

ULSS 1 DOLOMITI INCONTRA

I giovedì della Salute



La prevenzione degli incidenti domestici

*Relatori: Marco Dal Pont
Donatella Rizzato*

Belluno, 12 ottobre 2017
Sala Riunioni Ospedale San Martino



**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI



guadagnare salute

rendere facili le scelte salutari

I Fatti

Incidenti sul lavoro Più morti che viva

... hanno perso la vita mentre stavano lavorando. Più morti che vivi. Un dato che ci ha fatto riflettere. Quora che siamo 2,8 milioni. 1,17% infortunati. 1,17% infortunati.

Scorzè, operaio travolto da muletto

E' accaduto nello stabilimento di viale Kennedy della San Benedetto. L'uomo ha riportato fratture scomposte alla gamba sinistra

SCORZÈ. Brutto incidente sul lavoro l'altro ieri mattina all'interno dello stabilimento di viale Kennedy della San Benedetto di Scorzè. Un operaio di una ditta esterna, Gilberto Tortello, è stato investito da un muletto da 3,5 tonnellate, riportando fratture scomposte all'osso inferiore della gamba sinistra. L'uomo è stato trasportato in elicottero all'ospedale di Montebelluna.

Veneto, morti sul lavoro È secondo dopo l'Emilia

È secondo dopo l'Emilia

Morire di lavoro: trenta vittime malgrado crisi e disoccupazione

Dipendenti e autonomi. In aumento dei morti e, al diminuire degli infortuni, non segue quello dei casi mortali.

La statistica locale ci riporta che l'infortunio sul lavoro grave mortale, è registrabile tra gli addetti ai lavori in un numero che scende in prima persona, fianco a fianco ai loro dipendenti: su 23 mortali, il 20% di lavoratori autonomi e quattro assistenti ai servizi.

Il settore agricolo rimane tristemente al primo posto come causa di infortuni mortali.

ALCUNI DATI

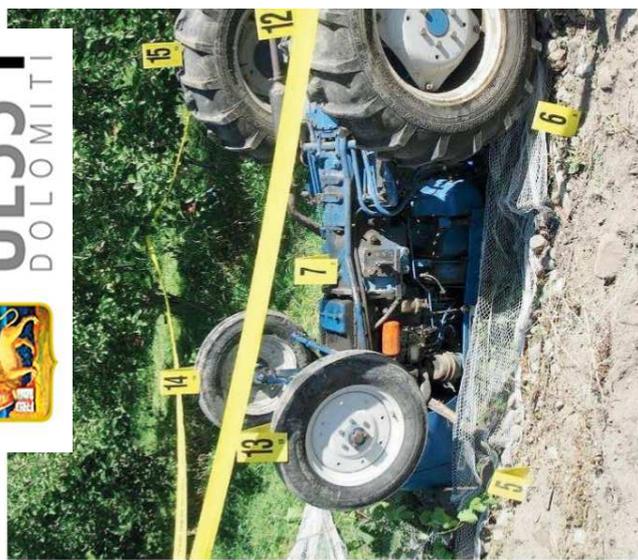
Diminuiscono le morti bianche anche se sono numeri da strage

LE morti bianche in Italia diminuiscono sempre restano ancora alti i numeri. Certo è che è opportuno migliorarli per quale motivo? Il calo è dovuto a due fattori: il lavoro di 790 mila in meno nel 2014 rispetto al 2009, e la riduzione della forza lavoro di 85 mila casi meno di infortuni.

Statistica

Nella nostra provincia sono stati cinque i mesoteliomi della pleura con esito fatale

La media nazionale di mesoteliomi riconosciuti è pari al 34,4%. Per la Lombardia, è sempre superiore al 34,4%. Per la provincia con il maggior numero di casi denunciati, la media è pari al 34,4%.



ALCUNI DATI

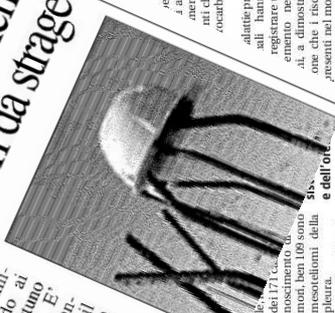
Diminuiscono le morti bianche anche se sono numeri da strage

LE morti bianche in Italia diminuiscono sempre restano ancora alti i numeri. Certo è che è opportuno migliorarli per quale motivo? Il calo è dovuto a due fattori: il lavoro di 790 mila in meno nel 2014 rispetto al 2009, e la riduzione della forza lavoro di 85 mila casi meno di infortuni.

Statistica

Nella nostra provincia sono stati cinque i mesoteliomi della pleura con esito fatale

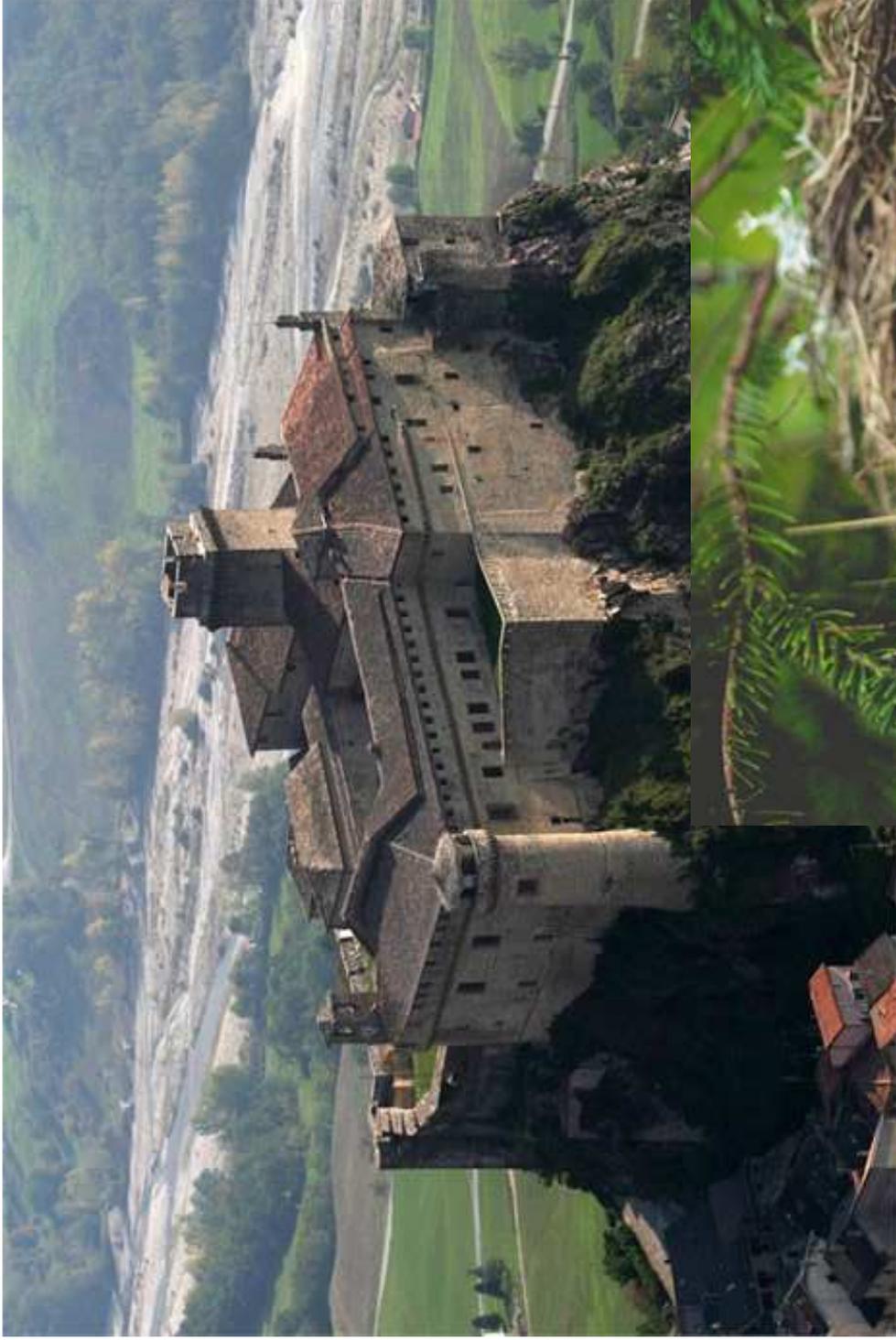
La media nazionale di mesoteliomi riconosciuti è pari al 34,4%. Per la Lombardia, è sempre superiore al 34,4%. Per la provincia con il maggior numero di casi denunciati, la media è pari al 34,4%.



