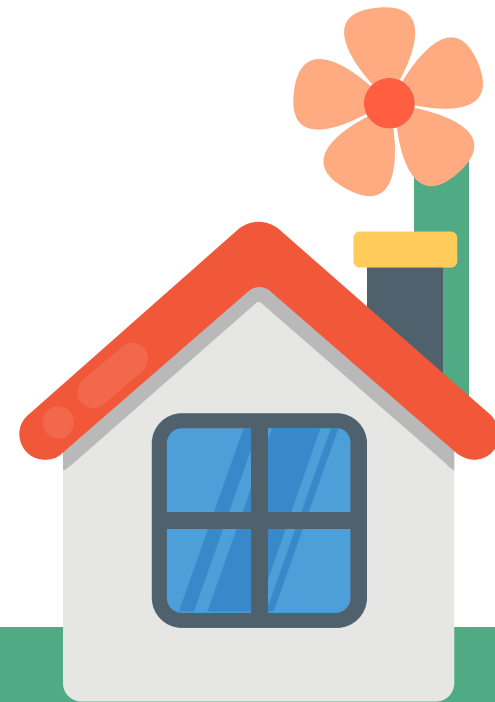


LA SICUREZZA



IN CASA

Dott.ssa Daniela ALESSI

S.S.D. Epidemiologia, promozione della salute e
coordinamento attività di prevenzione
Dipartimento di Prevenzione ASLCN2

RIFERIMENTO NORMATIVO

Legge n.493 del 3.12.1999

Art. 1. La presente legge promuove iniziative dirette a tutelare la sicurezza e la salute attraverso la **prevenzione delle cause di nocivita' e degli infortuni negli ambienti di civile abitazione** e l'istituzione di una forma assicurativa contro il rischio infortunistico derivante dal lavoro svolto in ambito domestico.

Art. 3.

1. E' compito del Servizio sanitario nazionale promuovere a livello territoriale la **sicurezza e la salute negli ambienti di civile abitazione** e sviluppare una adeguata azione di informazione ed educazione per la prevenzione delle cause di nocivita' e degli infortuni negli ambienti di civile abitazione.

2. Ai fini di cui alla presente legge, e' compito del Dipartimento di Prevenzione [...] la **promozione e l'organizzazione di iniziative di educazione sanitaria nei confronti della popolazione.**



INCIDENTE DOMESTICO

Evento **IMPROVVISO** e **ACCIDENTALE**

Causa **INVOLONTARIA**

Provoca un **DANNO** alla salute dell'individuo

Accade nell'ambito della **RESIDENZA ABITATIVA** o
nelle relative **PERTINENZE** (scale esterne, giardini,
garage, terrazze, cantina, etc...)



LE FONTI INFORMATIVE

- Sistema di sorveglianza **SINIACA** (2012): Sistema Informativo Nazionale sugli Incidenti in Ambiente di Civile Abitazione
- Monitoraggio degli **accessi in PS** e flusso **SDO** (schede dimissione ospedaliera) per incidente domestico – Regione Piemonte
- Indagine campionaria “Aspetti della vita quotidiana” **ISTAT**
- Sistemi di sorveglianza: **PASSI** - **PASSI D'Argento** - **OKkio alla salute**

DATI PASSI E PASSI D'ARGENTO 2024

Sorveglianza **PASSI**: dedicata alle persone di età **18-69 anni**;
sorveglianza **PASSI D'ARGENTO (PDA)**: dedicata alle persone **64+ anni**. Indagini orientate a raccogliere **informazioni sui fattori di rischio associati all'insorgenza di malattie croniche**.

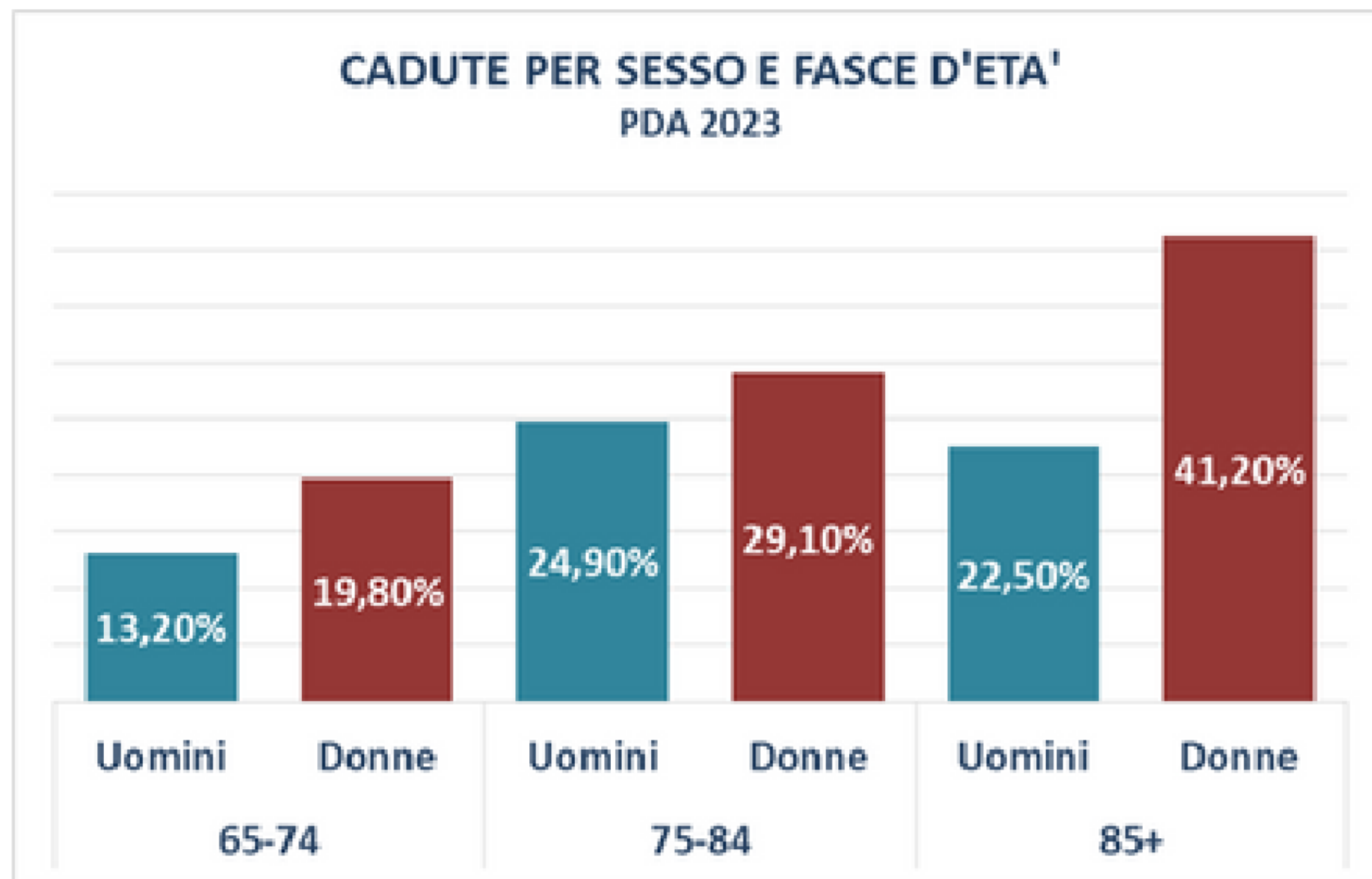
I dati vengono raccolti somministrando un questionario mediante intervista telefonica condotta da personale appositamente formato a un campione casuale di persone rappresentativo della popolazione.

