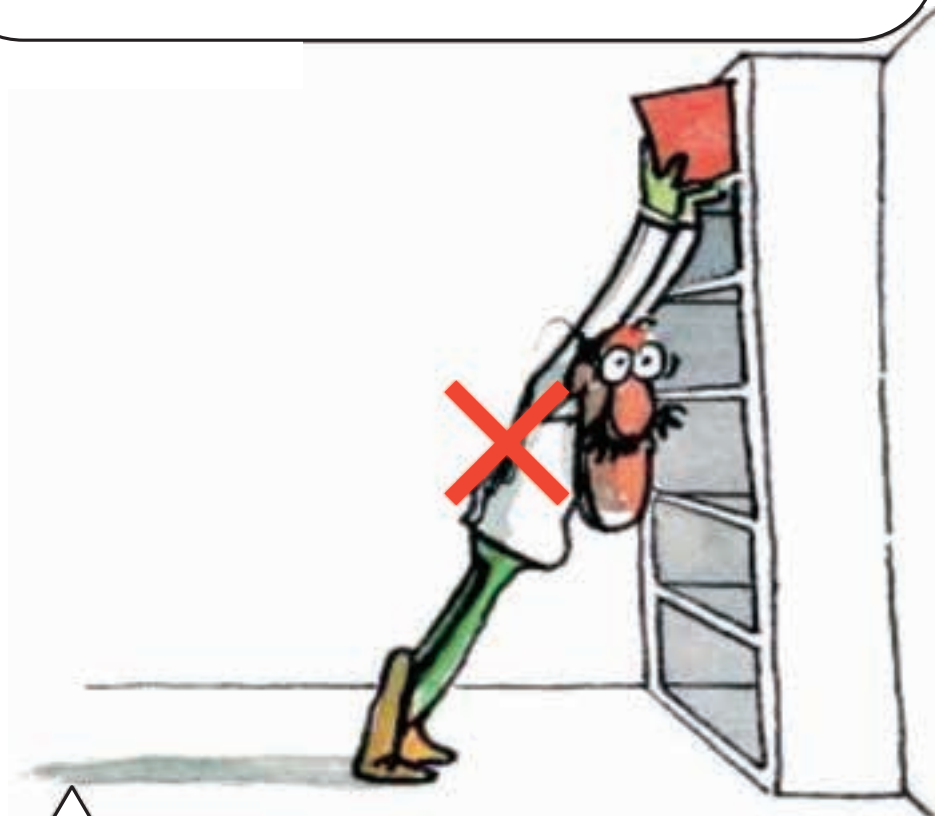
Le nostre ABILITÀ PSICOFISICHE



evitare TORSIONI del busto ...



... ma girare tutto il corpo



non INARCARE la schiena ...



utilizzare SCALE o SGABELLI



Non sollevare l'oggetto lontano dal corpo e piegando la schiena



... piegare le gambe e avvicinare l'oggetto al tronco.

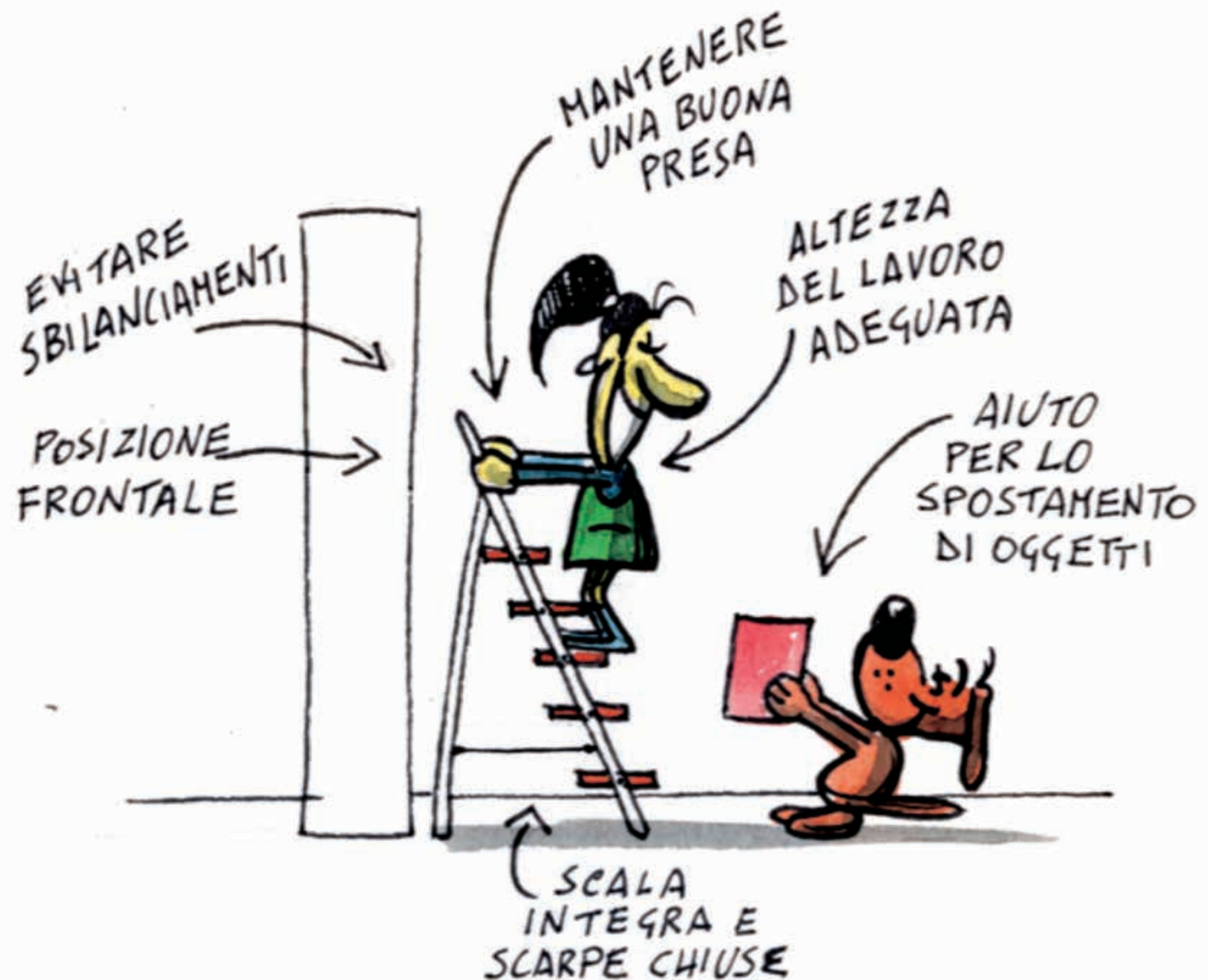


I pesi vanno spostati sostenendoli ad una altezza corrispondente al tronco.

Usare le scale in casa

Se si devono raggiungere oggetti o ripiani posti in alto è necessario utilizzare delle scale adeguatamente sicure, che vanno usate con attenzione e prudenza.





- Gli utensili
- Il fuoco
- L'acqua
- L'elettricità
- I veleni in casa
- Il gas



Gli incidenti causati dagli utensili di uso domestico riguardano principalmente le donne, gli uomini invece sono più esposti alle conseguenze delle attività 'fai da te' per hobby o per manutenzione della casa.

Utilizzare in modo scorretto gli utensili può provocare ferite e tagli anche seri, in particolare ogni oggetto tagliente va maneggiato con attenzione e va tenuto fuori dalla portata dei bambini.



L'utilizzo e la pulizia di piccoli elettrodomestici possono provocare ferite di vario tipo e gravità ed esporre al **rischio di folgorazione** specialmente durante le operazioni di **lavaggio**, se non si ha cura di **staccare la spina** dalla presa di corrente elettrica.

Alcuni consigli:

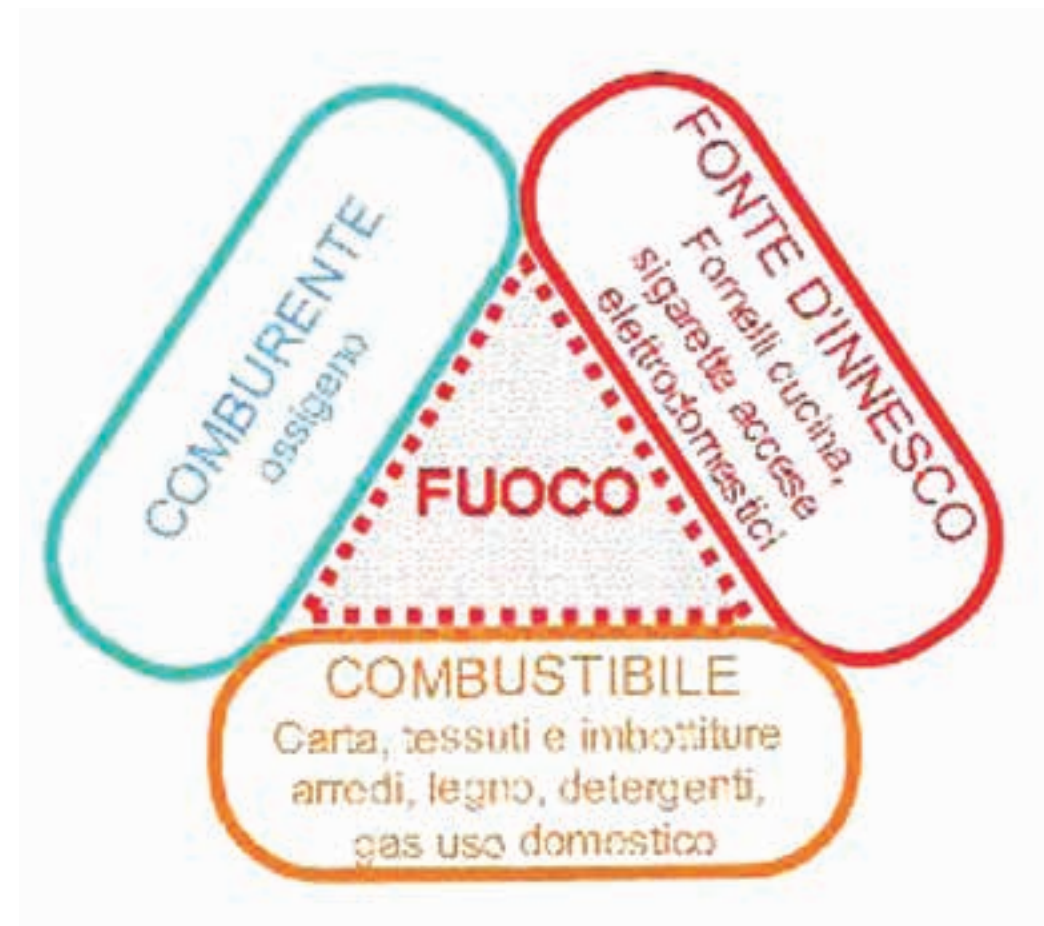
- *utilizzare utensili adeguati, evitare usi impropri*
- *valutare se si è in grado di svolgere le azioni da compiere*
- *avere spazio e illuminazione adeguati*
- *non fare le cose di fretta.*



Un incendio si sviluppa se una fiamma o una brace determinano l'innesco di un oggetto infiammabile presente in casa, come mobili imbottiti, carta, abiti oggetti che bruciano per la presenza dell'ossigeno contenuto dell'aria.