Pericolo. Atterazione, c'è un tumore dei bronchi e del polmone.

Albanese

Albanese della Camera del Lavoro. Due dati fondamentali, senza misurare il fattore ambientale che intersega con quelli di rischio lavorativo. Un esempio, in tal senso, è rappresentato dai tumori polmonari, un fenomeno molto sottile, che si manifesta in modo silenzioso. Credo, per questo, che si debba lavorare ancora molto per far crescere la cultura della prevenzione e della salute. In tal senso, è importante che il lavoro sia sicuro, e che il lavoratore sia protetto. Spiega Antonella...





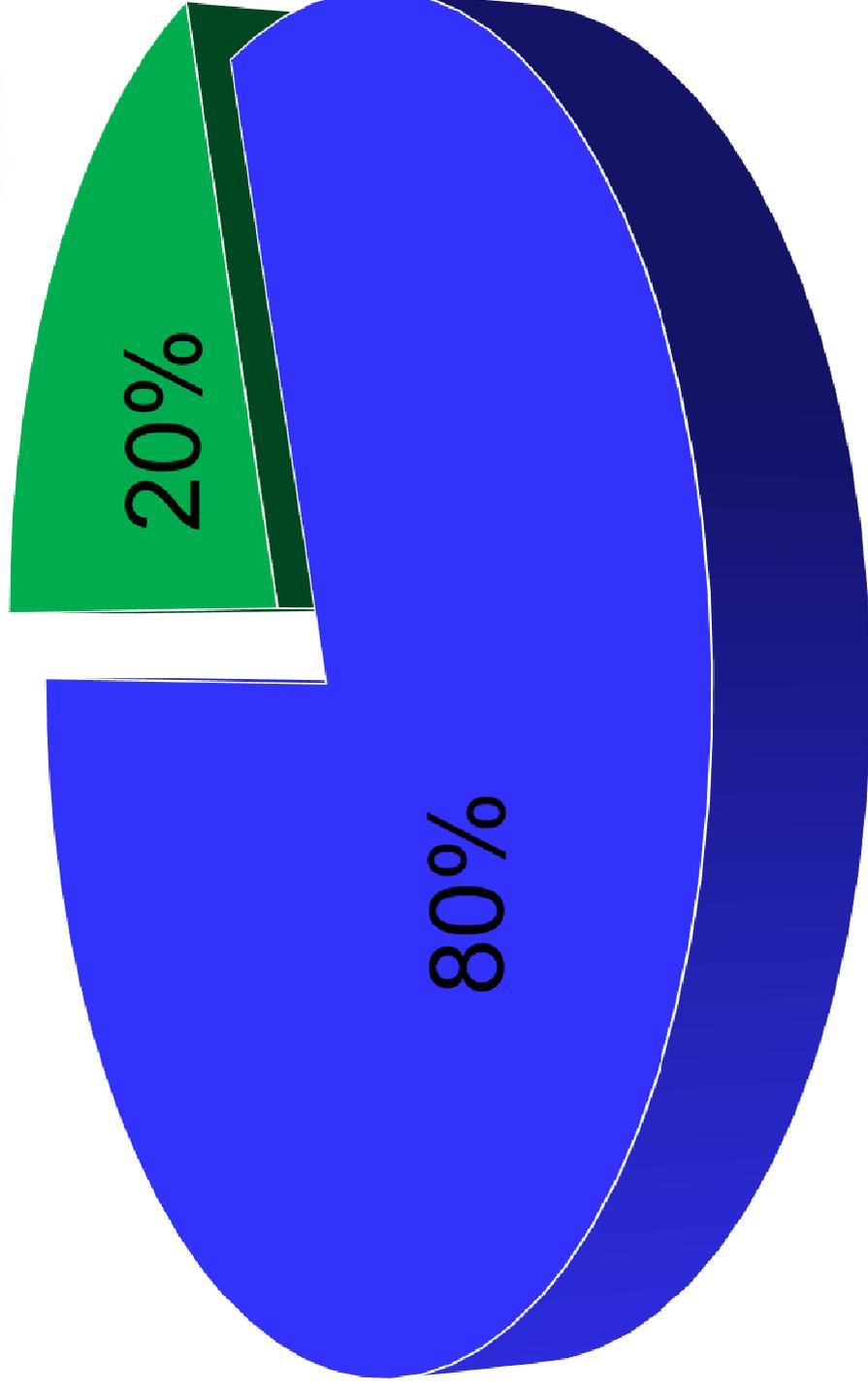
**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari

REGIONE DEL VENETO



ULSSI
DOLOMITI



■ vittime della strada e dei luoghi di lavoro ■ vittime della casa

Gli infortuni domestici incidono molto sui
costi del Sistema Sanitario

La casa fa più morti della strada

La casa fa più morti dell'ambiente di lavoro



SALUTE

**Condizione di completo benessere fisico,
mentale e sociale e non soltanto come
assenza di malattia o di infermità**



**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI



guadagnare
salute
rendere facili le scelte salutari



Piano nazionale della prevenzione, per la promozione e tutela della salute 2014 - 2018

Vision

- **Affermare il ruolo cruciale della promozione della salute e della prevenzione** come fattori di sviluppo della società e di sostenibilità del welfare.
- Esprimere la visione culturale nei valori, obiettivi e metodi della sanità pubblica di una “prevenzione, promozione e tutela della salute” che pone le **popolazioni e gli individui al centro degli interventi.**

Piano nazionale della prevenzione, per la promozione e tutela della salute 2014 - 2018

- I° MACRO OBIETTIVO

Ridurre il carico prevenibile ed evitabile di morbosità, mortalità e disabilità delle malattie non trasmissibili.