Le persone anziane sono fra le più colpite dagli incidenti domestici e dalle loro conseguenze, in particolare le **cadute** costituiscono la dinamica maggiormente rappresentata in tutte le sue modalità.

Le **cadute** spesso **mettono a rischio l'autosufficienza delle persone anziane**, a causa di una combinazione di fattori come l'elevata prevalenza di malattie come l'osteoporosi e cambiamenti fisiologici associati all'età (es. rallentamento dei riflessi) che rendono particolarmente pericolose anche cadute lievi.

Inoltre la guarigione da una lesione, come per esempio una frattura, è di solito **lenta**.

Le conseguenze delle cadute negli anziani sono di natura fisica e di natura psicologica possono portare anche alla **perdita dell'indipendenza** funzionale e avere ricadute familiari e sociali.



IL **23,5%** ha dichiarato di essere caduto nei 12 mesi precedenti l'intervista, di cui il 15,7% una sola volta e il 7,8% due o più volte.

Il 39,8% degli anziani caduti ha riportato una frattura e nel 12% (8,52-16,67) dei casi è stato necessario il ricovero ospedaliero di almeno un giorno. Le cadute sono più frequenti nelle donne e aumentano con l'avanzare dell'età.

La **prima causa di incidenti domestici** è la diffusa convinzione che **la casa, in particolare quella propria, sia un posto sicuro.**

Poiché la casa è un luogo privato, ognuno può arredarla e organizzarla **senza un confronto con esperti** della sicurezza, come avviene per i luoghi pubblici, sottovalutando i rischi.

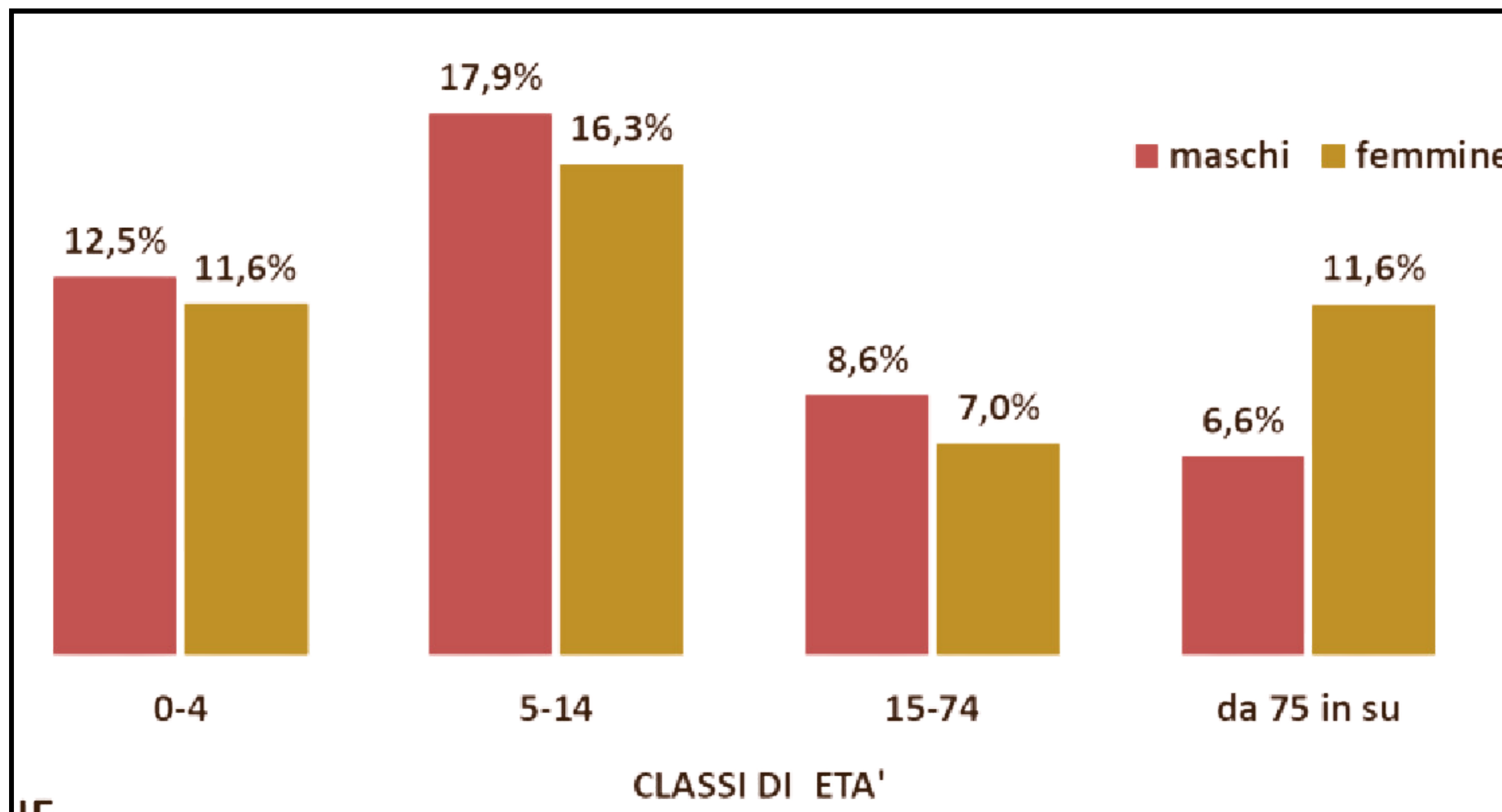
LA PERCEZIONE DEL RISCHIO

Secondo le LG per la Prevenzione delle cadute da incidente domestico negli anziani, **la consapevolezza del rischio di farsi male in casa, è un fattore protettivo forte,** costituisce il primo movente per mettere in atto misure di prevenzione.

Solamente **il 5,8% degli intervistati Passi e il 30,1% degli intervistati PDA** considera **correttamente** il rischio di incorrere in un incidente domestico.

