



A healthy home is safe

A safe home reduces accidents and injuries.



The main idea

Many accidental injuries occur in the home. Common causes are falls, fires, drowning, choking, and poisonings. Young children and older adults are often the most likely to be injured.

How it affects your health

Accidental injuries can result in hospitalizations, surgeries, and long-term disabilities. They are among the leading causes of death in the home.

How to know if you have a problem

- Clutter—such as clothing, shoes, papers, and toys—creates dangers for slips, trips, and falls
- Smoke detectors and carbon monoxide detectors (at least one of each device for each floor of the home) are either not present or not working
- Poor or no lighting in stairways, doorways, and walkways
- Hot water from the faucet is very hot
- Dangerous items—such as medicines and vitamins, household cleaning products, matches and lighters, and sharp tools—are stored where children can reach them
- Damaged electrical cords are present

How to fix the problem in the home

- Clear away things—like clutter, loose electrical cords, slippery throw rugs, and spilled food—that might make you slip, trip, or fall
- Install smoke alarms and carbon monoxide detectors on each floor, put in fresh batteries every autumn and spring, and check that the devices are working properly
- Put fire extinguishers in key places, such as the kitchen, bedroom, and basement; replace or recharge when needed
- Add or fix lighting in stairways, doorways, and walkways
- Replace damaged electrical cords
- Set hot water heater at 120 degrees Fahrenheit or lower to prevent burns
- Post the phone number for the Poison Control Center (1-800-222-1222) next to every phone, and program cell phones with that number
- If children live in or visit your home, supervise them at all times, and childproof your home:
 - Store all dangerous items out of reach of children
 - Always use safety devices, such as baby gates, child-proof containers, and safety latches on doors, windows, and cabinets
- Do a thorough home safety check

How to learn more

- For a detailed home safety checklist, see Safe Kids USA: <http://www.safekids.org>
- Connecticut Poison Control Center, <http://poisoncontrol.uchc.edu/>

For more information, call the Connecticut Department of Public Health's Healthy Homes Initiative at 860-509-7299, see www.ct.gov/dph/healthyhomes, or call Infoline at 2-1-1



Un hogar saludable es seguro



Un hogar seguro reduce el riesgo de accidentes y de heridas.

La idea principal

Muchas heridas por accidentes ocurren en el hogar. Las causas comunes son: caídas, fuego, ahogamiento, asfixia y envenenamiento. Los niños pequeños y los adultos de más edad son los más propensos a las heridas.

Repercusiones en su salud

Las heridas por accidentes pueden resultar en hospitalizaciones, cirugías, e incapacidades prolongadas. Se cuentan entre las principales causas de muerte en el hogar.

Señales del problema

- Hay amontonamientos —de ropa, zapatos, papeles y periódicos, por ejemplo— que crean el peligro de resbalarse, tropezar o caerse
- No hay detectores de humo ni de monóxido de carbono (por lo menos uno de cada uno en cada piso del hogar) o no funcionan
- Iluminación pobre o inexistente en escaleras, entradas y corredores
- El agua caliente de la llave sale muy caliente
- Artículos peligrosos —tales como medicinas y vitaminas, productos de limpieza del hogar, fósforos, encendedores y herramientas filosas— se encuentran al alcance de los niños
- Hay cables eléctricos dañados

Resolución del problema

- Retire todo aquello —amontonamientos, cables eléctricos sueltos, tapetes resbalosos y comida desparramada— que pueda hacerlo resbalar, tropezarse o caer
- Instale alarmas de humo y detectores de monóxido de carbono en cada piso, cámbieles las baterías en otoño y en primavera, y verifique que los dispositivos funcionen adecuadamente
- Coloque extintores de fuego en lugares clave, tales como la cocina, la recámara y el sótano; repóngalos o recárguelos según se requiera
- Instale o repare la iluminación en escaleras, entradas y corredores
- Reemplace cables eléctricos dañados
- Ajuste el calentador de agua a 120 grados Fahrenheit o menos para prevenir quemaduras
- Escriba el número del centro de envenenamiento (1-800-222-1222) cerca de cada teléfono y prográmelo en sus teléfonos celulares
- Si hay niños viviendo o de visita en su hogar, supervíselos todo el tiempo y haga su casa segura para niños:
 - Almacene todo artículo peligroso fuera del alcance de los niños
 - Use siempre dispositivos de seguridad tales como puertas protectoras para bebés, contenedores a prueba de niños y cerraduras de seguridad en puertas, ventanas y alacenas
- Haga una verificación de seguridad concienzuda de su hogar

Dónde obtener más información

- Encontrará una lista de verificación de seguridad en el hogar detallada en Safe Kids USA: <http://www.safekids.org>
- Connecticut Poison Control Center, <http://poisoncontrol.uchc.edu/>

Para más información, llame al Connecticut Department of Public Health's Healthy Homes Initiative al 860-509-7299, visite www.ct.gov/dph/healthyhomes, o llame a Infoline al 2-1-1