

## Incidenti domestici

# Ogni anno in 2 milioni al Pronto Soccorso

Le statistiche dicono che il 20% dei sinistri in casa capita ai bambini da 0 a 14 anni; il 28% agli ultrasessantenni

**RHO** (afm) Cadute, spinte, tagli, urti: gli incidenti all'interno delle mura di casa sono sempre in agguato. Nel 2012 in Italia sono finite in pronto soccorso per incidente domestico oltre un milione e 825 mila persone, di cui 20% bambini (0-14 anni), 30% adulti (15-49 anni), 22% adulti anziani (50-69 anni), 28% ultrasessantenni (70 anni e più). E' quanto emerge dai dati del Siniaca (Sistema informativo sugli infortuni in ambienti di civile abitazione dell'Istituto superiore di sanità), pubblicati sul sito del ministero della Salute.

In cima alla lista degli incidenti: le cadute. L'evento più frequente è sul totale dei casi è infatti rappresentato da: caduta/inciampo/salto/spinta da un'altezza non specificata (29,7%); caduta a livello (11,9%); urti (15,5%); incidenti con oggetti penetranti o taglienti (11,8%).

Sommando tra loro tutte le dinamiche con caduta, si ottiene una percentuale prossima al 50% dei casi (47,9%). Con l'aumentare dell'età - spiega il ministero della Salute - appare incrementarsi la quota degli inciampamenti rispetto a quella degli «scivolamenti» perché l'anziano tende ad inciampare più facilmente in



oggetti, strutture e fili, per problemi di postura, vertigini o semplicemente perché non vede bene.

Alla luce di questi numeri, il ministero ha deciso di mettere a disposizione dei cittadini una serie di consigli e

di informazioni utili a capire la gravità del fenomeno e dunque l'importanza di migliorare la sicurezza degli anziani in casa. Ecco alcuni consigli da mettere in pratica per evitare i rischi di caduta più frequenti.

**CORRIDOI:** Non fare percorsi al buio, mantieni una buona illuminazione dei locali, magari con luci notturne; tieni i corridoi liberi da intralci; evita fili elettrici volanti che potrebbero farti inciampare; usa eventualmen-

te un sostegno per muoverti (bastone, stampella, eccetera).

**TAPPETI:** Non usare tappeti con frange o buchi, che si piegano o arrotolano facilmente; rinforza gli angoli dei tappeti applicando della stoffa sul retro o una rete di gomma antiscivolo.

**SCALE:** Tieni le scale ben illuminate, con l'accortezza di porre gli interruttori della luce, ben visibili, sia all'inizio, che alla fine della rampa; monta un corrimano o un parapetto lungo la scala; incolla strisce antiscivolo sui gradini; mantieni le scale sgombre da qualsiasi oggetto che possa intralciare il passo; elimina i tappetini o le guide sulle scale; in caso di necessità fai installare un montascale (montacarichi che permette di spostare la sedia da un piano all'altro).

**SCALE PORTATILI:** Non salire su scale o sgabelli quando sei in casa da solo; non salire sulla scala se soffri di vertigini, dolori muscolari o ossei, sei stanco o hai problemi di vista, se hai preso farmaci o alcol; non salire con ciabatte o scarpe a tacchi alti, sandali e abbigliamento inadatto (vestaglie, lacci e cinture che possono impigliarsi o finire sotto le scarpe); quando sali non portare materiali pesanti e at-

trezzatura contemporanea: potresti avere problemi di equilibrio o difficoltà nel sorreggerti ai montanti della scala; attento a dove posizioni la scala: porte o finestre non perfettamente bloccate, spazi in prossimità del vuoto (balconi, pianerottoli etc.), linee elettriche; non collocare mai la scala su una superficie inclinata.

**PAVIMENTI:** Tieni i pavimenti asciutti e non scivolosi; evita di lucidare i pavimenti con la cera; indossa scarpe adatte con soles non scivolose e possibilmente senza lacci; rimuovi gli oggetti dal pavimento e riduci il disordine; evita i dislivelli; rimuovi i tappeti se troppo fini, dotati di frange o buchi o se scivolano sul pavimento; rimuovi i fili elettrici sul pavimento.