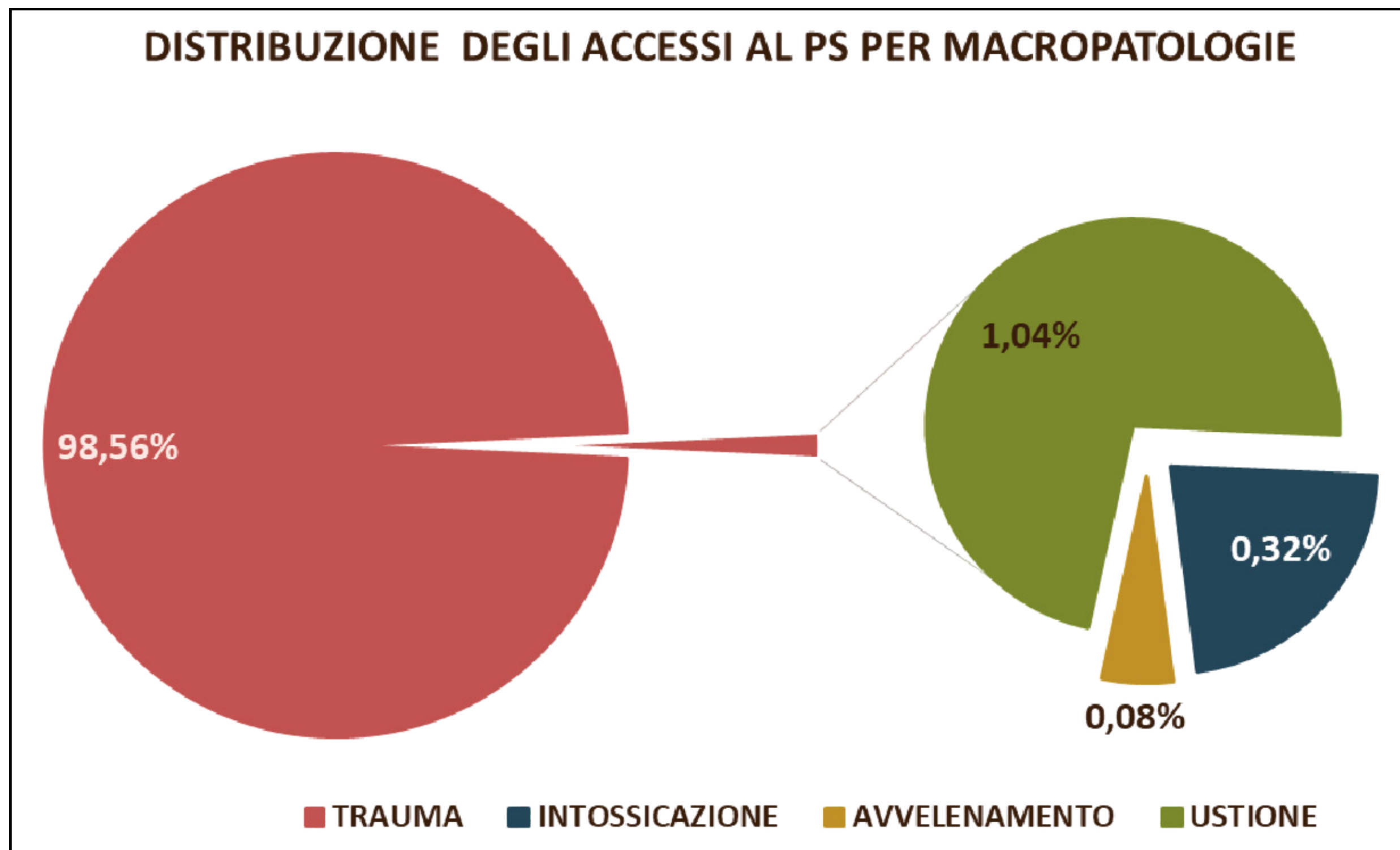
ACCESSI IN PS PER INCIDENTE DOMESTICO

REGIONE PIEMONTE - 2020



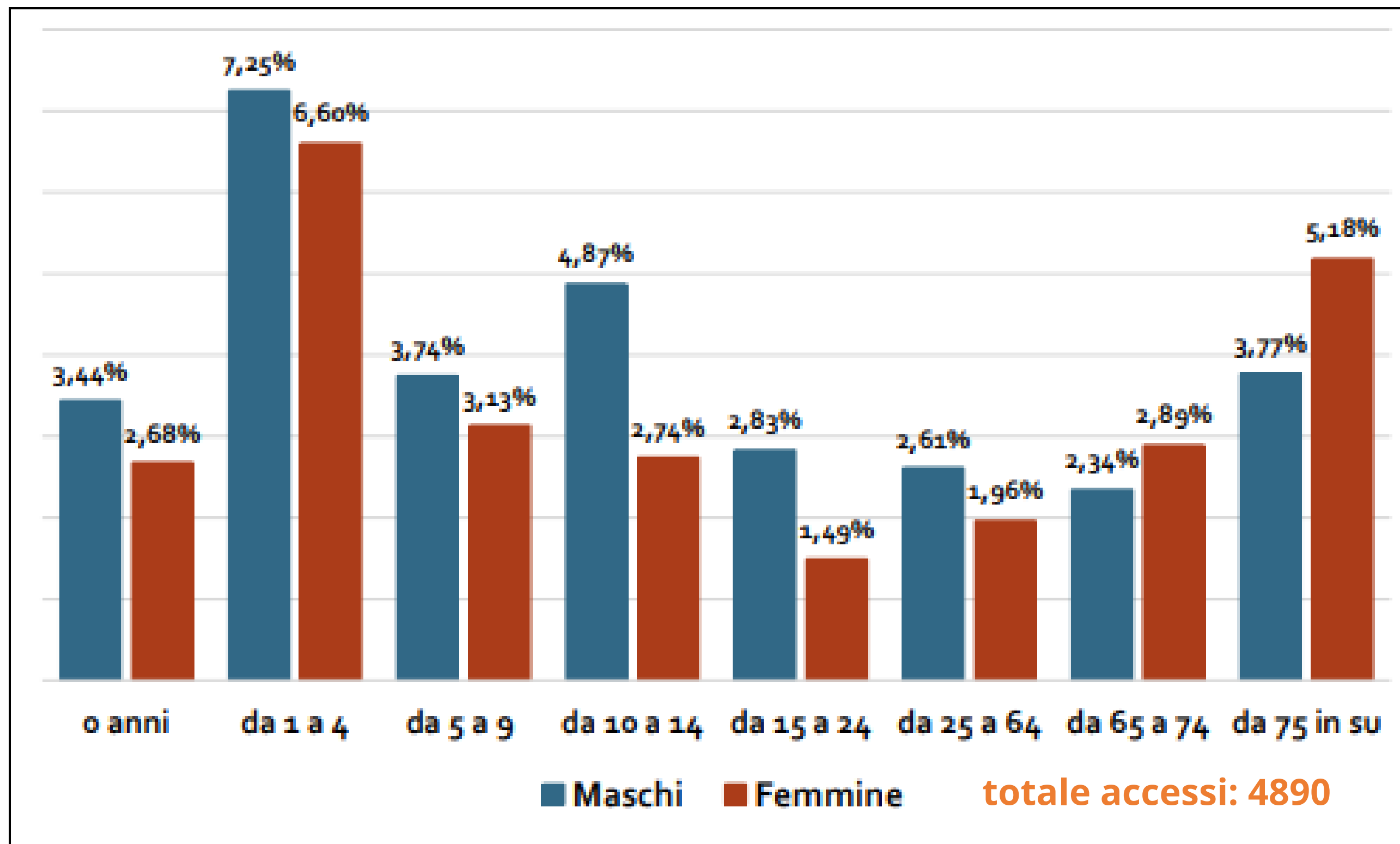
CAUSA ACCESSI IN PS PER INCIDENTE DOMESTICO