Per prevenire ed evitare le conseguenze, spesso imprevedibili, di un incendio è bene considerare che in casa sono presenti molti **oggetti infiammabili**, quali arredi imbottiti, divani e poltrone, libri e giornali, vestiti, mobili in legno, oggetti in plastica. Inoltre, le **cause di innesco** possono essere varie e tra queste la fiamma dei fornelli della cucina, le scintille di un camino, il surriscaldamento di un apparecchio elettrico, un corto circuito, una sigaretta lasciata accesa o non spenta bene che cade su un oggetto infiammabile.



- **Controllare l'impianto elettrico** negli ambienti, come i ripostigli, dove sono presenti carta, vestiti, solventi.
- Scegliere arredi realizzati con **materiali ignifughi** autoestinguenti, in particolare per mobili con imbottitura e materassi.
- Evitare di far **surriscaldare** gli elettrodomestici quali televisore o riproduttori audio ecc.
- Utilizzando i **fornelli del gas** non indossare abiti con maniche ampie che possono finire inavvertitamente sui fornelli.
- Non lasciare le **apparecchiature in stand-by**, ma spegnere l'interruttore.
- **Non fumare a letto** o vicino a mobili imbottiti.
- Non addormentarsi fumando.
- **Schermare il caminetto** con un elemento di protezione dalle scintille.
- Avere in casa un **piccolo estintore**.

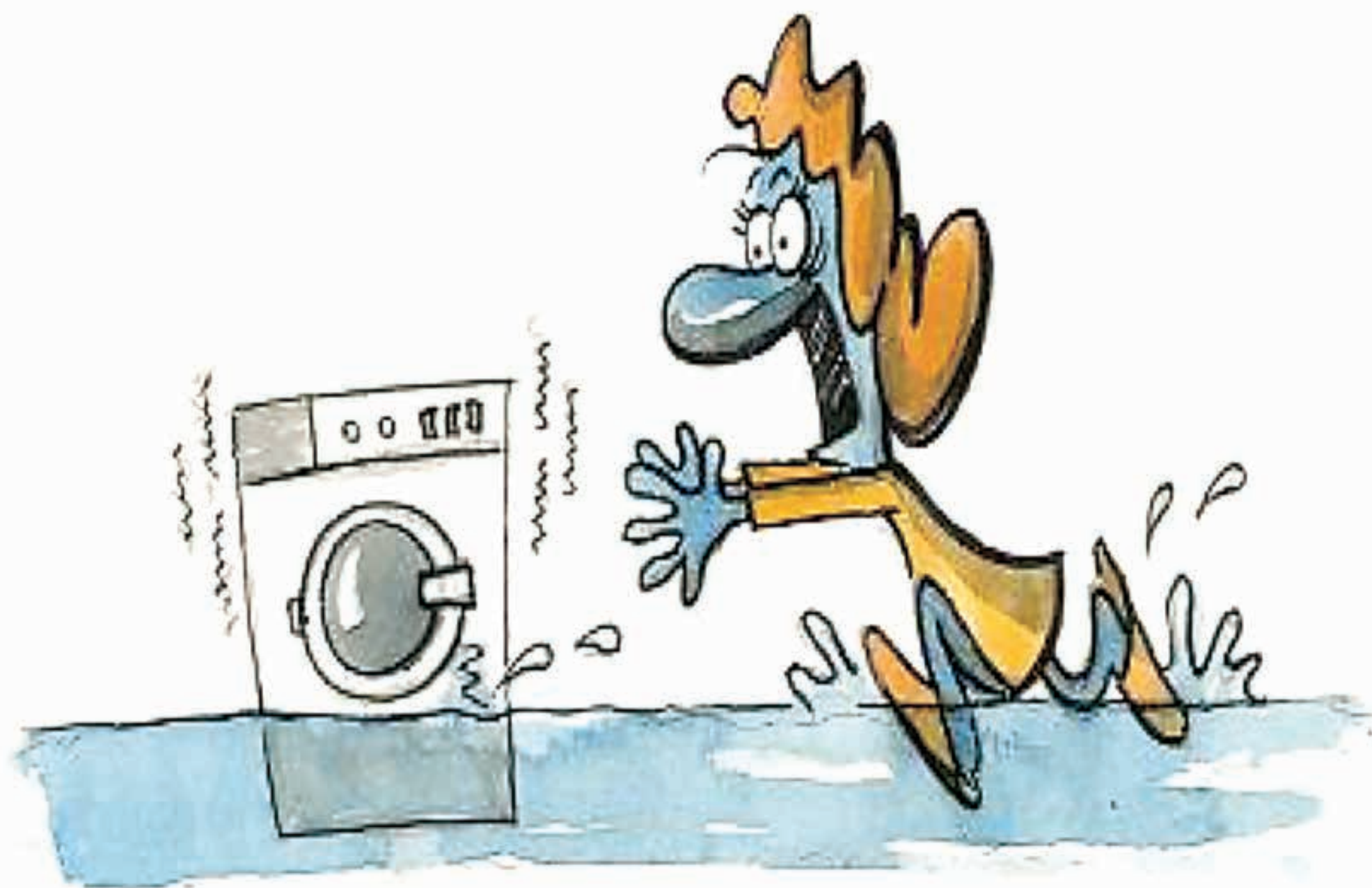


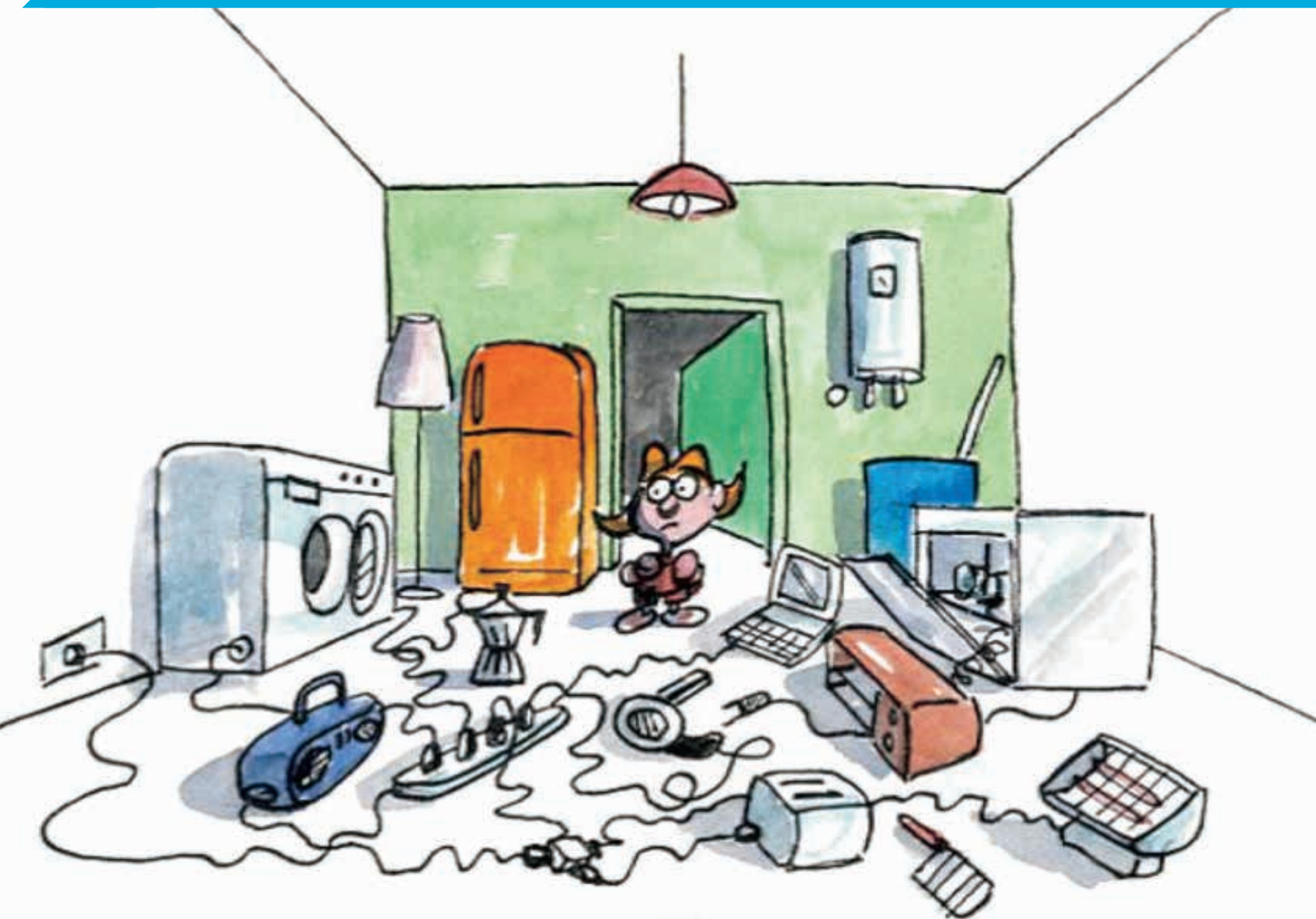
L'acqua può diventare una fonte di pericolo: per le **folgorazioni** causate da apparecchi elettrici o parti dell'impianto elettrico nel caso in cui entrino in contatto; per le **ustioni** se utilizzata a temperature eccessive; per gli **allagamenti** causati da rotture o mancato controllo delle utenze idriche.

L'impianto idrico va quindi mantenuto in buono stato e controllato con attenzione per evitare che si determinino perdite e allagamenti.

Alcuni consigli:

- utilizzare lo scaldabagno con l'acqua ad una temperatura di circa 45°C
- mantenere in buono stato di manutenzione i rubinetti e le altre parti dell'impianto
- riparare tempestivamente le perdite per evitare sprechi idrici
- non lasciare lavatrice e lavastoviglie in funzione mentre si è fuori casa
- disporre dove necessario tappetini antiscivolo: l'acqua sui pavimenti di bagno e cucina può causare cadute
- fare attenzione alle pentole con acqua sui fornelli se in casa ci sono bambini
- chiudere il rubinetto generale dell'acqua prima di partire.





L'elettricità può costituire un grave rischio perché non è direttamente **visibile**, mentre i suoi effetti possono avere **conseguenze mortali** per l'uomo. Le fonti di pericolo dovute all'elettricità in casa sono connesse all'impianto elettrico stesso, alle apparecchiature elettriche, agli impianti elettrici degli appartamenti vicini, all'effetto di eventuali scariche atmosferiche.

Gli infortuni di origine elettrica possono avere **effetti gravissimi** ed istantanei, fortunatamente non sono molto frequenti ma quando accadono possono avere conseguenze anche mortali per folgorazione da contatto con parti dell'impianto o di apparecchi elettrici in tensione.

Anche gli **incendi** spesso sono **dovuti a cause elettriche** quali corto circuito o **surriscaldamento** di contatti elettrici non stabili.



In ogni abitazione dovrebbe essere presente un quadro generale comprendente: un contatore per la misurazione dei consumi; **l'interruttore magneto-termico**, che interrompe il circuito in caso di eccessivo carico e in caso di corto circuito; **l'interruttore differenziale**, che **interviene istantaneamente** togliendo corrente al circuito per la protezione delle persone. In alternativa ai due interruttori descritti si può installare un interruttore differenziale magneto-termico che integra le funzioni. **Verificare periodicamente** (una volta al mese) la funzionalità dell'interruttore differenziale premendo l'apposito tasto di prova.