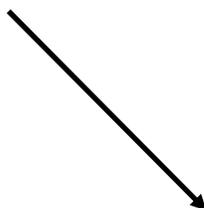
**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari

Quadro logico centrale

Macro obiettivo	Fattori di rischio / Determinanti	Strategie	Obiettivi centrali	Indicatori centrali
Prevenire gli incidenti domestici	Stili di vita scorretti (in particolare sedentarietà) Deficit neuro-motori o cognitivi Sicurezza abitazioni, impianti, arredi, prodotti e farmaci Trattamenti e interazioni farmacologici in soggetti fragili Bassa percezione del rischio da parte degli adulti	Promozione di corretti stili di vita Promozione della cultura della sicurezza nella popolazione con particolare attenzione alle categorie a maggior rischio Formazione alla sicurezza domestica per operatori sanitari, MMG e PLS Formazione alla sicurezza degli educatori scolastici e dei collaboratori familiari Promozione dell'attività fisica nell'anziano	Ridurre gli incidenti domestici e del tempo libero Aumentare il livello di attività fisica negli ultra64enni Aumentare la conoscenza e la consapevolezza dei rischi e delle misure di prevenzione attuabili nella popolazione generale e a rischio, nei genitori e nei care giver	Tasso di incidenza degli incidenti domestici seguiti da ricovero per fasce di età e genere Proporzione di ultra64enni fisicamente attivi sopra il 40° percentile Adeguamento del sistema di sorveglianza (Passi - Passi d'Argento, OKkio alla salute entro 2 anni) Misurazione della percezione del rischio (Passi - Passi d'Argento entro 5 anni) Proporzione di persone che hanno ricevuto informazioni dagli operatori sanitari (Passi - Passi d'Argento entro 5 anni)
	Mancata conoscenza della incidenza degli avvelenamenti in ambiente domestico	Sostegno ai flussi informativi basati sui dati rilevati dai CAV con procedura standard	Migliorare la conoscenza del fenomeno degli avvelenamenti in ambiente domestico	Potenziamento in tutte le Regioni dei flussi informativi strutturati per la conoscenza degli avvelenamenti in ambiente domestico

Tutela della salubrità e sicurezza delle civili abitazioni



Sorveglianza sulle abitazioni con
condizioni
critiche di igiene e sicurezza, a tutela
dell'utenza debole e altri cittadini
socialmente svantaggiati
Promozione dell'empowerment di
famiglie
e popolazione anziana circa i rischi di
incidenti domestici



Comunicazione agli Enti preposti su
situazioni abitative critiche
Informazione a gruppi di popolazione
sulla prevenzione dei rischi di incidenti
domestici

Cooperazione dei sistemi sanitari con altre istituzioni, con organizzazioni ed enti della collettività, per l'attuazione di programmi intersettoriali con il coinvolgimento dei cittadini, secondo i principi del Programma nazionale "Guadagnare salute" (DPCM 4.5.2007)



Profilo di salute della comunità

Utilizzo dei dati tratti dai sistemi di sorveglianza (malattie infettive, malattie croniche e incidenti stradali, domestici e infortuni, stili di vita, percezione dello stato di salute, ricorso ai servizi sanitari)

- analisi dei bisogni della popolazione
- individuazione dei rischi della popolazione e dell'ambiente
- Valutazione degli interventi sanitari, ambientali e sociali effettuati



Elaborazione del Profilo di salute
Relazione sullo stato di salute della comunità e dei problemi di salute prioritari
Informazione e comunicazione alle istituzioni, ai cittadini e agli operatori sanitari

Promozione della consapevolezza

Promuovere il valore salute in tutte le politiche



Cooperazione dei sistemi sanitari con altre istituzioni, con organizzazioni ed enti della collettività, per l'attuazione di programmi intersettoriali con il coinvolgimento dei cittadini, secondo i principi del Programma nazionale "Guadagnare salute" (DPCM 4.5.2007)

Promozione di sinergie con altri soggetti, costruzione di alleanze e partenariati per la salute
Promozione di alleanze tra soggetti istituzionali, sociali, imprenditoriali e professionali per concordare azioni a sostegno di politiche per la salute al fine di promuovere il benessere in tutte le fasce di età.

Attivazione di processi intersettoriali per la salute in tutte le politiche

Contributo tecnico scientifico alla promozione della salute. Sostegno all'individuazione di soluzioni ai problemi di salute prioritari, basate su evidenze scientifiche

Individuazione e offerta dei programmi di promozione della salute più efficaci



Gli **incidenti domestici** rappresentano un **problema di sanità pubblica** di grande rilevanza.

Diversi paesi europei ed extraeuropei hanno avviato già da alcuni anni **politiche di prevenzione e sicurezza** al fine di ridurre la portata di tale fenomeno.

La **Comunità europea** ha avviato un **programma per la sorveglianza ed il monitoraggio di questi eventi** attraverso la sorveglianza degli incidenti che accedono alle strutture dell'emergenza (ELHASS) con la costituzione di una banca dati.

La **rete italiana della sorveglianza europea degli incidenti** è affidata all'ISS (SINIACA - Sist. Informativo Nazionale sugli incidenti domestici)

Sistemi di sorveglianza

- SINIACA – ISS (Sistema Informativo Nazionale Incidenti in Ambiente di Civile Abitazione)
- ISTAT
- ISPESL (Istituto Superiore per la Prevenzione e la Sicurezza del Lavoro)
- CENSIS (Centro Studi Investimenti Sociali)
- SISTEMA SORVEGLIANZA PASSI (*Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia*)
- CCM (Centro Nazionale per la Prevenzione e il Controllo delle Malattie)
- CNEL (Consiglio nazionale dell'economia e del lavoro)
- REGIONI
- MMG, PLS, SDO, Centri antiveleni, archivi mortalità
- Progetto MATTONE (potenziamento settore emergenza-ugenza)

In Italia

Secondo l' ISTAT, gli incidenti più frequenti sono causati da:

- Caduta: 54.8%
 - ferite da taglio o punta: 20.2%
 - urti o schiacciamenti: 13%.
-
- Oltre il 70% dei ricoverati per incidente domestico è caduto, tra questi il 76.9% ha più di 64 anni di età e il 58.9% è costituito da donne.
 - In età pre-scolare, il soffocamento e l'annegamento costituiscono la prima causa di mortalità domestica nei bambini.

Fonte: ISTAT 2014



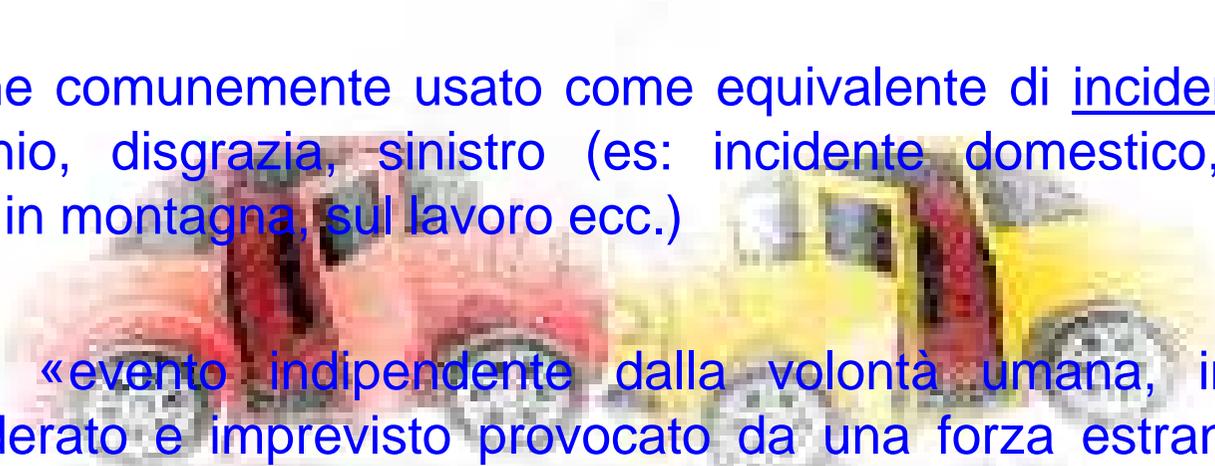
LA PIRAMIDE DEGLI INCIDENTI



Modificata, da: OMS 2008 "European report on child injury prevention"