REGIONE PIEMONTE - 2020

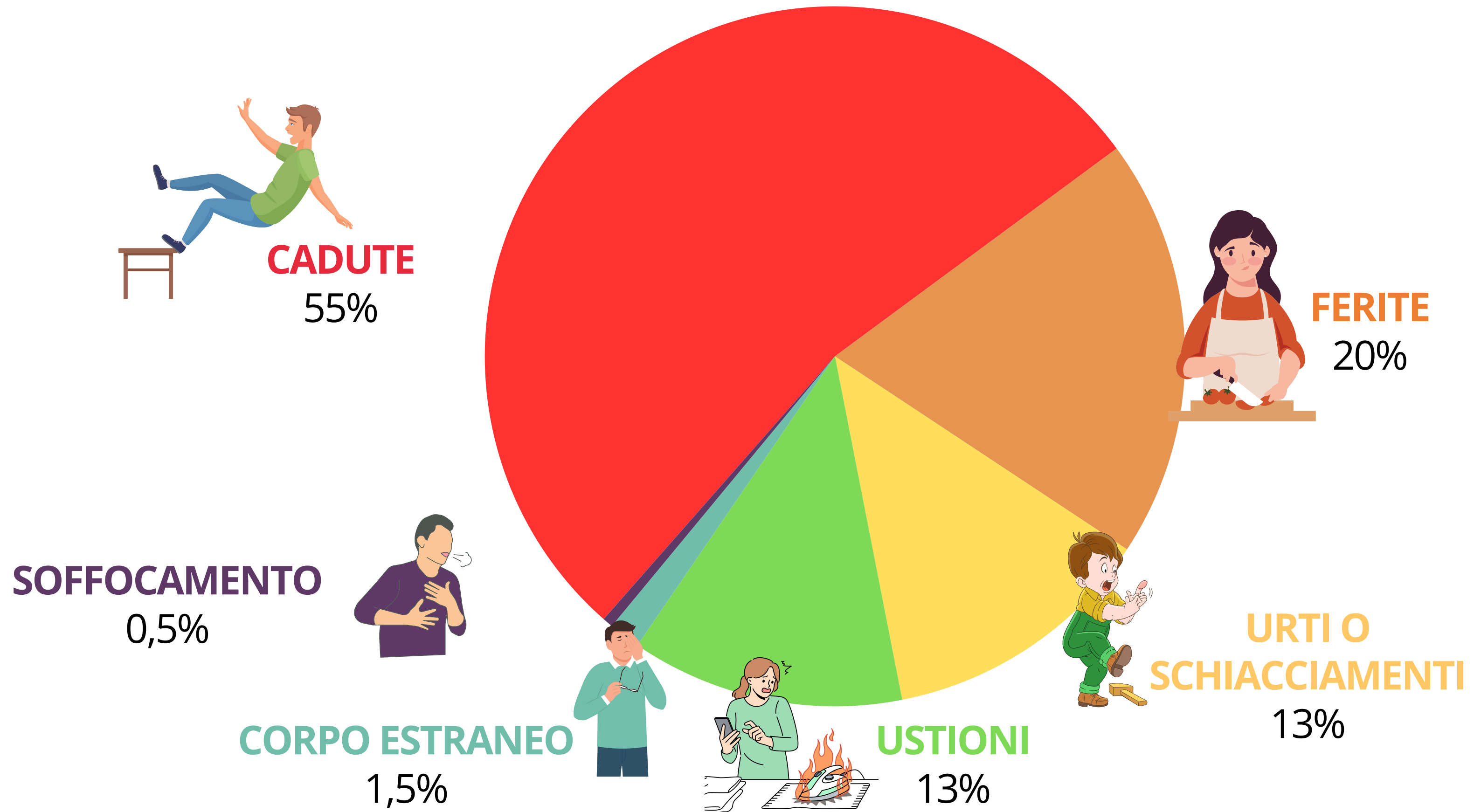


ACCESSI IN PS PER INCIDENTE DOMESTICO

ASL CN2 - 2020



COME CI SI INFORTUNA?



DOVE CI SI INFORTUNA?

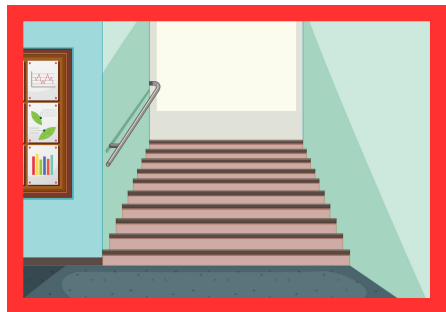
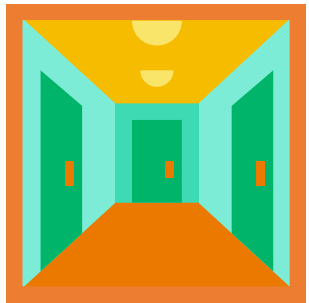