Prima di un **incidente** connesso all'uso dell'impianto o degli apparecchi elettrici, si hanno dei **segnali di avvertimento**:

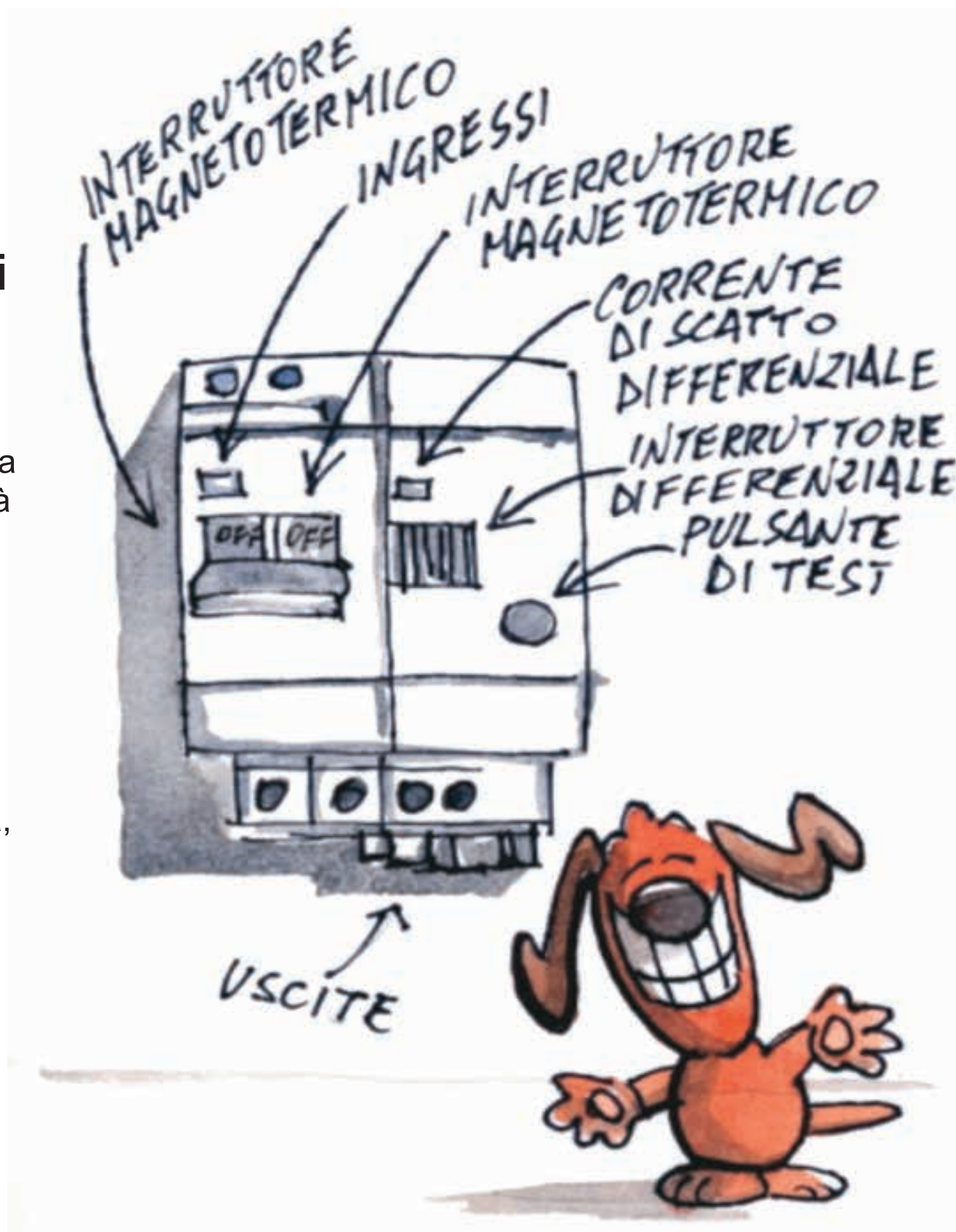
- toccando un apparecchio o parti dell'impianto elettrico si ha la **sensazione di formicolio o di calore** anche se non c'è tensione?
- manca spesso e in modo improvviso l'energia elettrica?
- ci sono lampade che **"sfarfallano"**?
- sulle spine o sulle prese di corrente ci sono segni di **bruciature**?
- gli interruttori, le prese e le scatole, i cavi elettrici non sono integri?
- ci sono cavi elettrici a vista?

Se la risposta ad una di queste domande è sì, è necessario **ricorrere** al **consiglio di un tecnico specializzato** per far verificare l'impianto.



L'impianto elettrico è a norma?

La dichiarazione di conformità (legge 46/90, e s.m.i.), rilasciata dalla ditta che lo ha realizzato, deve riportare la descrizione e la conformità a norma di tutti i materiali impiegati, la piantina della casa con lo schema e l'indicazione di tutti gli interruttori e le prese. Per la messa a norma deve essere stato realizzato l'impianto di messa a terra, collegato a quello condominiale, e deve essere presente l'interruttore differenziale salvavita di 30mA.



Come usare l'impianto elettrico:

- ridurre al minimo i collegamenti con prolunghe, riduttori e spine multiple
- non far passare fili elettrici e prolunghe sotto i tappeti
- non tirare i cavi elettrici degli elettrodomestici per togliere la spina
- prima di collegare la spina di un apparecchio elettrico a una presa, controllare il voltaggio
- togliere la spina dalla presa prima di pulire qualsiasi apparecchio elettrico
- non appoggiare apparecchi elettrici, cavi o prolunghe su superfici bagnate
- spegnere l'interruttore generale prima di pulire i lampadari o sostituire le lampadine.



I VELENI IN CASA

In ogni casa sono presenti numerosi **prodotti chimici**, prodotti per la pulizia quali detersivi, candeggina, smacchiatori, additivi. Sono presenti anche farmaci di vario tipo e di **varia pericolosità**, poi insetticidi più o meno potenti e infine prodotti che sono utilizzati per il 'fai da te' quali colle, vernici e solventi.



Anche **alcune piante** spesso presenti in casa possono avere **effetti tossici** e tra queste vanno citate: la Euphorbia pulcherrima (Stella di Natale), il cui lattice può provocare irritazioni delle mucose; il Lauro ceraso, le cui foglie e bacche hanno gravi effetti tossici e possono provocare nausea, vomito, vertigini, svenimento, alterazioni cardiache, acidosi, convulsioni; la Dieffenbachia, il cui lattice provoca forti irritazioni di pelle e mucose; l'Oleandro, le cui foglie, fiori o altra parte, se ingeriti, provocano convulsioni, dolori addominali, cefalea, sonnolenza, alterazioni cardiache.

A questi **rischi** sono esposti in particolare i **bambini piccoli**.



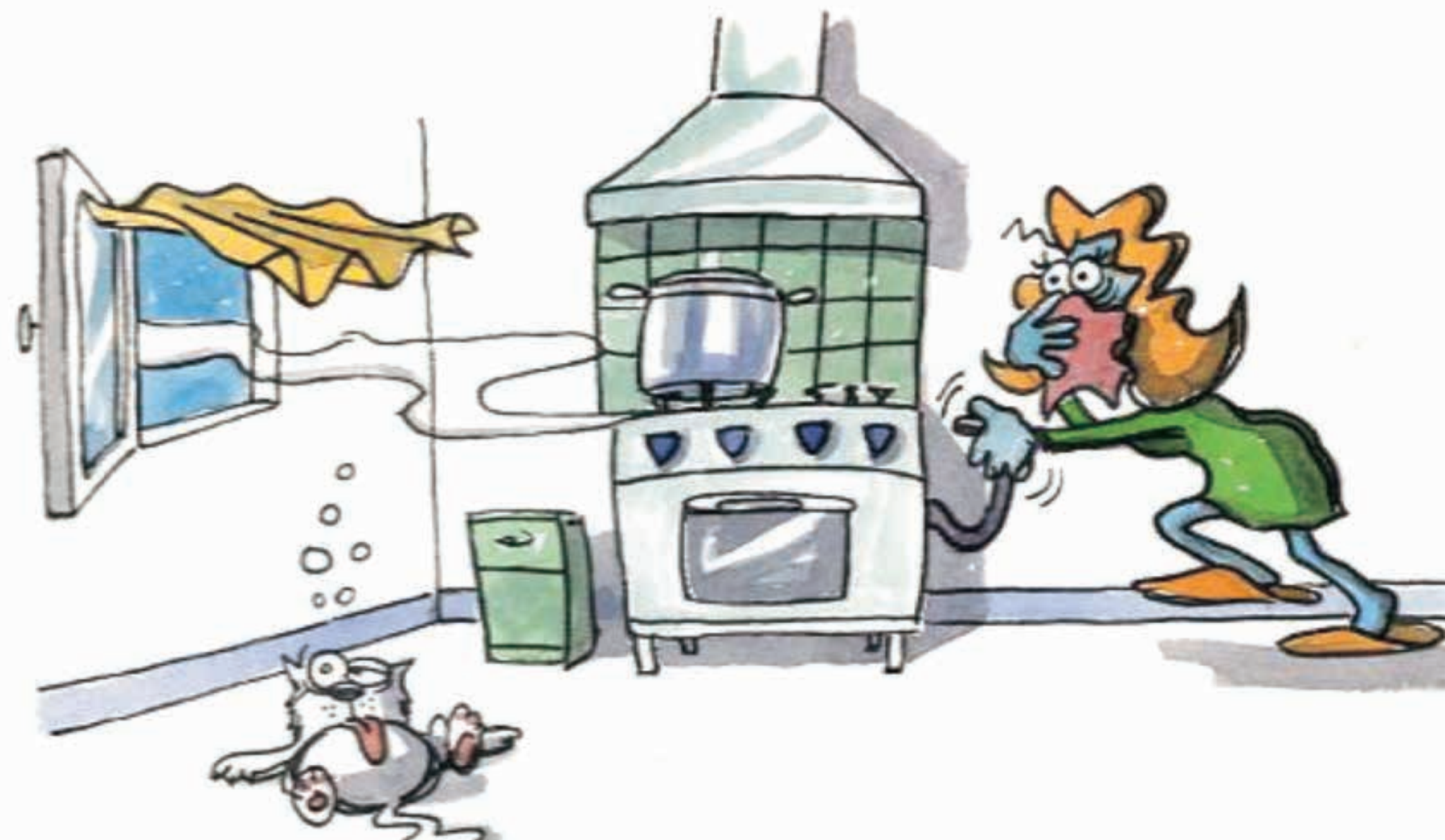
I **simboli di rischio chimico** sulle **etichette** dei prodotti di uso domestico, quali detersivi e disinfettanti, insetticidi e altri prodotti di largo impiego, avvertono di come e quanto le sostanze utilizzate in casa sono pericolose. Di seguito sono riportati i principali simboli di pericolo presenti sui prodotti di uso domestico.