Incidente

- **Incidente:** fatto improvviso che interrompe il procedere regolare di un'azione. Che può accadere e sopravvenire.
- Termine comunemente usato come equivalente di incidente fisico , infortunio, disgrazia, sinistro (es: incidente domestico, stradale, aereo, in montagna, sul lavoro ecc.)
- (OMS) «evento indipendente dalla volontà umana, improvviso, indesiderato e imprevisto provocato da una forza estranea che si manifesta con un danno fisico e/o mentale per il quale è richiesta l'assistenza medica presso il Dipartimento di emergenza o un altro dipartimento di una struttura ospedaliera»



guadagnare
salute

rendere facili le scelte salutari

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

Cos'è un incidente domestico

- Incidente con determinate caratteristiche:
 - ⇒ compromissione temporanea o definitiva delle condizioni di salute (ferite, fratture, contusioni, lussazioni, ustioni)
 - ⇒ accidentalità dell'evento, indipendente dalla volontà umana
 - ⇒ l'evento si verifica in un'abitazione, intesa come l'insieme dell'appartamento vero e proprio e di eventuali estensioni esterne (balconi, giardino, garage, cantina, scala, ecc); non è rilevante il fatto che l'abitazione sia di proprietà della famiglia stessa o appartenga ad altri.

Fonte: ISTAT



CATEGORIE A RISCHIO

Le donne presentano una maggiore probabilità di infortunarsi (coinvolte nel 68% degli incidenti domestici)



gli anziani, dai 65 anni

i bambini fino ai 5 anni



guadagnare
salute
rendere facili le scelte salutari

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

Il rischio di infortunarsi è legato anche:

Al grado di istruzione



Stato di occupazione/
disoccupazione



guadagnare
salute

rendere facili le scelte salutari

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

Le cadute degli anziani con più di 65 anni sono responsabili dei due terzi di tutte le morti per incidente domestico.





guadagnare
salute

rendere facili le scelte salutari

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

Secondo i dati Istat (2014), in Italia in un trimestre sono coinvolti in incidenti domestici oltre 783.000 persone.

Rapportando i dati sui 12 mesi, si stima che nel corso dell'anno siano circa 3 milioni le persone colpite da eventi di questo tipo.

Geografia casalinga dei luoghi pericolosi

- Stando a quanto riferisce il Centro studi investimenti sociali (Censis) nel Primo rapporto annuale sul valore della sicurezza in Italia, il luogo che gli italiani percepiscono più rischioso all'interno della casa è la cucina. Il soggiorno e le altre stanze, che i dati strutturali indicano come luoghi ad alto rischio, non sono affatto avvertiti come tali.
- Decisamente sopravvalutati, poi, i pericoli che si possono correre in bagno, anche se secondo le indagini Ispesl questa è a tutti gli effetti un ambiente ad alto rischio.

ENTITA' DEL FENOMENO

In Italia, ogni anno muoiono mediamente 550.000 persone, gran parte per malattia (cardiopatie e neoplasie) fisiologicamente nelle età più avanzate

NEL 5% DEI CASI LA MORTE E' DOVUTA A CAUSE ACCIDENTALI O VIOLENTE

Nel 2003, 25.684 casi di morti accidentali, di cui 297 bambini sotto i 14 anni

Fonte: ISTAT 2008 "Annuario statistico italiano 2008"



**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

INCIDENTI DOMESTICI: il confronto con gli incidenti stradali

174.539 incidenti stradali (-1,4 % rispetto agli anni precedenti)
3.428 morti (+ 1,4%, per la prima volta aumentano dal 2001)

4.500.000 infortuni domestici (+3% rispetto agli anni precedenti)
8.000 morti

Fonte: ISTAT “Annuario statistico italiano 2015”



PERCEZIONE DEL RISCHIO

Gli italiani hanno paura in primo luogo degli incidenti stradali, mostrando in questo di sapere, o quantomeno di percepire, che si tratta di un pericolo crescente e molto grave, visto che gli incidenti stradali hanno un indice di mortalità altissimo.

- Le maggiori paure si concentrano su eventi che non sono dominabili (l'inquinamento dell'ambiente e i disastri naturali) mentre si sottovalutano lo stress da lavoro, le malattie professionali e gli infortuni domestici che sono di gran lunga superiori alle statistiche ufficiali.

Da: Rapporto finale: Il valore della sicurezza – Censis 2004



LA PERCEZIONE DEL PERICOLO IN CASA

- ✓ Percezione della casa come “**posto sicuro**”
- ✓ Mancanza di informazione sul rischio in casa
- ✓ Usualità e abitudine
- ✓ Ritmi frenetici e stanchezza
- ✓ Limiti del corpo e ottimismo rispetto alle nostre performance
- ✓ L'incidente è una “tragica fatalità”

CASA PERICOLOSA ???



In Veneto:

- Il 95% degli intervistati ritiene di avere una bassa o assente possibilità di subire un infortunio domestico...
- La percezione del rischio è leggermente più alta nelle donne (6% contro 4% degli uomini)
- Le informazioni attraverso opuscoli/mass media, incontri informativi raggiungono il **26%** della popolazione, ma solo il **29%** di questi ha cambiato i propri comportamenti o ha adottato misure preventive.

Fonte: Rapporto nazionale PASSI

CASA PERICOLOSA ???



Ex ULSS 1 Belluno:

- Il 92% degli intervistati ritiene di avere una bassa o assente possibilità di subire un infortunio domestico...
- La percezione del rischio è leggermente più alta nelle donne (9% contro 7% degli uomini)
- Il 4% degli intervistati ha riportato un incidente in casa che ha richiesto ricorso alle cure del medico di famiglia, al pronto soccorso o l'ospedalizzazione.

SISTEMA SORVEGLIANZA PASSI (Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia)

Come strumento di monitoraggio dei progetti regionali previsti dal Piano nazionale di prevenzione c'è il Sistema di sorveglianza PASSI, che riguardo al problema degli incidenti domestici ha i seguenti obiettivi:

- valutazione della consapevolezza del rischio in ambito domestico
- stima della quota di popolazione che ha ricevuto consigli sulla prevenzione degli incidenti domestici da parte di addetti ai lavori
- stima della quota di popolazione che ha cambiato i propri comportamenti e ha adottato norme e dispositivi di sicurezza.



PASSI: CONCLUSIONI

- Bassa consapevolezza del rischio infortunistico (***)
- Le informazioni sulla prevenzione risultano ancora insufficienti, (in gran parte sono state ricevute da mass media e in modo non specifico da operatori qualificati)
- Circa un terzo dei soggetti informati (a Belluno meno di un quarto) ha modificato i propri comportamenti o adottato qualche misura per rendere l'abitazione più sicura
- necessità di una maggiore attenzione al problema con la messa in campo di un ventaglio di attività informative e preventive e di un sistema di misura nel tempo dell'efficacia di tali interventi.