ALTRO (EXT)
20%

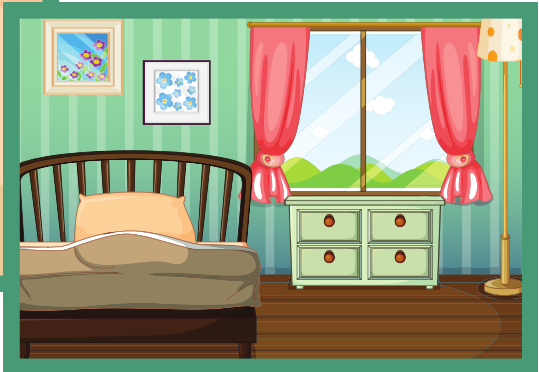


GARAGE
18%

ALTRO (INT)
9%



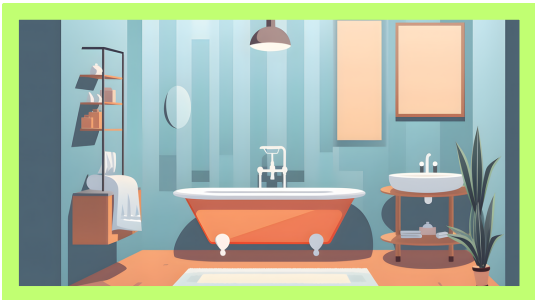
SCALE
9%



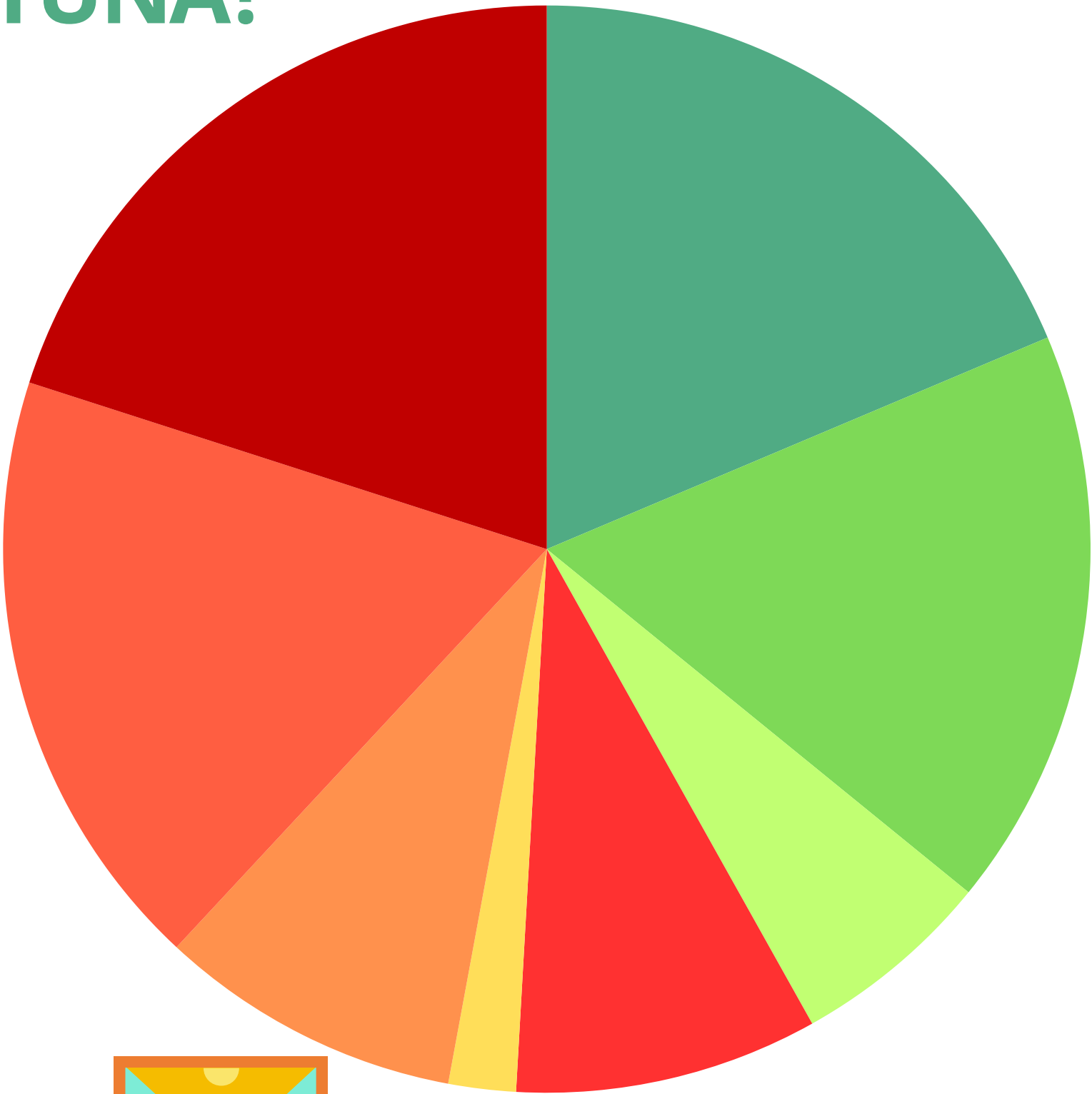
SOGGIORNO/CAMERA LETTO
19%



CUCINA
17%



BAGNO
6%



Fonte dati: SINIACA 2012 - 37450 episodi

DANNI SUBITI

IL TIPO DI LESIONE

- Contusione, livido **25%**
- Ferita aperta **25%**
- Frattura **18%**
- Distorsione, strappo, stiramento, lussazione, slogatura **8%**
- Ustione, scottatura **2%**



DISTRETTO CORPOREO

- Arto superiore **23%**
- Arto inferiore **19%**
- Lesioni multiple **2%**
- Faccia **9%**
- Testa **9%**
- Torace **6%**
- Addome **4%**

Fonte dati: **SINIACA 2012 - 37450 episodi**

I FATTORI DI RISCHIO

- **INDIVIDUALI:** correlati allo sviluppo psicomotorio (primi anni di vita), alle attività lavorative in ambito domestico (donne) e alle condizioni di comorbidità, deficit neuro-motori e cognitivi, fragilità o scarsa attività fisica (anziani);
- **AMBIENTALI:** relativi alle caratteristiche strutturali della casa, degli arredi, degli impianti e delle pertinenze, alla presenza e conservazione di farmaci e prodotti di uso comune che possono contenere sostanze chimiche tossiche.

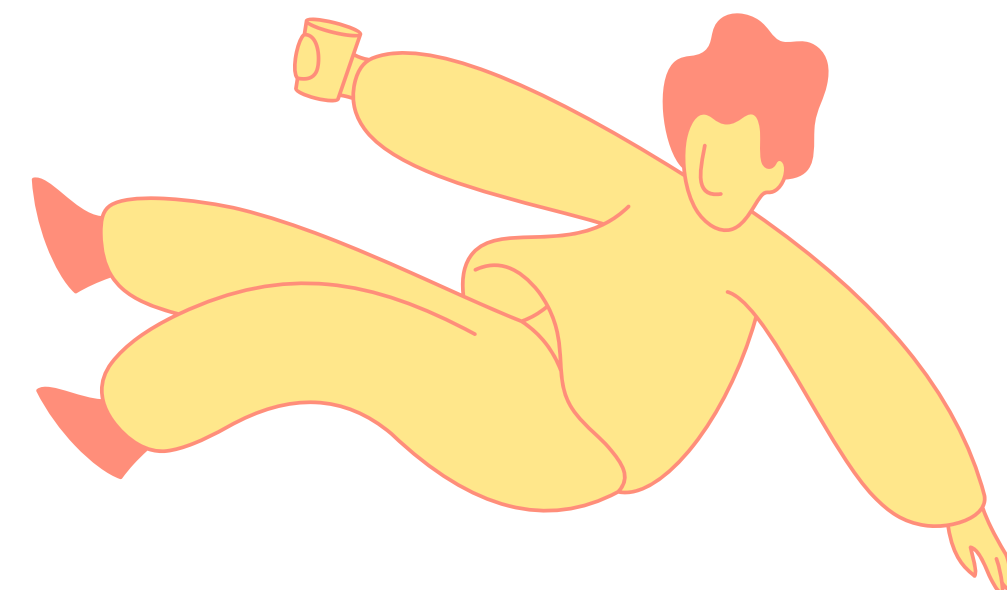
GLI INFORTUNI DOMESTICI

LE CADUTE

Le cadute rappresentano la **dinamica di incidente più ricorrente** senza distinzioni di genere.