I prodotti che contengono **sostanze tossiche**, potenziali fonti di avvelenamento (prodotti chimici, prodotti per la pulizia, detersivi, candeggine, smacchiatori, additivi, farmaci, insetticidi, colle, vernici e solventi), vanno sempre **conservati in luoghi sicuri** e sotto chiave, fuori dalla portata dei bambini, e inoltre vanno sempre conservati nelle confezioni originali che hanno le chiusure di sicurezza e indicano natura delle sostanze, modalità d'uso e scadenze. Infine, prima di utilizzare i prodotti, è necessario **leggere sempre le etichette** e le istruzioni. Se in casa ci sono delle **piante** potenzialmente “**velenose**” è opportuno informarsi sul tipo di tossicità delle piante stesse e valutare se questo è compatibile con la presenza sicura dei bambini. Riguardo ai medicinali presenti in casa va verificato che questi siano custoditi in modo adeguato e sicuro, fuori dalla portata dei bambini, così come per la zona in cui vengono conservati i detersivi, la candeggina e gli altri prodotti per la pulizia, i solventi, le colle e gli altri prodotti per il ‘fai da te’.

Simbolo	Denominazione - pericolo	Sigla
	<u>IRRITANTE</u> – Indica sostanze o preparazioni che, al contatto con la pelle o le mucose (occhi, naso, bocca) possono provocare irritazioni e infiammazioni. Il simbolo si trova sui flaconi di candeggina, ammoniaca, acido muriatico .	Xi
	<u>FACILMENTE INFIAMMABILE</u> – Indica sostanze che possono facilmente infiammarsi e quindi provocare ustioni. Il simbolo si trova sui flaconi di alcool, acetone, trielina .	F+
	<u>CORROSIVO</u> – Indica prodotti chimici che causano la distruzione di tessuti della pelle e se entrano in contatto con l'acqua provocano vapori ed effervescenze corrosive istantanee e imprevedibili. Il simbolo si trova sulle confezioni di sgorgatori di scarichi idrici, antiruggine .	C
	<u>NOCIVO</u> – Indica sostanze che, se inalate, ingerite o assorbite per via cutanea, possono causare seri rischi per la salute. Il simbolo si trova sulle confezioni di trielina, antigelo, acquaragia, canfora e naftalina .	Xn

I principali rischi connessi all'uso del gas sono:

- **cattiva combustione**, che determina la formazione dell'ossido di carbonio, un gas molto velenoso che non ha né colore né odore e di cui non si percepisce la presenza. Provoca sonnolenza, senso di confusione mentale, mal di testa, nausea e vomito, e può portare alla morte per intossicazione
- **perdite o fuoriuscite di gas**, dovute a spegnimento della fiamma del fornello di cucina, con pericolo di **esplosione** che si innesca generalmente per una scintilla dovuta all'uso dell'impianto elettrico.



L'impianto del **gas** deve rispettare alcune **semplici regole**:

- le tubazioni **non** possono **passare sottotraccia**
- prima di ogni apparecchio deve essere installato un **rubinetto** per consentire manutenzioni e sostituzioni
- nell'abitazione ci deve essere un **rubinetto generale**
- non** possono essere installati **impianti con fiamma libera** all'interno dell'abitazione
- le **prese d'aria** nella cucina con uso di gas devono essere **adeguate** alla potenza dei fornelli
- deve essere presente la **cappa** per espellere i fumi all'esterno
- la caldaia deve riportare il marchio di **conformità** alle norme Uni-Cig
- per l'installazione è obbligatorio rivolgersi a un **tecnico abilitato**
- la caldaia deve essere accompagnata da un **libretto d'impianto** in cui vengono registrate le operazioni di **manutenzione eseguite dal tecnico**.

Nell'utilizzare impianti e apparecchi a gas vanno **seguite alcune regole:**

- aprire la **valvola del contatore o della bombola** quando si utilizza l'impianto a gas e chiuderla al termine;
- all'**accensione** del fornello **accendere il fiammifero e accostarlo al bruciatore** o attivare l'accensione elettrica presente sui fornelli di più recente produzione, **quindi aprire il rubinetto del gas** e controllare l'avvenuta corretta accensione del bruciatore: se si apre prima il rubinetto del gas e poi si produce la scintilla o si accosta la fiamma, si rischia di avere un certo quantitativo di gas che potrebbe repentinamente infiammarsi con evidente pericolo.

Alcuni piani cottura di più recente concezione sono provvisti di **dispositivo di sicurezza** per lo **spegnimento accidentale** della fiamma, che interrompe la fuoriuscita del gas. Nel caso si avvertano delle perdite di gas è necessario aprire finestre e porte e chiudere la valvola principale.



La **manutenzione** degli impianti e degli apparecchi a gas

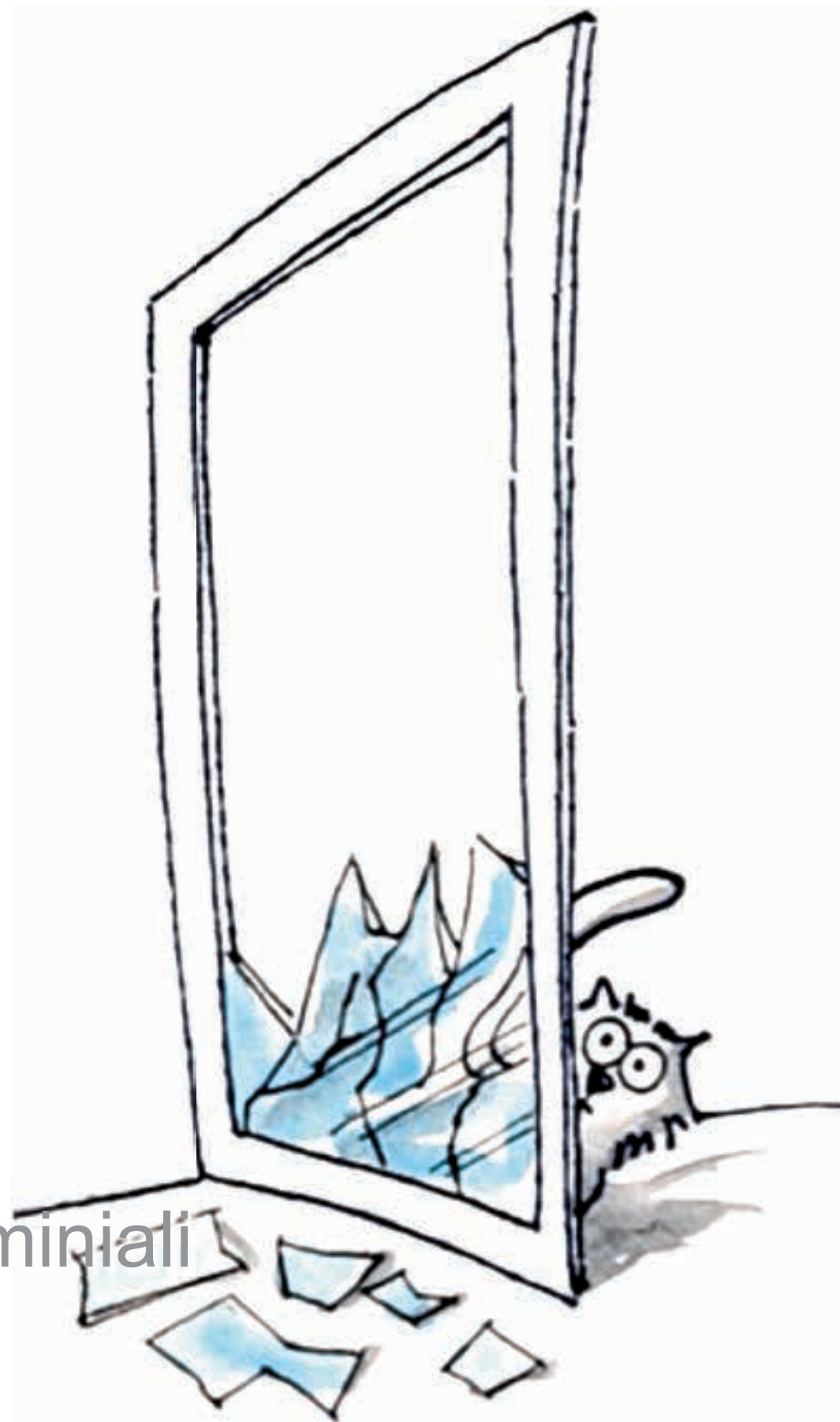
Negli impianti **autonomi individuali ogni anno** va eseguita una manutenzione generale che comprende pulizia del bruciatore, prova di tenuta, controlli dei dispositivi di sicurezza, mentre ogni due anni va eseguita la verifica del rendimento della combustione.

Il **tubo di gomma** che collega il rubinetto del gas all'ingresso nella macchina a gas non deve essere sottoposto a sforzi e deformazioni e va sostituito ogni 5 anni ossia entro la data di scadenza riportata sull'esterno del tubo stesso. È opportuno **controllare annualmente** lo stato delle **canne fumarie**, verificando che non ci siano annerimenti ossia cattivo tiraggio dei fumi né ostruzioni fino al punto di uscita.

Non improvvisarsi esperti, ma consultare tecnici specializzati.



- Ingresso e corridoi
- Scale
- Porte e finestre
- Balconi e terrazze
- Cucina
- Bagno
- Soggiorno
- Stanza dei bambini
- Stanza da letto
- Cantina e garage
- Parti esterne e condominiali



L'utilizzo dell'ingresso deve rendere agevoli le attività e i movimenti necessari per uscire ed entrare in casa.

Un'attenzione particolare va posta alla **percorribilità e fruibilità** dell'ambiente ingresso, e in generale dei corridoi, valutando le condizioni di illuminazione, gli spazi, i materiali di finitura e gli arredi.

I **pavimenti** dovrebbero avere un **grado di aderenza** corretto facendo attenzione alla presenza di ostacoli, quali i tappeti.

Lo **spazio di passaggio libero da ostacoli** non dovrebbe essere inferiore a 80-90 cm, evitando cambi di direzione repentini in zone con scarsa visibilità.

L'**illuminazione** deve essere sufficiente, min 100 lux, non presentare effetti di abbagliamento o contrasti eccessivi, essere uniforme per evitare zone d'ombra.

Le **porte** devono essere coerenti nel verso di apertura e non determinare condizioni di pericolo in caso di aperture simultanee. Per le parti a vetro, se ve ne sono, devono essere utilizzati **vetri di sicurezza**. Le maniglie e le serrature devono essere del tipo di sicurezza antimpigliamento. Se nella casa vi sono bambini piccoli è necessario valutare le caratteristiche della chiusura della porta di ingresso, per evitare che questa venga aperta dai piccoli senza controllo.

Gli **arredi** dovrebbero essere disposti lasciando **adeguati spazi di passaggio** e resi convenientemente stabili.

elimina il RISCHIO

6 59

Riconosci il rischio e scrivi il numero nel cerchio...



1. Mobili e suppellettili non sporgenti.
2. Tappeti e guide ben fissati a terra.
3. Pavimento non scivoloso.
4. Disposizione adeguata delle porte.

Gradini scivolosi o troppo ripidi, ringhiere non adeguate, assenza di corrimano nei punti più pericolosi, scarsa illuminazione, dimensioni troppo ridotte delle rampe sono all'origine dei numerosi **incidenti che si verificano sulle scale**, costituiti principalmente da cadute che possono avere anche conseguenze serie.