(*) i gruppi di popolazione più facilmente soggetti agli incidenti domestici (bambini e anziani) non rientrano nel gruppo di età campionato dal PASSI e quindi la stima degli incidenti fatta con il PASSI può rivelarsi molto inferiore alla realtà**

8.000

persone all'anno muoiono a causa di un incidente domestico (DATI ISPESL).



Il rischio per le donne
di incorrere in un
incidente domestico
è **2,5 volte** superiore
rispetto agli uomini
(DATI ISTAT)



guadagnare
salute

rendere facili le scelte salutari

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

FASCE PIU' A RISCHIO

Le fasce **più a rischio** per gli incidenti domestici sono:

**i bambini sotto i 5 anni e
gli anziani sopra i 65 anni**



Come prevenire?

NEGLI ANNI ATTIVITA' IN BASE AI PROGRAMMI REGIONALI:

- **BABY BUM (0 – 3 anni)**
- **AFFY FIUTAPERICOLO (3 -6 anni)**
- **ARGENTO ATTIVO (popolazione di età più avanzata)**
- **ARGENTO ATTIVO IN FARMACIA (collaborazione con l'Ordine dei farmacisti – popolazione di età più avanzata)**



FATTORI DI RISCHIO INFANZIA

Ciò che rende difficile la prevenzione degli incidenti domestici è la **grande varietà delle dinamiche con cui avvengono gli incidenti**

I bambini imparano in fretta e a volte diventano in grado di fare cose nuove, a volte pericolose, senza che la persona adulta che gli sta vicino e lo sorveglia se l'aspetti.



guadagnare
salute

rendere facili le scelte salutari

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

Incidenti più frequenti nei primi anni di vita

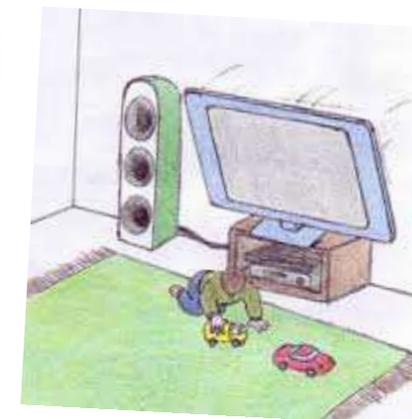
- ❖ **CADUTE E SCHIACCIAMENTI**
- ❖ **USTIONI**
- ❖ **FOLGORAZIONI**
- ❖ **SOFFOCAMENTO**
- ❖ **AVVELENAMENTO**
- ❖ **ANNEGAMENTO**

CADUTE E SCHIACCIAMENTO

Il 66% delle cadute letali sono dovute alle:
cadute dal letto, dal fasciatoio,
dalle scale e dai giochi.



Molti altri infortuni non mortali
provocati
dalle cadute sono tra le principali
cause di
invalidità





guadagnare
salute

rendere facili le scelte salutari

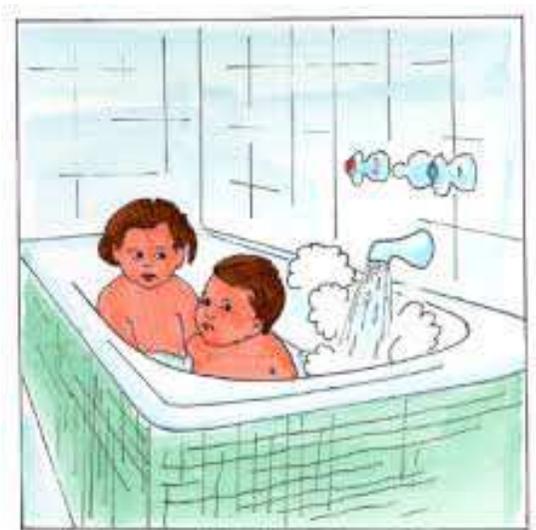
REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

USTIONI E FOLGORAZIONI

Le ustioni possono essere provocate da oggetti caldi, liquidi bollenti, fuoco, sostanze chimiche, elettricità.





guadagnare
salute

rendere facili le scelte salutari

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

SOFFOCAMENTO

Attenzione ai giocattoli!

GUIDA
ALL'ACQUISTO E ALL'USO
DEL GIOCATTOLO



Controlla che sull'etichetta o sulla confezione ci siano sempre:

- la marcatura CE
- il nome e l'indirizzo del fabbricante o dell'importatore
- la fascia di età del bambino cui il gioco è indirizzato
- le istruzioni in lingua italiana

Campagna informativa a cura del Ministero dell'industria, del commercio e dell'artigianato con il patrocinio della Commissione Europea, Direzione generale salute e tutela dei consumatori.



io gioco sicuro

io gioco sicuro



AVVELENAMENTI

La maggior parte degli avvelenamenti mortali è causata da farmaci, prodotti per la pulizia della casa, pesticidi e piante



Conservare sotto chiave o fuori dalla portata dei bambini tutti i medicinali e le altre sostanze velenose (inclusi i prodotti per le pulizie domestiche)



guadagnare
salute
rendere facili le scelte salutari

Evitare di tenere in casa o in giardino piante velenose

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI



azalea



oleandro



mughetto



narciso



ciclamino



vischio



ortensia



ginestra



Stella di natale

Come prevenire avvelenamenti e intossicazioni

Insegnare ai bambini a riconoscere i pericoli

Leggere sempre le etichette
con le norme d'uso del prodotto

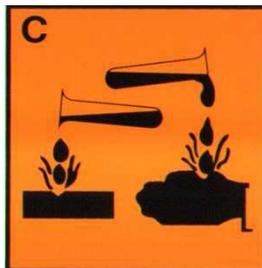
Simboli di pericolo



TOSSICO



**FACILMENTE
INFIAMMABILE**



CORROSIVO



ESPLOSIVO



IRRITANTE NOCIVO

ANNEGAMENTO

Ricordare che i bambini più piccoli possono annegare in pochi centimetri d'acqua, quindi non lasciarli mai soli nella vasca da bagno, neanche per pochi minuti



Sorvegliare sempre i bambini mentre nuotano o si trovano vicino all'acqua



“Quando i bambini stanno con i loro nonni gli infortuni domestici si dimezzano, persino rispetto a quando vengono affidati alla madre”



**guadagnare
salute**
rendere facili le scelte salutari



REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

Fonte: Pediatrics, novembre 2009

FATTORI DI RISCHIO CARATTERISTICI DELL'ETA' ANZIANA

Alterazioni degenerative fisiologiche o patologiche:

- dei sistemi di **controllo dell'equilibrio** (ritardo dei riflessi e delle reazioni di difesa, posture scorrette)
- **dell'apparato nervoso** (deficit di programmazione e iniziativa motoria, percezione, elaborazione, cognizione)
- **dell'apparato muscolo-scheletrico** (riduzione della forza, rigidità)
- **degli organi di senso** (visivo e uditivo)