Nelle **donne** l'assoluta predominanza di cadute si traduce in una più elevata incidenza di **fratture** a danno soprattutto degli arti inferiori.

Si può cadere in casa perchè si scivola, si inciampa o si precipita.



LE CADUTE

Gli ambienti più pericolosi:

- 25% cucina
- 22% camera da letto
- 20% scale (interne ed esterne)
- 13% bagno



LE CADUTE

I FATTORI DI RISCHIO AMBIENTALI

- pavimenti **scivolosi** o **sconnessi**
- presenza di **tappeti** o altri intralci
- **scarsa illuminazione** degli ambienti
- presenza di **scale**
- assenza di corrimano
- arredi ingombranti
- animali domestici



LE CADUTE

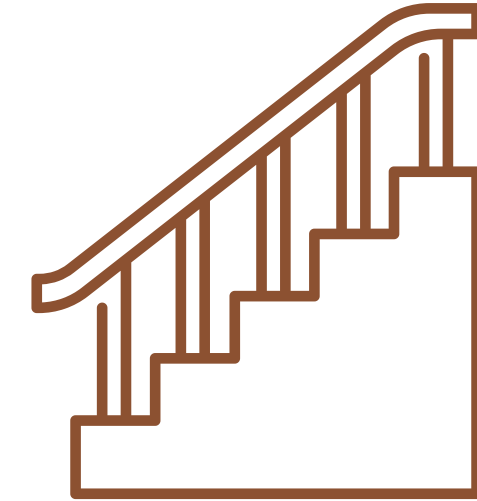
QUALI STRATEGIE PER LA PREVENZIONE

PAVIMENTI / ALTRE SUPERFICI CALPESTABILI

- prestare **attenzione se sono bagnati**;
- **non usare cere** o prodotti analoghi;
- eliminare gli ostacoli (fili o prolunghe) e **garantire percorsi sempre liberi**;
- **eliminare i tappeti o spostarli dai punti di passaggio** e metterli in sicurezza;
- segnalare la presenza di **gradini o dislivelli**;
- utilizzare **calzature idonee**;
- installare **seggiolino e maniglioni** nella doccia/vasca;
- utilizzare **tappetini antiscivolo** in doccia e vasca.



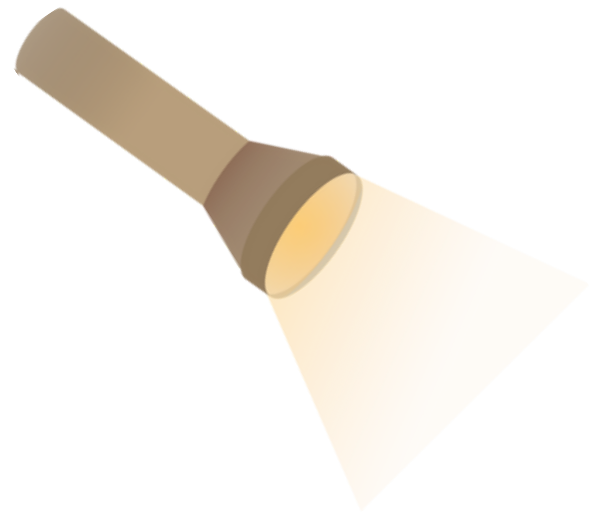
LE SCALE



- devono avere il **corrimano**
- devono essere **ben illuminate**
- devono essere **segnalati i gradini rotti o irregolari**

SCALETTE PER LAVORI:

- possibilmente da evitare;
- spostare in basso oggetti di uso comune;
- farsi **assistere** per i lavori che ne prevedano l'utilizzo.



L'ILLUMINAZIONE



- Tutti i **percorsi** devono essere **ben illuminati**, soprattutto quello dalla camera da letto al bagno;
- tenere **una pila a portata di mano** specialmente di notte;
- installare **luci notturne** e, se possibile, **luci di emergenza**.

LE USTIONI

I FATTORI DI RISCHIO AMBIENTALI

- **vapore** prodotto da pentole in ebollizione e forni;
- **acqua** bollente (pasta, bevande calde);
- **valvole difettose** di pentole a pressione e caffettiere;
- **fiamme vive** (cucina a gas, caminetto, barbecue);
- **ferro da stiro.**



LE STRATEGIE PER LA PREVENZIONE

FIAMME VIVE

Evitare di:

- avvicinarsi ai fornelli con vestiti/vestaglie/sciarpe svolazzanti e sintetiche;
- avvicinare le stufe alle tende;
- avvicinarsi troppo alla fiamma del camino;



Non utilizzare alcool o altri infiammabili per accendere il fuoco e non accendere il fuoco in presenza di vento.

VAPORE

- Attenzione a **sollevare i coperchi delle pentole** in ebollizione e ad **aprire lo sportello del forno** (specialmente se ventilato);
- Attenzione a **scolare** pasta, riso, verdure ...
- Controllare che le valvole di pentola a pressione e caffettiera non siano otturate



LIQUIDI

- Bere liquidi caldi in **tazze col manico, seduti e con vicino un piano d'appoggio;**
- **sistemare in modo stabile** le pentole sui fornelli;
- utilizzare di preferenza i **fornelli posteriori** in particolare per le pentole grandi e per le padelle;
- Regolare la **temperatura della caldaia a 50°.**

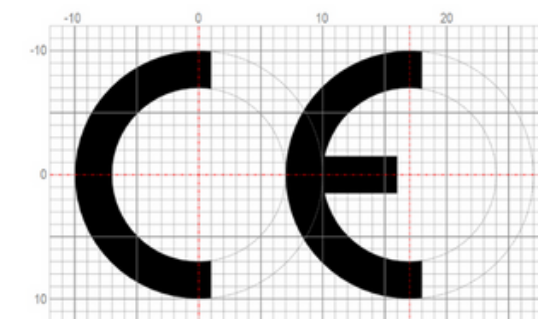


ALTRI TIPI DI INCIDENTE DOMESTICO

FOLGORAZIONI

- **Non avvicinare all'acqua** apparecchi elettrici
- non usare il phon o il ferro da stiro **a piedi nudi**
- se l'impianto elettrico è molto vecchio chiedere **la revisione** ad un elettricista
- Non lasciare gli elettrodomestici inseriti quando non sono in funzione
- Utilizzare apparecchi con **marchio CE**