Una scala comune a più abitazioni dovrebbe avere gradini con un'alzata di 17 cm, una pedata di 30 cm e una larghezza di 120 cm. Nel caso di scale interne ad una abitazione, la larghezza della rampa non dovrebbe essere inferiore a 90 cm e i **gradini non dovrebbero essere troppo ripidi**.

Il **bordo dei gradini** deve essere sufficientemente illuminato, evidenziato e reso antiscivolo con elementi adesivi antisdrucchiolo.

L'illuminazione deve essere appropriata e far percepire esattamente la forma dei gradini e del pianerottolo così da permettere di regolare con sicurezza i propri movimenti: non deve presentare effetti di abbagliamento o contrasti luminosi eccessivi e determinare zone d'ombra.

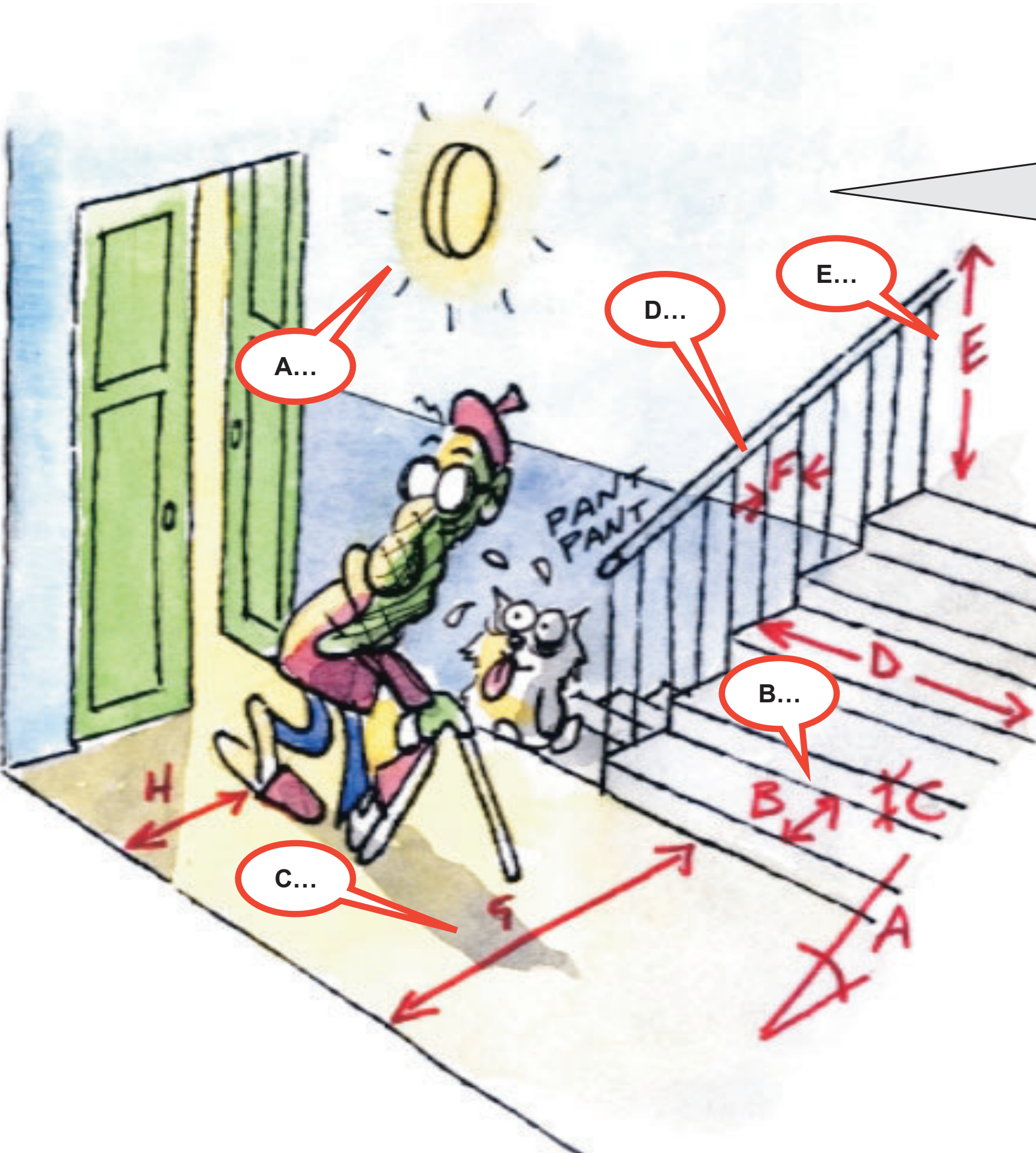
I **corrimano lungo le scale** devono avere un'altezza minima di 100 cm, con forma adeguata alla presa e parapetti di forme e dimensioni rispondenti alle norme (D.M. 236/1989, punto 8.1.10).

I **pianerottoli** di partenza e di arrivo devono avere dimensioni tali da consentire una sufficiente visibilità e movimenti comodi e sicuri.

elimina il RISCHIO

6 61

Riconosci il rischio e scrivi il numero nel cerchio...



1. Adeguati pianerottoli partenza e arrivo scale.
2. Gradini non troppo ripidi e con bordi antiscivolo.
3. Presenza del parapetto e del corrimano.
4. Distanza tra i montanti massimo 10 cm.
5. Adeguata illuminazione e visibilità della scala.

Le **porte** e le **finestre** sono spesso **fonte di rischio** per urti, mancata visione degli ambienti cui la porta conduce, schiacciamento delle dita lungo i profili di battuta e, da non trascurare, per gli effetti dell'impigliamento che certi tipi di maniglie possono causare in particolari condizioni.

Le **parti vetrate di porte e finestre** possono essere molto pericolose se il vetro non è di sicurezza, sia nel caso di urti diretti sia nel caso di chiusure dovute a correnti d'aria con conseguente rottura del vetro e proiezione di frammenti taglienti. La natura delle vetrate delle porte va, quindi, sempre attentamente verificata.

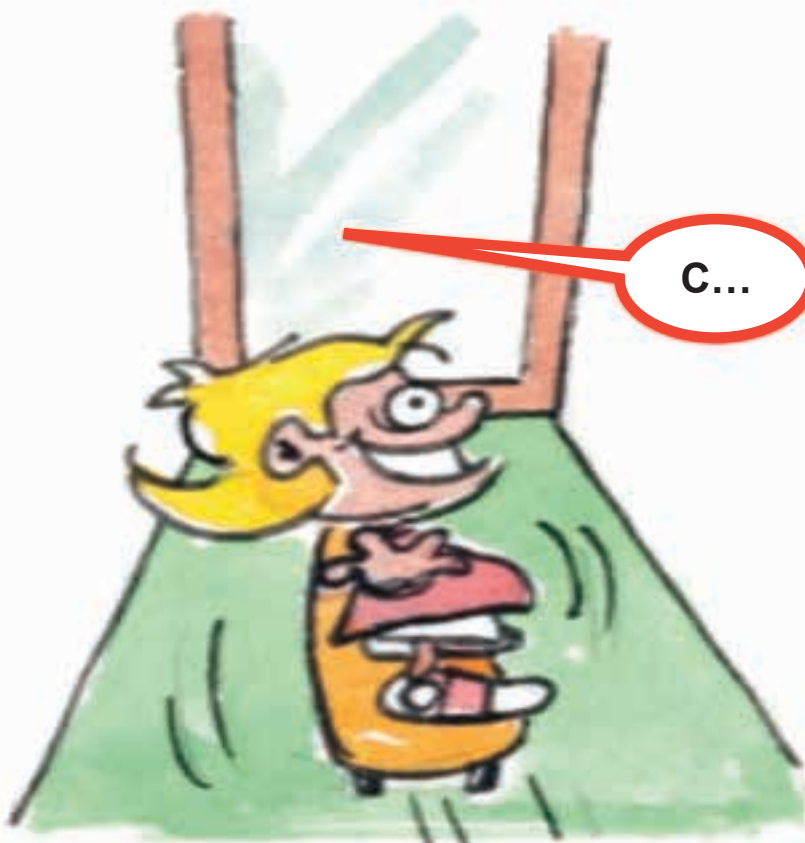
Se in casa ci sono dei **bambini** è bene valutare attentamente la **“scalabilità” delle soglie delle finestre** magari tramite arredi contigui. Se non si è sicuri di poter esercitare un controllo costante e diretto delle finestre, specie in estate, è bene predisporre chiusure controllate dei serramenti capaci di impedire qualsiasi rischio di caduta.

Nelle **operazioni di pulizia dei vetri** è bene valutare preventivamente le condizioni in cui si opera ed evitare di porsi in **condizioni di pericolo sporgendosi** all'esterno..

elimina il RISCHIO

6 63

Riconosci il rischio e scrivi il numero nel cerchio...



1. Rischio rottura vetri - sostituire con vetri di sicurezza.
2. Adeguata disposizione e visibilità tra le porte
3. Rischio impigliamento, utilizzare maniglie di sicurezza.
4. Non sporgersi durante le operazioni di pulizia dei vetri.

Balconi e terrazze sono molto vissuti, particolarmente nei mesi estivi, e spesso sono spazi di gioco per i bambini. È bene **rendere sicuri questi spazi** valutando tutti i rischi possibili.

Contro il **rischio scavalcamiento** dei parapetti è bene predisporre delle protezioni in grado di elevarne l'altezza. I vasi di fiori che li adornano spesso possono dare l'impressione di una maggiore altezza del parapetto.