LA PAURA DI CADERE





guadagnare
salute

rendere facili le scelte salutari



REGIONE DEL VENETO

REGIONE DEL VENETO

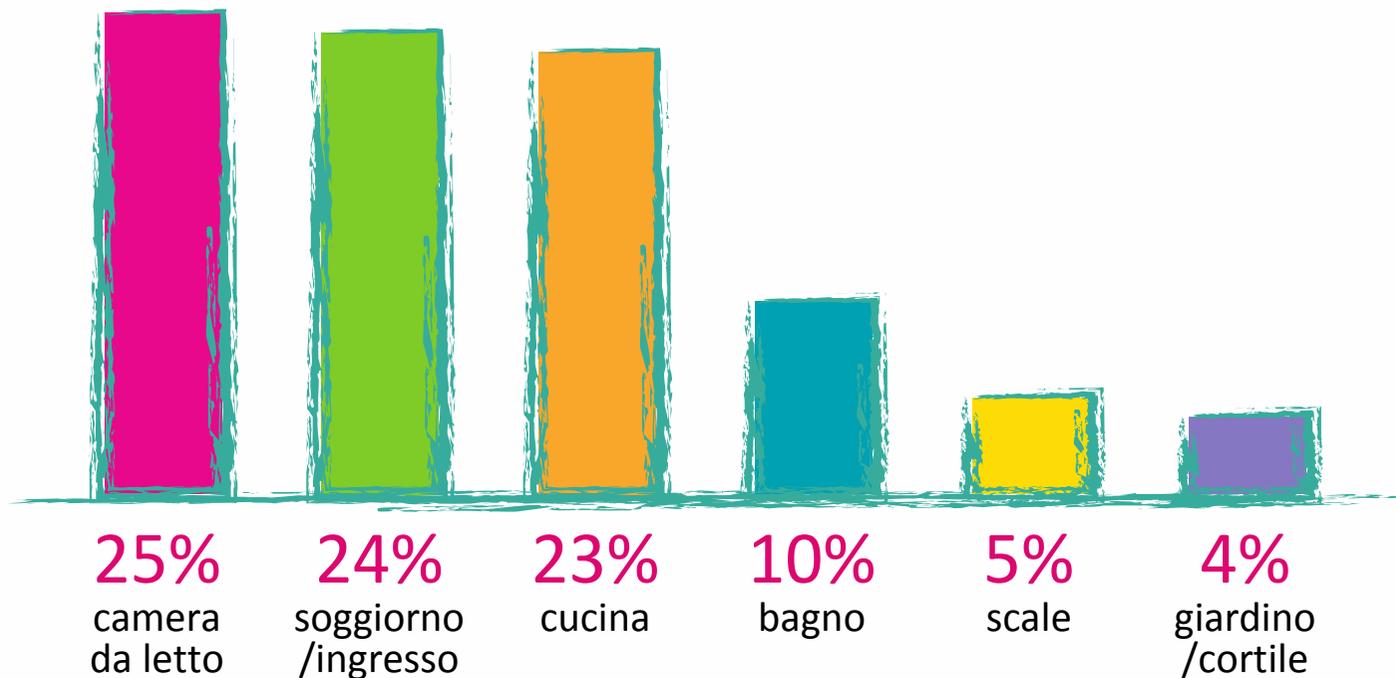


ULSS 1
DOLOMITI

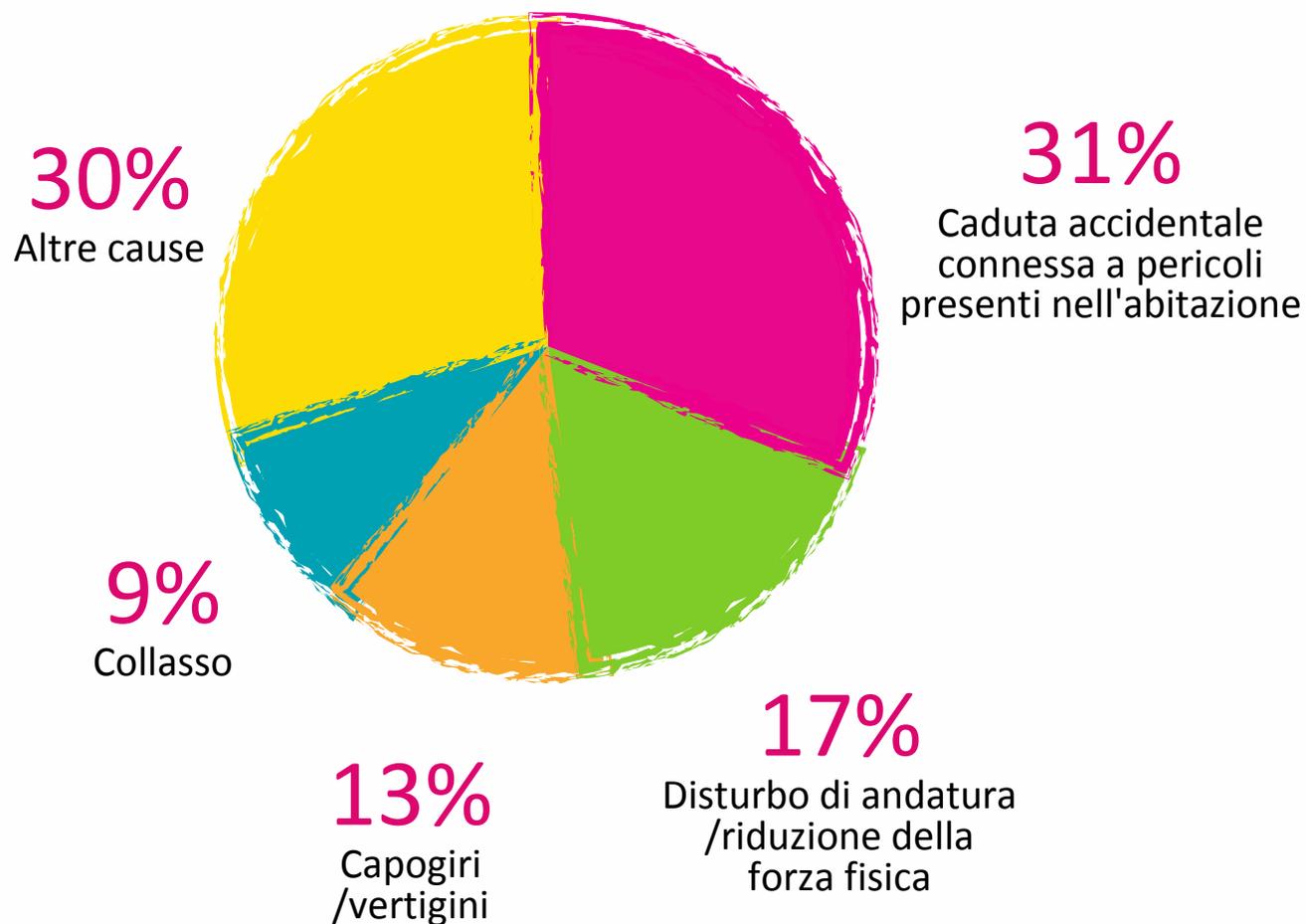
REGIONE VENETO
ASSEMBLEA ULSS 1
ROVIGO

GLI INCIDENTI DOMESTICI NEGLI ANZIANI

I luoghi più rischiosi



LE CADUTE NEGLI ANZIANI (DATI ISTAT)



È davvero una inevitabile fatalità?