Attenzione

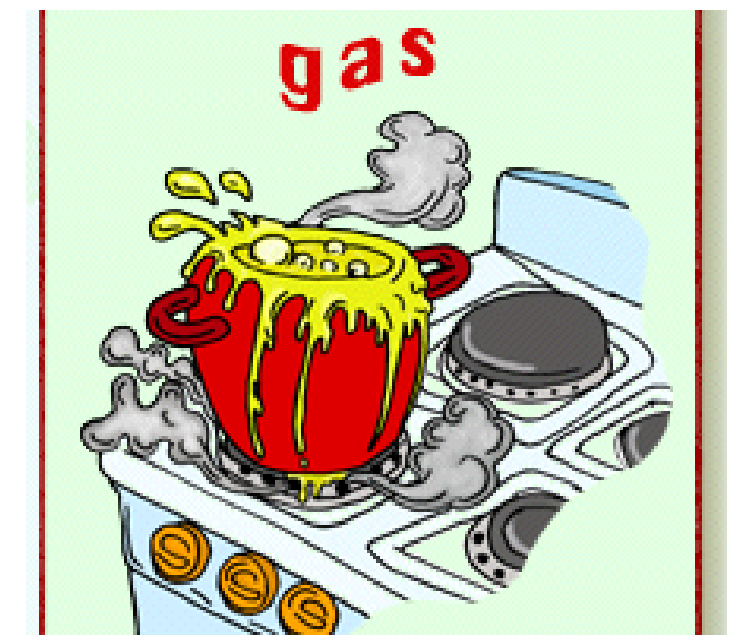


**Verificare periodicamente che il salvavita funzioni
schiacciando il TESTER**

ALTRI TIPI DI INCIDENTE DOMESTICO

AVVELENAMENTI/INTOSSICAZIONI

- **Errore nel dosaggio dei farmaci**
- **Ingestione di sostanze tossiche:** non travasare sostanze tossiche in recipienti che hanno contenuto alimenti e/o bevande
- **Presenza di monossido di carbonio:** non dimenticare il controllo annuale della caldaia
- **Fuoriuscita di gas:** se possibile installare un piano cottura con valvole di sicurezza;



CADUTE E ALTRI INCIDENTI

I FATTORI DI RISCHIO INDIVIDUALI E COMPORTAMENTALI

- alterazione della vista o utilizzo di lenti multifocali
- alterazione della mobilità o utilizzo di ausili non appropriati
- assunzione di farmaci (es. antipertensivi, antidepressivi)
- storia di precedenti cadute e paura di cadere
- malattie del sistema cardiovascolare,
- depressione, demenza e/o confusione
- percezione del rischio
- autopercezione
- abitudini



LE STRATEGIE PER LA PREVENZIONE

- **Valutazione periodica delle capacità visive, uditive e cognitive** da parte del medico o professionista sanitario, per correggere eventuali problematiche che possono ridurre l'autonomia e la sicurezza;
- **Corretto utilizzo dei farmaci:** il consumo giornaliero di più farmaci è associato a un maggior rischio di cadute. Porre più attenzione in particolare a **diuretici, antipertensivi, sedativi** e altri **farmaci psicotropi**;
- **Esercizio fisico:** l'attività fisica previene le cadute e ne riduce le conseguenze; è importante mantenersi attivi e in movimento (gruppi di cammino, ginnastica dolce, AFA)
(**indicazioni OMS:** 30 minuti al giorno di attività aerobica moderata per 5 giorni a settimana)

ALTRI CONSIGLI UTILI

I NUMERI DI EMERGENZA

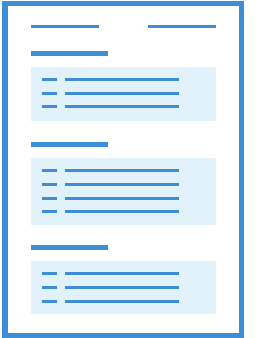
- Può essere utile preparare una lista di numeri di emergenza da tenere sempre a portata di mano;
- Ricordare il numero unico di emergenza 1-1-2;
 - si può chiamare gratuitamente da rete fissa o mobile anche quando il telefono non ha SIM, è bloccato o non si ha credito telefonico.
- Gli operatori, formati per gestire la prima risposta alla chiamata, smistano le telefonate agli Enti responsabili della gestione delle emergenze (Polizia di Stato, Arma dei Carabinieri, Vigili del Fuoco o il Soccorso sanitario).



LE LISTE DI CONTROLLO

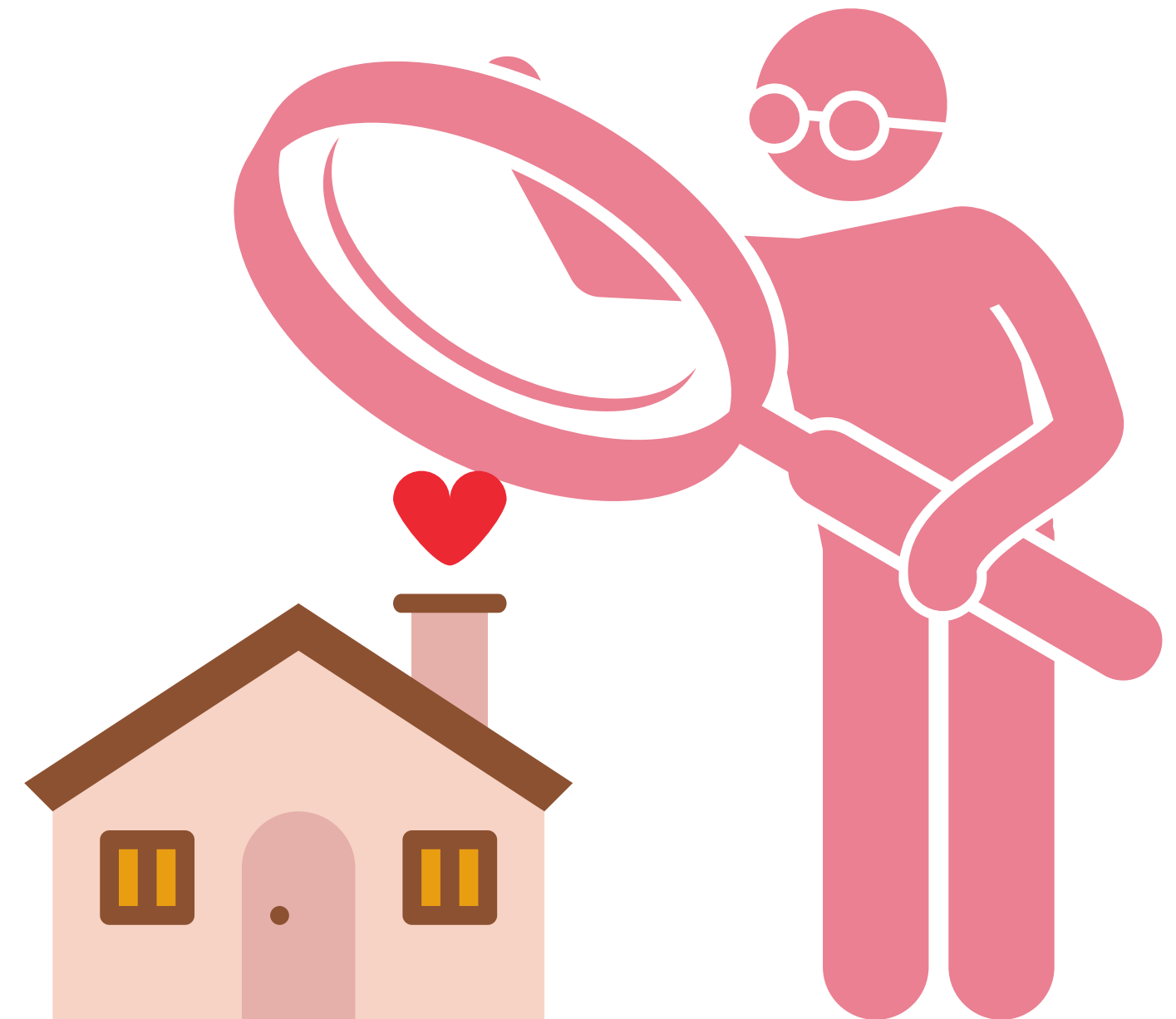
Strumenti utili per riconoscere i pericoli nell' ambiente domestico