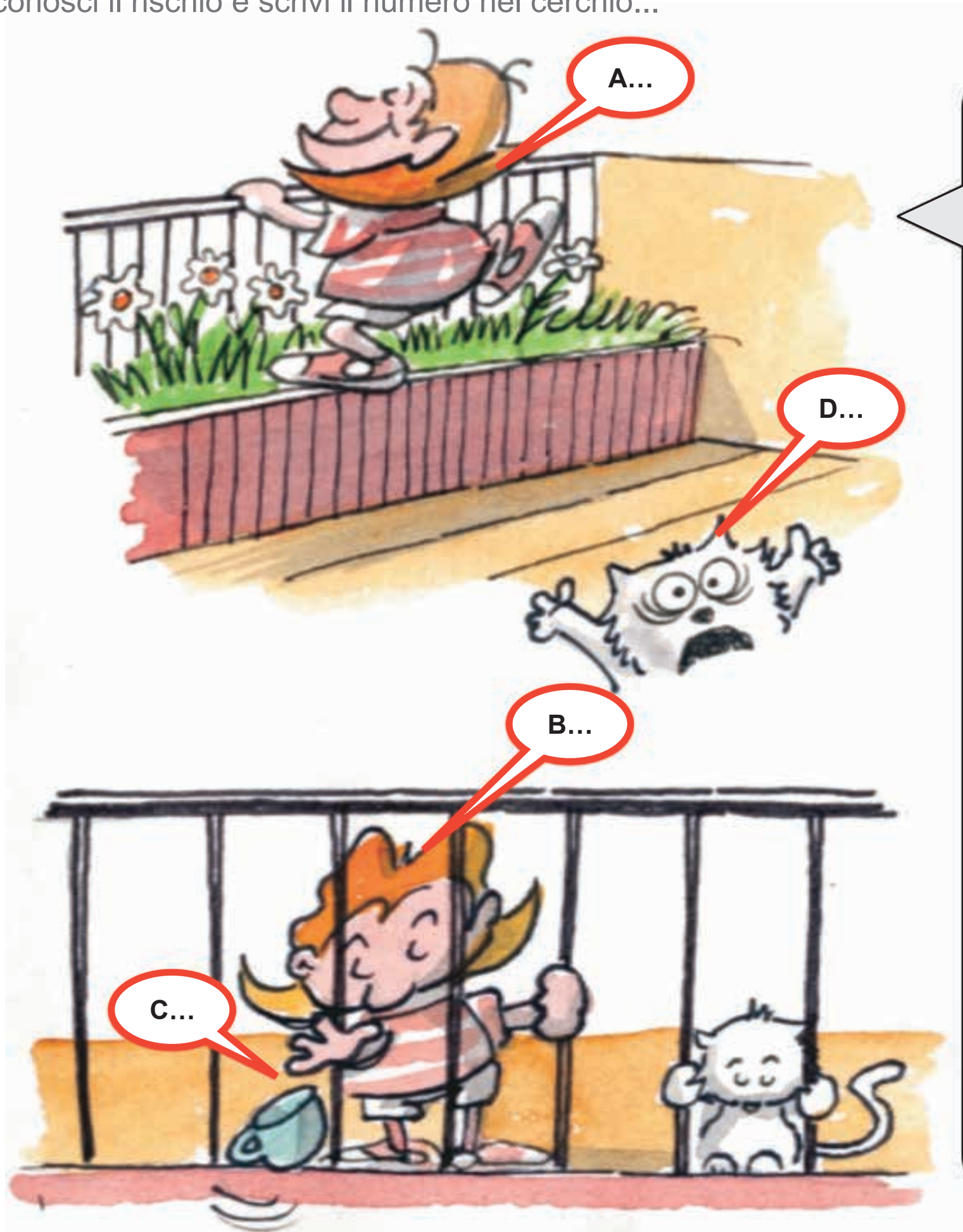
Il rischio di scavalcamiento può essere aumentato anche dalla **forma del parapetto** di protezione se questo, ad esempio, è costituito da elementi paralleli orizzontali che ben si possono prestare ad essere scalati.

La **distanza tra i montanti di parapetti e ringhiere** non deve essere maggiore di 10 cm per evitare che i bambini, in particolare, possano rimanere incastrati o peggio attraversare la protezione. Se in casa sono presenti bambini piccoli è bene utilizzare una rete di protezione, possibilmente in plastica, con maglie di dimensione non superiore ai 3x3 cm, senza mai temere di eccedere nelle precauzioni.

elimina il RISCHIO

6 65

Riconosci il rischio e scrivi il numero nel cerchio...



1. Adeguata altezza del parapetto e disposizione delle fioriere per evitare il rischio scavalco.
2. Distanza tra i montanti massimo 10 cm per evitare impigliamento di parti del corpo.
3. Attenzione e sorveglianza dei bambini quando sono su terrazzi e balconi.

La cucina è l'ambiente in cui si verifica il **maggior numero di incidenti domestici**: ferite, ustioni, ingestione di sostanze tossiche, scosse elettriche. Le donne, ovviamente, sono le più esposte.

Un **fattore di prevenzione importante** è dato dall'**organizzazione** dei tre punti principali della cucina: la **zona deposito**, in cui si conservano le provviste, le stoviglie e il vasellame; la **zona preparazione**, con piano di lavoro, lavello, zona rifiuti; la **zona cottura**, con i fornelli a gas o elettrici e i forni di vario tipo .



elimina il RISCHIO

6 67

Riconosci il rischio e scrivi il numero nel cerchio...



1. Rischio scottature e ustioni con padelle e tegami.
2. Rischio avvelenamento, (custodire in modo sicuro detersivi e solventi se in casa ci sono dei bambini).
3. Rischio taglio con utensili.
4. Rischio ustioni ferro da stiro.
5. Rischio scottature e ustioni con sportello del forno.
6. Rischio allagamento.

Durante la preparazione delle vivande **ci si espone a rischi** conseguenti all'utilizzo di coltelli taglienti ed elettrodomestici di vario tipo spesso vicino all'acqua e alla presenza di fiamme libere durante la cottura.

Quando si cucina davanti ai fornelli è bene non indossare abiti con ampie maniche o parti facilmente esposte alle fiamme. Va inoltre posta una particolare attenzione alle **condizioni psicofisiche** specie se si assumono farmaci che riducono il livello di attenzione.

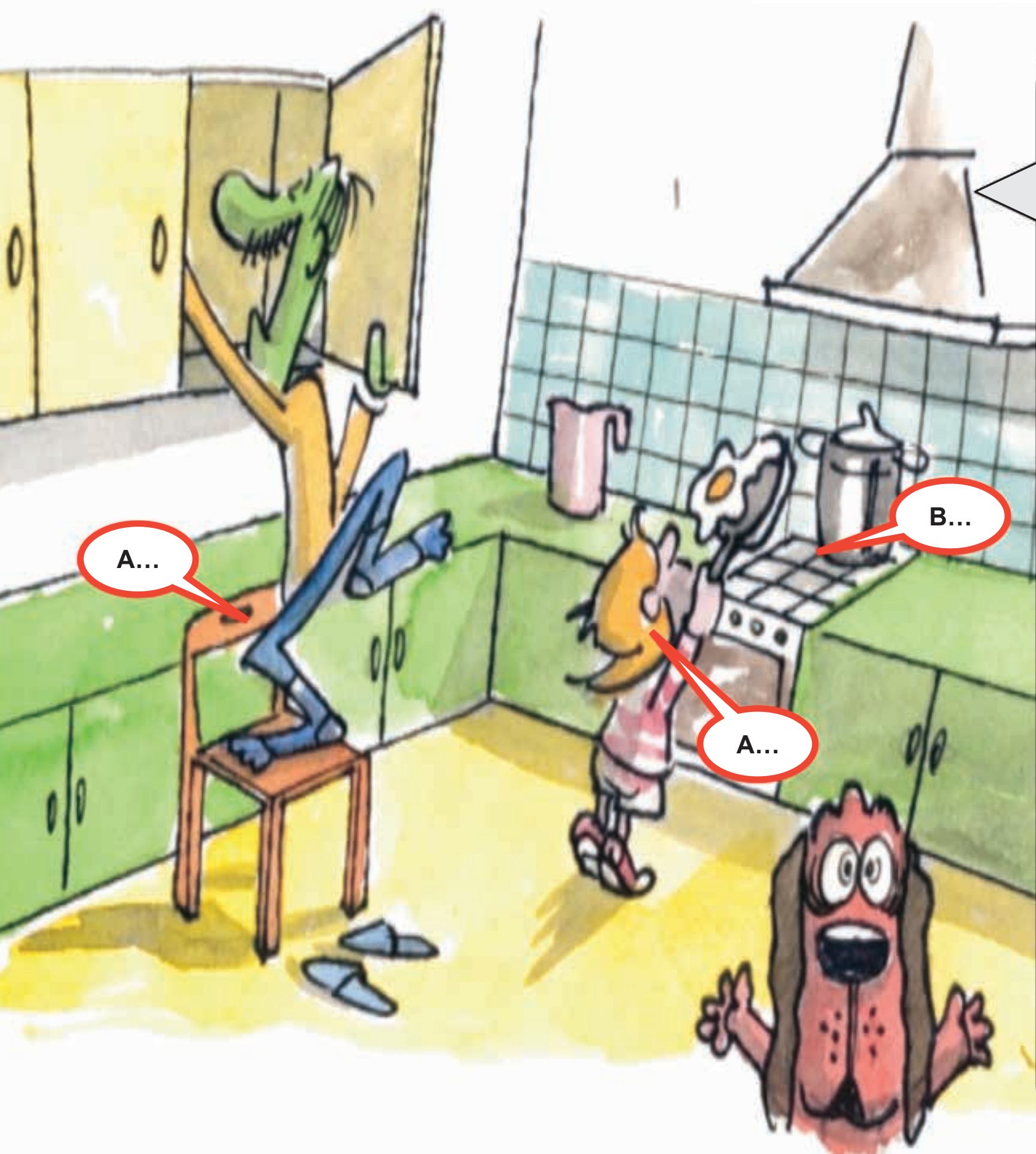
Tra i **dispositivi di sicurezza adottabili** vanno considerati: il piano cottura con fornelli dotati di valvola di sicurezza antifughiuscita di gas; il dispositivo di sicurezza di rilevazione e interruzione circuito gas; lo schermo di protezione dei fornelli antiribaltamento nel caso in cui ci siano dei bambini in casa; il piano cottura a induzione; la presenza del salvavita e l'interruttore differenziale.



elimina il RISCHIO

6 69

Riconosci il rischio e scrivi il numero nel cerchio...



1. Rischio ustioni, (adeguata attenzione se in casa vi sono dei bambini).
2. Rischio di esplosione per il gas in caso di spegnimento del fornello.
3. Rischio cadute per utilizzo improprio di sedie o altro.

Il bagno è caratterizzato dalla presenza di **acqua** o di atmosfere umide e di **elettricità** che viene utilizzata da numerosi elettrodomestici e, se non vengono rispettate tutte le norme, si può essere a rischio di scosse elettriche accidentali particolarmente pericolose.

La presenza di **superfici bagnate** e di **pavimenti scivolosi** può comportare il rischio di cadute e urti. Se ci sono dei **tappetini a pavimento** verificare che non costituiscano motivo di scivolamento o inciampo.

Se necessario, inserire elementi per **migliorare l'aderenza delle superfici** del pavimento della vasca o della doccia; valutare l'inserimento di maniglioni di appoggio e prevedere l'utilizzo di sedili.

La **temperatura dell'acqua calda sanitaria** va regolata per evitare eventuali ustioni e contenere il consumo di energia.

In caso di utilizzo di apparecchi elettrici (phon, stufe, caldo bagno, radio, ecc.) vanno seguite le **corrette condizioni di uso**; lo stato dei cavi e delle prese; la presenza di acqua sul pavimento. Periodicamente inoltre è bene verificare il corretto funzionamento dell'impianto elettrico.

Infine i **medicinali**, come pure i prodotti utilizzati per le pulizie domestiche, vanno custoditi adeguatamente, soprattutto in presenza di bambini, perché la loro ingestione può provocare avvelenamento o ustioni di vario tipo.

elimina il RISCHIO

6 71

Riconosci il rischio e scrivi il numero nel cerchio...



1. Rischio ustioni, attenzione alla temperatura dell'acqua calda.
2. Rischio allagamento, utilizzare l'acqua con attenzione.
3. Rischio avvelenamento, custodire medicinali e prodotti pericolosi fuori dalla portata dei bambini.
4. Rischio scavalco per la presenza dei sanitari.

Caratteristica di questo ambiente è la possibilità che tutti i membri della famiglia svolgano contemporaneamente varie attività, soprattutto durante la brutta stagione: si vede la televisione, si gioca, si svolge qualche attività domestica, si legge.

Nel caso in cui vi siano bambini in casa è probabile che nelle giornate più fredde e piovose il soggiorno diventi un sostituto parziale del parco giochi.