Come per gli incidenti stradali e per quelli sul lavoro, anche **gli incidenti** che avvengono tra le mura domestiche **non sono tutti imputabili alla fatalità o ad un destino ineluttabile** ma spesso **possono essere evitati osservando delle semplici norme di prudenza.**



guadagnare
salute

rendere facili le scelte salutari

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

TENERSI IN FORMA

Dieta adeguata

Esercizi che favoriscono l'equilibrio

Camminare all'aria aperta anche in gruppo

Attività motoria
regolare e moderata





**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari

 REGIONE DEL VENETO

REGIONE VENETO
AZIENDA ULSS 18
ROVIGO

REGIONE DEL VENETO
 **ULSS 1**
DOLOMITI

METTERE IN SICUREZZA L'INTERNO DELLA CASA

Pavimenti

Rimuovere i tappeti

Non utilizzare le "pattine"

Rimuovere qualsiasi oggetto che impedisce la circolazione e il movimento

Rimuovere i fili elettrici e le prolunghe

Rimuovere gli arredi bassi in cui si può inciampare

Non lucidare i pavimenti con la cera

Se possibile, riparare i pavimenti sconnessi



**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari



REGIONE DEL VENETO

REGIONE VENETA
AZIENDA ULSS 10
ROVIGO

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

METTERE IN SICUREZZA L'INTERNO DELLA CASA

Scale



Eliminare tappetini e guide

Posizionare strisce antiscivolo

**Se possibile, installare i corrimano
(preferibilmente su entrambi i lati)**



**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari



REGIONE DEL VENETO

REGIONE VENETA
AZIENDA ULSS 10
ROVIGO



REGIONE DEL VENETO
ULSS 1
DOLOMITI

METTERE IN SICUREZZA L'INTERNO DELLA CASA

Sedie/poltrone

Eliminare sedie troppo basse per sedersi

Utilizzare sedie che facilitano la presa con le mani e la possibilità di sostenersi quando ci si siede o ci si alza

Non salire in piedi su sedie o poltrone

Verificare la stabilità delle sedie e delle poltrone



**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari



REGIONE DEL VENETO

REGIONE VENETA
AZIENDA ULSS 18
ROVIGO



REGIONE DEL VENETO
ULSS 1
DOLOMITI

METTERE IN SICUREZZA L'INTERNO DELLA CASA

Mobili

**Non collocare mobili con spigoli
nelle zone di passaggio**

Preferire mobili con gli angoli smussati

Verificare la stabilità dei mobili

Posizionare la televisione su un supporto stabile

**Fissare alle pareti con elementi antiribaltamento librerie,
scaffalature e altri mobili alti e pesanti**



**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari



REGIONE DEL VENETO

REGIONE VENETA
AZIENDA ULSS 18
ROVIGO

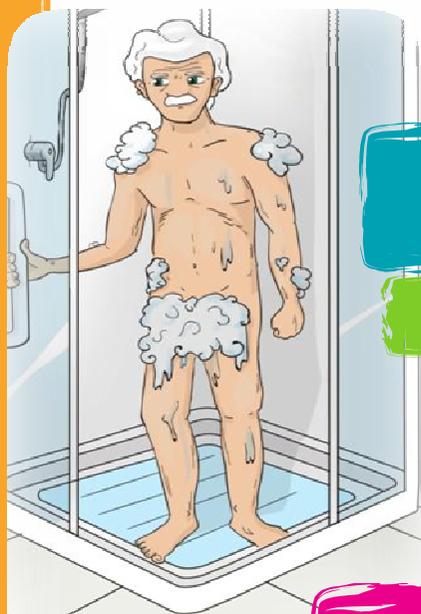
REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

METTERE IN SICUREZZA L'INTERNO DELLA CASA

Vasca da bagno/doccia



Usare tappetini di gomma nella vasca e nella doccia e togliere i tappetini di stoffa dal bagno

Disporre uno sgabello che permetta di sedersi

Se possibile, installare maniglie nella vasca e nella doccia per facilitare l'ingresso e l'uscita

Non utilizzare stufette o altri apparecchi elettrici in prossimità dell'acqua né toccarli con le mani e/o il corpo bagnato



guadagnare
salute

rendere facili le scelte salutari



REGIONE DEL VENETO

REGIONE VENETA
AZIENDA ULSS 18
ROVIGO

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

METTERE IN SICUREZZA L'INTERNO DELLA CASA

Illuminazione

Tenere una pila di emergenza a portata di mano
per quando va via la luce

Installare luci notturne e, se possibile,
lampade di emergenza che si accendono automaticamente
quando va via la luce





**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari



REGIONE DEL VENETO

REGIONE VENETA
AZIENDA ULSS 10
ROVIGO



REGIONE DEL VENETO
ULSS 1
DOLOMITI

METTERE IN SICUREZZA L'INTERNO DELLA CASA

Illuminazione

Assicurare un'adeguata illuminazione durante la notte, soprattutto nel percorso verso il bagno

Migliorare l'illuminazione delle scale, dei dislivelli (ad esempio, gradini), dei parapetti, dei corridoi e dei ripostigli

Non coprire la luce dei comodini con fazzoletti o panni

Posizionare le lampade lontano dalle tende o da materiale infiammabile



**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari



REGIONE DEL VENETO

REGIONE VENETA
AZIENDA ULSS 18
ROVIGO



REGIONE DEL VENETO
ULSS 1
DOLOMITI

METTERE IN SICUREZZA L'INTERNO DELLA CASA

**Campanello
di emergenza**

Installare un campanello di emergenza

Avere a portata di mano il telefono

Rimuovere gli scendiletto

Regolare l'altezza del letto, se possibile

Non fumare a letto

Letto



**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari



REGIONE DEL VENETO

REGIONE VENETA
AZIENDA ULSS 18
ROVIGO

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

METTERE IN SICUREZZA L'INTERNO DELLA CASA

Non lasciare pentole in ebollizione incustodite e/o esposte a correnti d'aria per evitare fughe di gas

Chiudere sempre il rubinetto del gas

Non avvicinarsi ai fornelli con indumenti ampi e svolazzanti

Pensili e sportelli

Verificare la stabilità dei pensili

Chiudere sempre gli sportelli

Fornelli





**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari



REGIONE DEL VENETO

REGIONE VENETA
AZIENDA ULSS 10
ROVIGO



REGIONE DEL VENETO
ULSS 1
DOLOMITI

METTERE IN SICUREZZA L'INTERNO DELLA CASA

Piccoli elettrodomestici

**Non utilizzare l'asciugacapelli in presenza di acqua
e con le mani o i piedi bagnati**

**Posizionare le apparecchiature elettriche (ad es. radio) e/o le
prese lontano dalla vasca da bagno o dal piano della doccia**

Utilizzare solo apparecchiature elettriche a norma



**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari



REGIONE VENEZIA
AZIENDA ULSS 18
ROVIGO



METTERE IN SICUREZZA L'INTERNO DELLA CASA

Impianto elettrico

Usare correttamente spine, prese, riduttori e adattatori

Far sostituire prese, spine, interruttori danneggiati o non correttamente installati o privi di isolamento

Riscaldamento

Non utilizzare stufe a gas o a fiamma libera in assenza di adeguati fori di aerazione

Pulire almeno una volta all'anno la canna fumaria della stufa che viene utilizzata