- Sviluppate dall'Ufficio Prevenzione Infortuni - UPI - svizzero
<https://www.bfu.ch/it/consigli/lista-di-controllo-per-una-casa-sicura>
- La valutazione dei rischi domestici può essere effettuata anche da abitanti della casa o loro care-giver;
- Permettono di analizzare ogni locale e individuare le fonti di pericolo;
- La valutazione è accompagnata da consigli e accorgimenti sulle modifiche da eseguire e su eventuali ausili che potrebbero facilitare e rendere più sicuri lo svolgimento della vita quotidiana.



Argomenti indagati

- Rischi di caduta
- Vetro e coltelli
- Fuoco e fonti di calore
- Elettricità
- Apparecchi e macchinari
- Veleni, sostanze chimiche, armi
- Acque



COME ESSERE SICURI

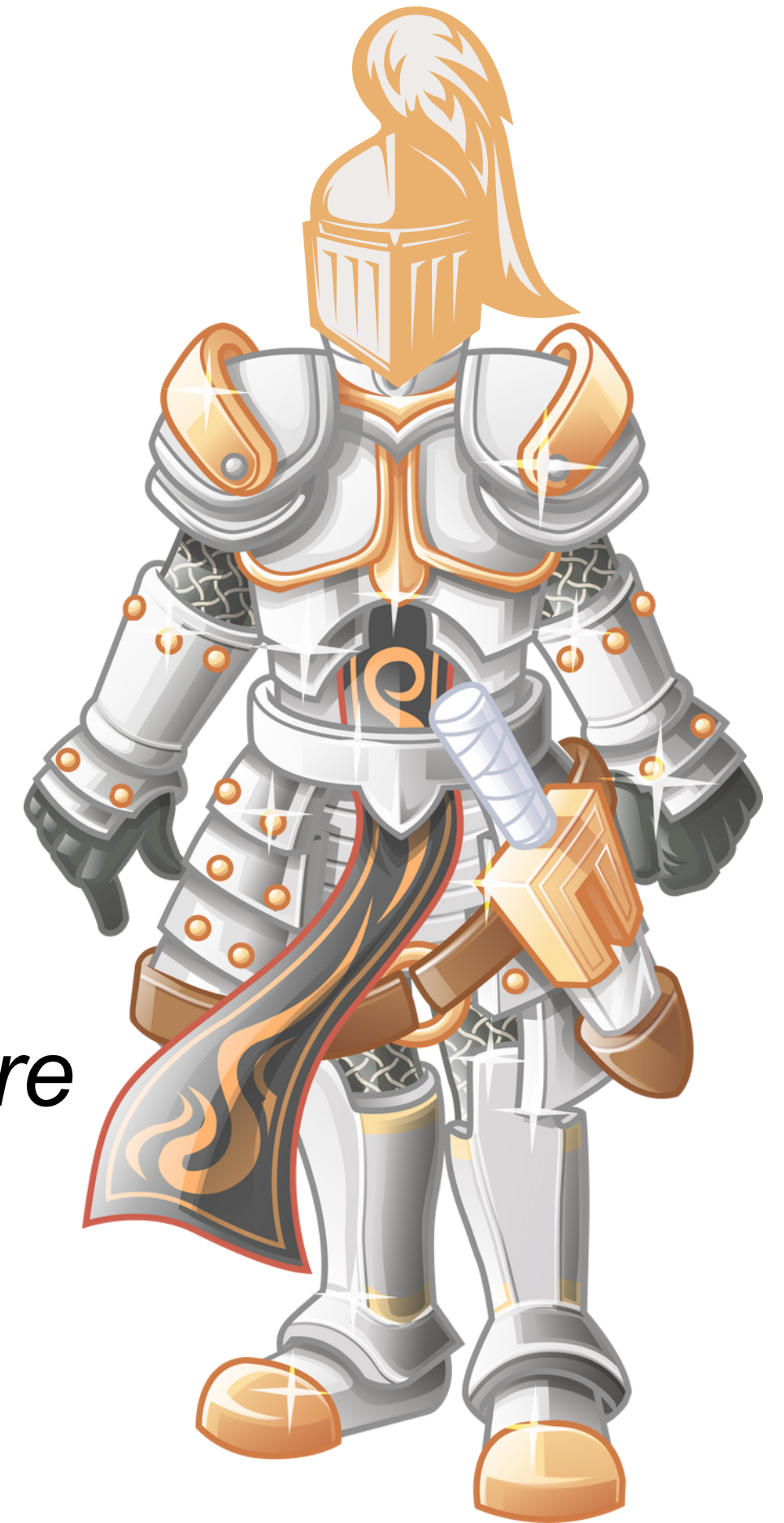
È necessario avere la capacità di osservare

È impossibile dare tutti i consigli necessari

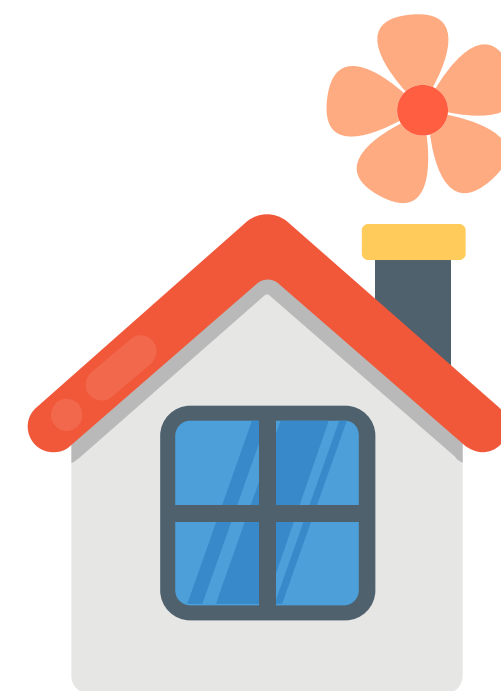
È importante valutare le nostre capacità

È importante valutare lo stato della casa

È utile usare la fantasia e la pazienza per trovare le soluzioni adeguate



Grazie per l'attenzione!



Dott.ssa Daniela ALESSI

S.S.D. Epidemiologia, promozione della salute e
coordinamento attività di prevenzione
Dipartimento di Prevenzione ASLCN2