Il soggiorno va reso sicuro: verificando la presenza di spigoli e **sporgenze nei mobili**; fissando le librerie con elementi **antiribaltamento** alle pareti; limitando la presenza di oggetti sui ripiani e verificandone l'afferrabilità; controllando la **stabilità di tappeti** e guide se presenti; eliminando prese e prolunghe elettriche; verificando i rischi connessi a **porte e finestre**.

Se si ha un **camino**, questo va adeguatamente protetto con appositi schermi per evitare che le scintille raggiungano mobili, tappeti e tendaggi situati nelle vicinanze. Va inoltre periodicamente pulita la canna fumaria per evitare i rischi (anche fatali) di una cattiva combustione per scarso tiraggio.

Le **prese elettriche non vanno sovraccaricate** con spine multiple e relativi apparecchi, per evitare il surriscaldamento dei cavi. Se si fuma in casa va considerato, oltre il danno alla salute, il rischio di possibili incendi di mobili imbottiti.

elimina il RISCHIO

6 73

Riconosci il rischio e scrivi il numero nel cerchio...



1. Rischio cadute per la presenza di tappeti e pavimenti molto lucidi.
2. Rischio caduta oggetti dai ripiani.
3. Rischio incendio per scintille dal camino che va sempre schermato.
4. Rischio incendio con sigaretta dei mobili imbottiti.
5. Rischio ribaltamento mobili, specie se in casa ci sono dei bambini.

La camera del bambino è il luogo in cui **i rischi variano col variare dell'età**. Per quanto riguarda i lattanti, tra i rischi più comuni sono considerati il soffocamento e le cadute; per evitarli vanno disposti quegli ausili che permettono di avere un costante controllo dello stato del bambino. Crescendo, i rischi da valutare sono quelli legati a: ingestione di corpi estranei, cadute, asfissia, urti, schiacciamento di dita, caduta di oggetti dai mobili, ferite con oggetti taglienti compresi pezzi di vetro.

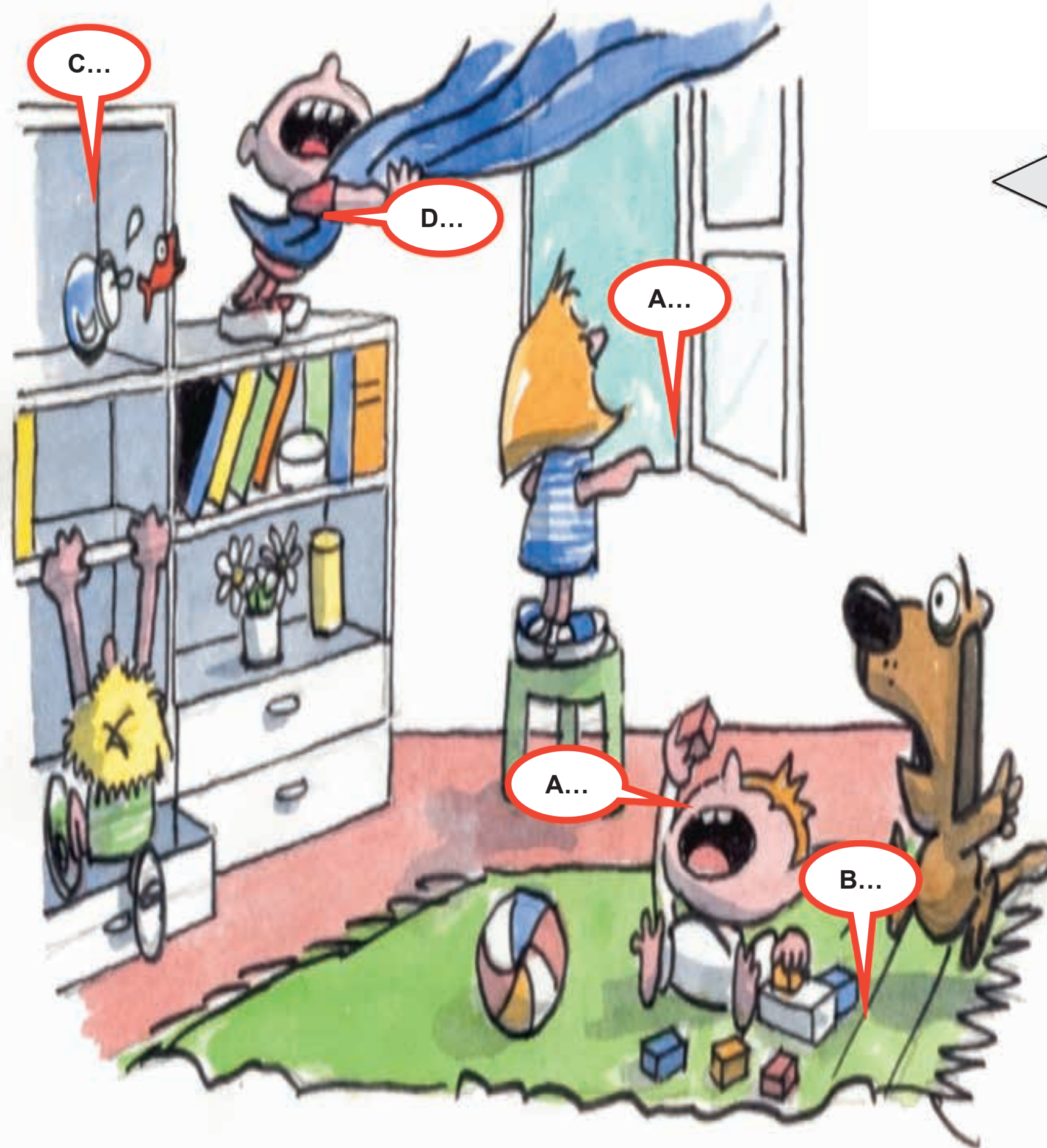
Nella stanza dei bambini è opportuno valutare:

- spigoli e sporgenze nei mobili
- librerie da fissare con elementi antiribaltamento alle pareti
- oggetti sui ripiani facilmente raggiungibili dai bambini
- stabilità di tappeti e guide, se presenti
- pericolosità di prese e prolunghe elettriche
- rischi connessi a porte e finestre
- scalabilità dei mobili.

elimina il RISCHIO

6 75

Riconosci il rischio e scrivi il numero nel cerchio...



1. Rischio cadute per la presenza di tappeti e pavimenti molto lucidi.
2. Rischio scavalco del davanzale della finestra per la presenza di oggetti e mobili.
3. Rischio arrampicamento sui mobili, rischio caduta.
4. Rischio caduta oggetti.
5. Rischio soffocamento per ingestione oggetti.

Nella stanza da letto possono essere presenti **rischi derivanti da uno scarso livello di attenzione**, dovuto all'assunzione di particolari farmaci o a uno stato psicofisico generale, che affievoliscono la sensazione del pericolo. Vanno perciò eliminate le potenziali fonti di rischio presenti.

Fumare a letto è molto pericoloso: addormentarsi con la sigaretta accesa vicino al materasso pone a fortissimo rischio di incendio.

Anche prolunghe o altri **oggetti abbandonati sul pavimento** della stanza diventano fonte di rischio e causa di cadute.

I **tappeti**, se presenti, vanno resi **stabili**, perfettamente aderenti al pavimento.

Una **adeguata illuminazione** contribuisce ad evitare false percezioni di oggetti e distanze.

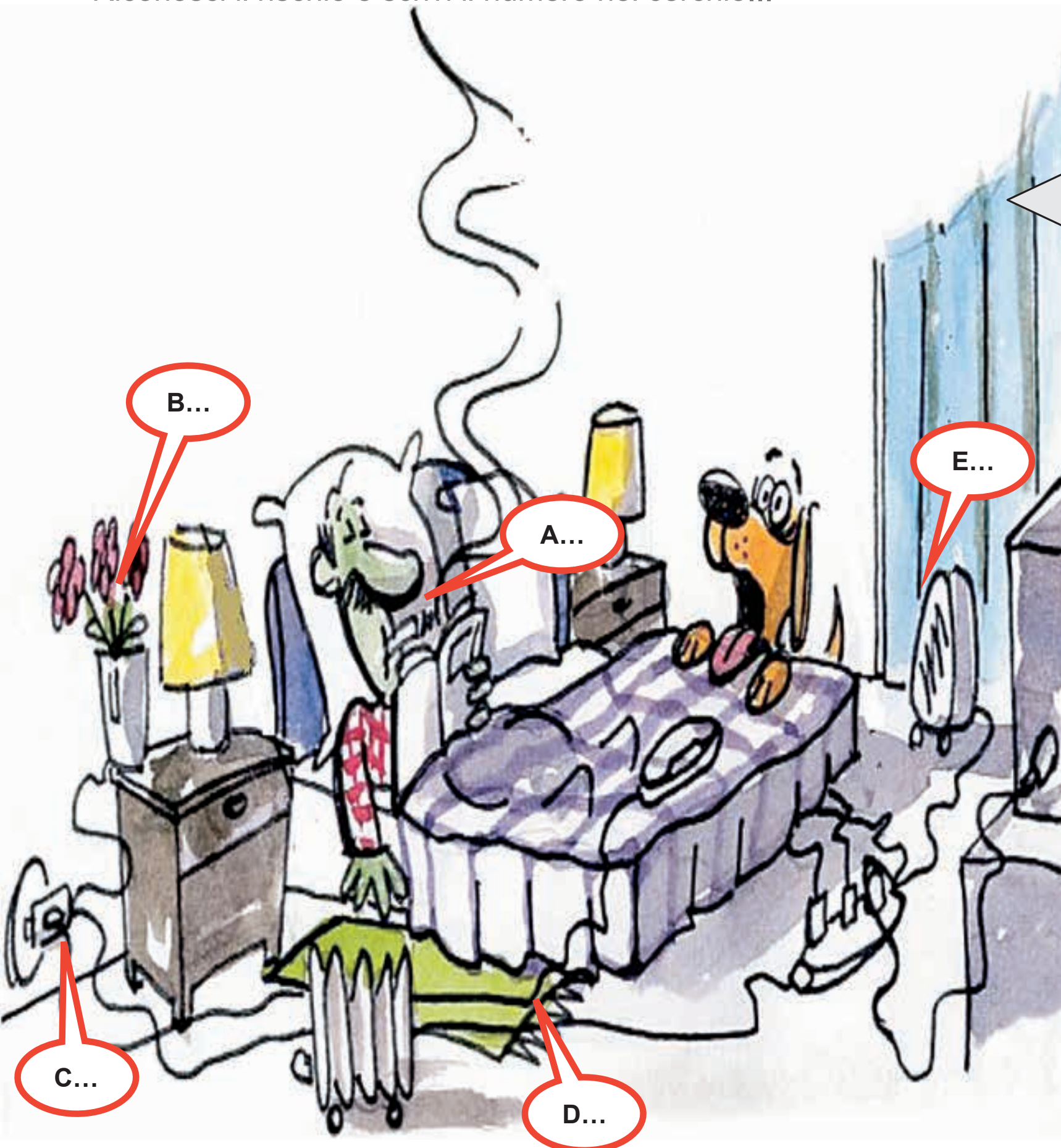
Concludendo, la stanza da letto va **mantenuta in ordine**, con pochi oggetti essenziali che non intralcino gli spazi di passaggio e disponendo gli interruttori dell'impianto elettrico in maniera adeguata e di comodo utilizzo.