Ricorrere a personale specializzato per intervenire sull'impianto



**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari



REGIONE VENETO
AZIENDA ULSS 10
ROVIGO



METTERE IN SICUREZZA L'ESTERNO DELLA CASA

Orto/giardino

Muoversi con calma ed evitare movimenti bruschi

Non utilizzare alcol o altri liquidi infiammabili per accendere il fuoco

Non accendere il fuoco in presenza di vento

Fare attenzione ai prodotti chimici che si maneggiano e non trasferirli in contenitori diversi da quelli originali

Farsi aiutare quando si eseguono lavori che richiedono l'uso di scale o di utensili elettrici



**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari



REGIONE DEL VENETO

REGIONE VENETO
AZIENDA ULSS 18
ROVIGO

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

METTERE IN SICUREZZA L'ESTERNO DELLA CASA

Usare calzature idonee per
il giardino e fare attenzione
a dove si mettono i piedi

Mettere in ordine gli attrezzi da orto e da
giardino dopo l'uso

Maneggiare con cura
gli attrezzi da orto
e da giardino

Orto/giardino





**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari



REGIONE DEL VENETO

REGIONE VENETA
AZIENDA ULSS 18
ROVIGO



REGIONE DEL VENETO
ULSS 1
DOLOMITI

CONSIGLI PER EVITARE LE CADUTE

Tenersi a un supporto ben saldo quando ci si china

**Nella vasca da bagno o sotto la doccia,
reggersi ad una maniglia fissa**

Non appoggiarsi ai portasciugamani o portasaponi

Compiere movimenti lenti



**Fare attenzione ai movimenti
improvvisi degli animali domestici
o a quando vengono tra le gambe**



guadagnare
salute

rendere facili le scelte salutari



REGIONE VENETA
AZIENDA ULSS 18
ROVIGO



CONSIGLI PER EVITARE LE CADUTE

Stare seduti o appoggiarsi al letto
per vestirsi o svestirsi

Usare scarpe e pantofole della giusta misura
e con la suola in gomma

Non camminare scalzi

Non indossare un abbigliamento
con parti larghe e lunghe che potrebbero
attorcigliarsi intorno
alle caviglie o far inciampare





**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari



REGIONE DEL VENETO

REGIONE VENETA
AZIENDA ULSS 10
ROVIGO

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI

CONSIGLI PER EVITARE LE CADUTE

Utilizzare occhiali adeguati al bisogno

Non scendere e salire
le scale reggendo pacchi

Non camminare al buio





**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari



REGIONE VENETA
AZIENDA ULSS 10
ROVIGO



CONSIGLI PER EVITARE LE CADUTE

Chiedere aiuto per eseguire i lavori pesanti in casa



**Tenere sempre una mano
sul corrimano o sulla ringhiera**

**Essere informato sui possibili effetti
collaterali dei farmaci assunti**

**Importante anche non chiudere la porta del
bagno a chiave per permettere di intervenire
tempestivamente in caso di necessità**

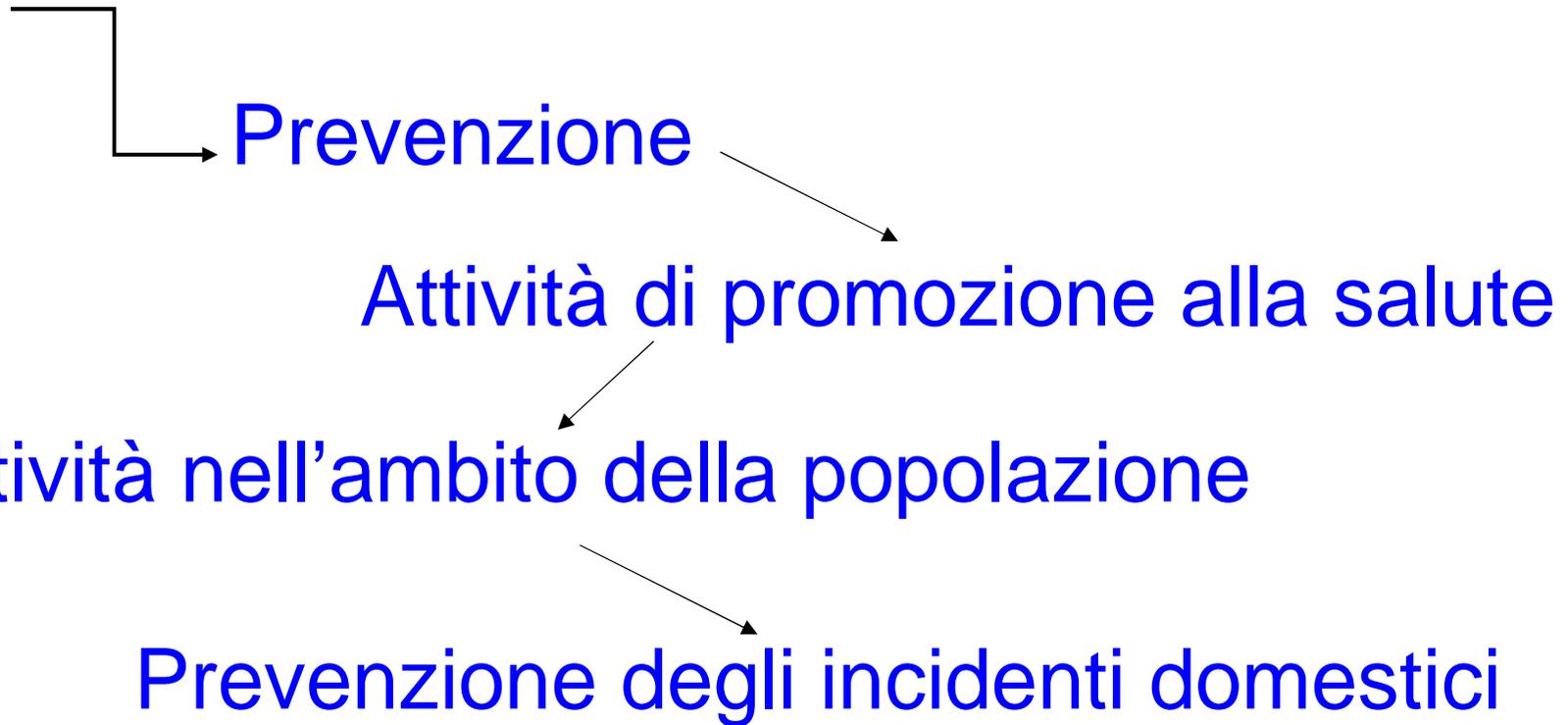
NEGLI ANNI ATTIVITA' IN BASE AI PROGRAMMI REGIONALI:

- BABY BUM (0 – 3 anni)
- AFFY FIUTAPERICOLO (3 -6 anni)
- ARGENTO ATTIVO (popolazione di età più avanzata)
- ARGENTO ATTIVO IN FARMACIA (collaborazione con l'Ordine dei farmacisti – popolazione di età più avanzata)



Dove trovare le attività svolte...

<http://www.ulss.belluno.it>





QUINDI...



Voi come strumento di prevenzione e comunicazione

... Perché possiate portare le conoscenza alle **generazioni più giovani**, e alle **persone più anziane e sole**.

E possiate organizzare per voi stessi un ambiente domestico più sicuro in cui vivere

REGIONE DEL VENETO



ULSS 1
DOLOMITI



**guadagnare
salute**

rendere facili le scelte salutari

Grazie per l'attenzione!

Il presente materiale è disponibile
on line nel sito:

www.ulss.belluno.it