**BAGNO:** Usa tappeti antiscivolo sui pavimenti o fissa i tappeti utilizzando strisce adesive o apposite retine; metti tappeti antiscivolo nella vasca e nella doccia; non sederti sul fondo della vasca se non sei sicuro di riuscire a rialzarti; usa eventualmente sedili per vasca e doccia; usa maniglioni di supporto e anticaduta nella vasca, doccia e vicino al water; se necessario, installa copriwater più alti che permettono di alzarsi più facilmente.



## Ing. EBNER CARLO PAOLO

*L'energia al tuo servizio*



**Consulente Tecnico energie alternative**

**Certificazioni Energetiche Lombardia e Piemonte**

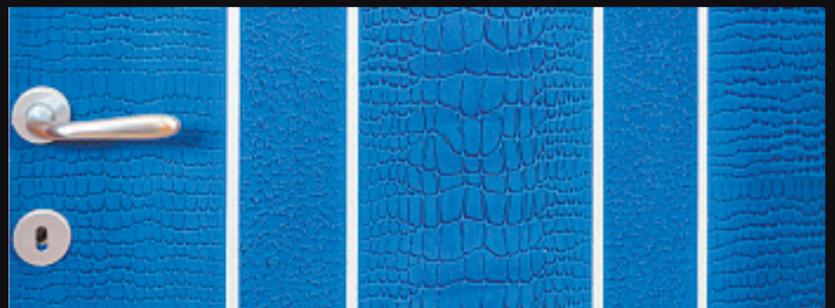
**Progettista impianti fotovoltaici**



**Corso Risorgimento, 121 NOVARA**

**Tel. 0321.1642580 Cell. 349.2528856 Fax 0321.1856957**

**www.risenergia.it - cpuebner@gmail.com**

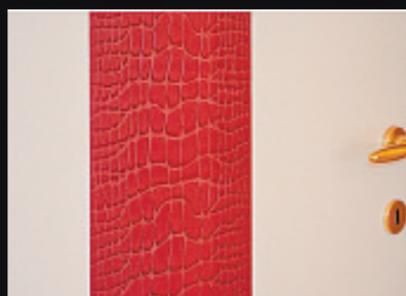


**Ravviva la tua casa attraverso un esclusivo tocco di classe.**

Stanco delle solite cose, divenute ormai vecchie, sbiadite, fuori moda?

Perché buttare ciò che invece puoi rinnovare risparmiando?

Il nostro innovativo prodotto, PLASMA 3D, trasforma tutto ciò che il tempo ha reso vecchio ed opaco dandogli nuova vita ed un aspetto brillante. Vieni a trovarci nel nostro nuovo show room! Potrai renderti conto di persona come, ad esempio, le tue vecchie porte possono essere trasformate in gradevoli ed esclusivi componenti d'arredo grazie all'efficacia ed originalità del PLASMA 3D con finiture che danno ampio spazio alla tua fantasia... Ti aspettiamo lieti di poterti guidare nelle tue scelte e disponibili nell'aiutarti a scoprire l'emozionante mondo del PLASMA 3D con la sua ampia gamma colori, modelli ed applicazioni.



**Un'interessante iniziativa**

Durante il prossimo mese di Marzo e per un'intera settimana, grazie anche alla preziosa collaborazione offerta dal nostro partner LOGGIA - INDUSTRIA VERNICI, saremo presenti con uno Stand dimostrativo presso il Centro Commerciale "Il Destriero di Vittuone". Più avanti e sempre da queste pagine riferiremo maggiori dettagli circa date e contenuti dell'iniziativa.

VITTUONE (MI) - Via Gandhi 11/13 - Tel. 02.90.111.850  
info@fibracinteriors.com - www.fibracinteriors.com  
www.fibracinsulation.com

**Il nuovo Concept Store**  
per il living moderno