Nel caso ci si prenda cura di persone il cui **grado di attenzione è limitato**, il **controllo** deve essere **costante**, per impedire il verificarsi di condizioni di pericolo.

elimina il RISCHIO

6 77

Riconosci il rischio e scrivi il numero nel cerchio...



1. Rischio cadute per la presenza di tappeti fili ed oggetti.
2. Rischio elettrico per surriscaldamento prese elettriche.
3. Rischio incendio per l'abitudine di fumare a letto.
4. Rischio caduta oggetti.
5. Rischio incendio per la presenza di tendaggi e stufe elettriche.

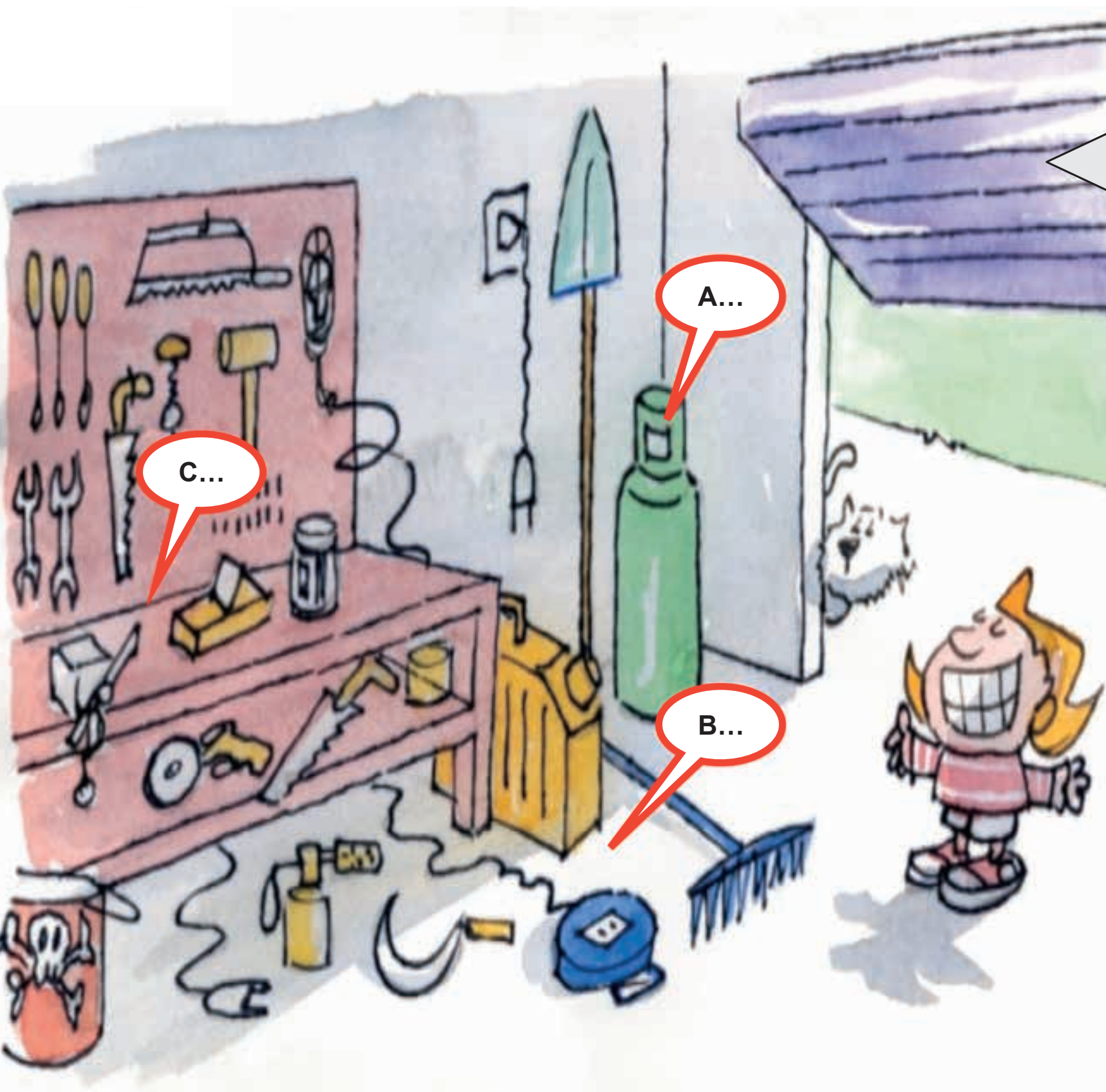
Gli spazi in cui si conservano gli oggetti che non sono di uso quotidiano quali ripostigli, soffitte o cantine vanno mantenuti in ordine e **non ingombrati di oggetti inutili.**

Difatti, negli ambienti disordinati e pieni di oggetti accatastati ci si muove male e può essere pericoloso spostare cose che talvolta sono in equilibrio precario. Vanno sempre **usate scale e scalette integre e ben stabili**, ma soprattutto devono essere valutare con obiettività le proprie capacità fisiche evitando di **compiere sforzi fisici eccessivi** le cui conseguenze potrebbero essere molto gravi. Se si è in difficoltà, meglio chiedere aiuto a una persona fidata!

elimina il RISCHIO

6 79

Riconosci il rischio e scrivi il numero nel cerchio...



1. Rischio cadute.
2. Rischio incendio per la presenza di prodotti infiammabili.
3. Rischio per l'utilizzo di piccoli utensili.

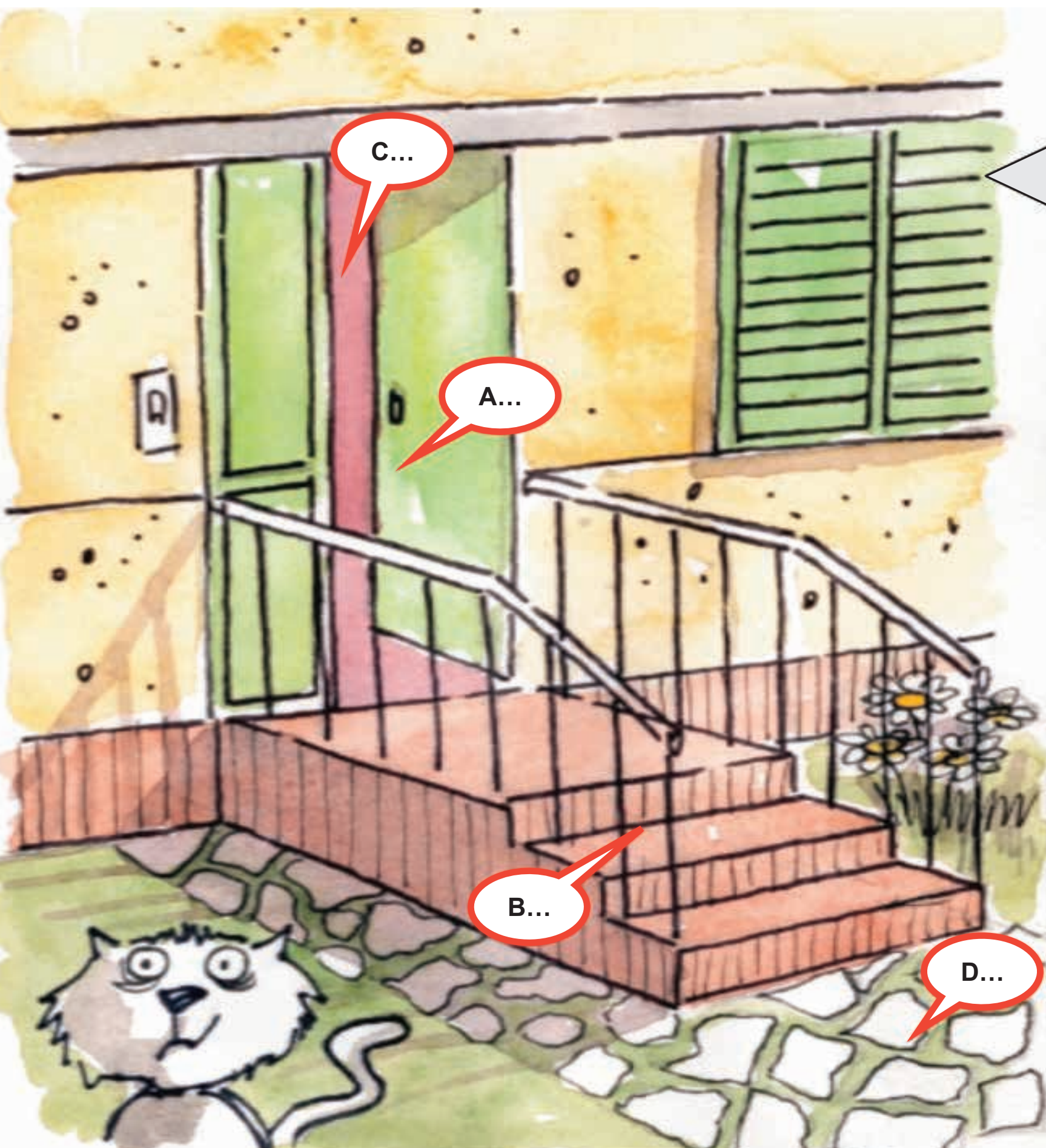
Le parti comuni di un edificio comprendono tutti quegli spazi che dallo spazio pubblico conducono ai singoli alloggi.

Gli atri condominiali, i giardini, le scale ed altre aree simili devono rispondere ai requisiti indicati dalle norme per l'eliminazione delle barriere architettoniche. Inoltre, per evitare pericoli, sono fondamentali una buona gestione e manutenzione di questi spazi, più che la forma e i materiali con cui sono delimitati.

elimina il RISCHIO

6 81

Riconosci il rischio e scrivi il numero nel cerchio...



1. Rischio cadute per pavimenti sconnessi e scivolosi.
2. Rischio per gradini isolati e non segnalati.
3. Rischio per le dimensioni ristrette delle ante delle porte.
4. Rischio per scarsa illuminazione.



E' bene conoscere le strutture sanitarie più vicine alla nostra abitazione, gli altri punti di soccorso direttamente raggiungibili e avere a portata di mano alcuni numeri di telefono utili. Ed è bene che li conoscano anche i nostri familiari: essere preparati almeno in questo può essere di aiuto nell'emergenza.

La cassetta di emergenza, da tenere a portata di mano e da rinnovare frequentemente, deve contenere:

- una torcia a batteria, con una batteria di scorta
- fiammiferi
- radiolina a batteria, con batteria di scorta (per essere informati sull'evoluzione della calamità, sui comportamenti da tenere e sulla situazione dei soccorsi)
- generi alimentari non deperibili
- vestiario di stagione e coperte
- eventuali medicinali specifici

Il kit di pronto soccorso, da tenere in un luogo noto a tutti e da rinnovare periodicamente, deve contenere:

- disinfettanti utili
- bende, garze e cerotti
- tintura di iodio
- forbici, spille da balia
- cotone emostatico
- pomata per contusioni
- pomata per punture di insetti

Ospedale più vicino	
Centro grandi ustionati	
Centro antiveneni	
Medico di famiglia	
Pediatra	
Cardiologo	
Guardia medica	
Farmacia	
Centralino comune	
Gestore fornitura elettrica	

Familiari	
Familiari	
Familiari	
Amici	
Amici	
Amici	
Vicini	
Vicini	
Vicini	
Amm. Condominio	