

Lista di controllo per la sicurezza in casa

Fai spazio alla sicurezza



upi – Ufficio prevenzione infortuni



Quanto è sicura la tua abitazione?

Hai appena traslocato o la tua situazione abitativa ha subito cambiamenti? Allora è il momento ideale per esaminare a fondo la tua casa. Sapevi che ogni anno si verificano più di mezzo milione di incidenti domestici? Tutti infortuni che si potrebbero evitare! Arreda le tue quattro mura in modo sicuro, così da prevenire più facilmente gli incidenti inutili.



Sommario argomenti

• Rischi di caduta	p. 4-5
• Vetro e coltelli	p. 6
• Fuoco e fonti di calore	p. 7
• Elettricità	p. 8
• Apparecchi e macchinari	p. 9
• Veleni, sostanze chimiche, armi	p. 10
• Acque minori	p. 11

Numeri d'emergenza importanti

Servizio sanitario, ambulanza	144
Polizia	117
Pompieri	118
Rega	1414
Tox Info Suisse	145
Numero d'emergenza europeo	112

Lista di controllo per la sicurezza in casa

Piccoli cambiamenti con grande effetto: montare lampadine più chiare, eliminare le trappole da inciampo oppure mettere sotto chiave veleni e farmaci. Si tratta di semplici accorgimenti che, nella maggior parte dei casi, possiamo mettere in pratica noi stessi.

Scorri la lista di controllo e verifica la sicurezza della tua casa. Una volta individuato i punti non sicuri, annota sul piano d'azione (a p. 11) i prossimi passi da intraprendere. Se necessario, rivolgiti a uno specialista (ad es. elettricista, falegname). Affida le modifiche architettoniche più significative a un architetto o all'amministrazione dell'immobile.



Maggiori informazioni

Elettricità:

www.electrosuisse.ch

Equipaggiamento di protezione:

www.sapros.ch, www.spia.ch

Prodotti chimici:

www.infochim.ch

Scale:

www.suva.ch/scale

Costruzioni senza barriere architettoniche:

www.architecturesansobstacles.ch

www.mona-tool.ch (solo in tedesco)

Attenzione al rischio di caduta!

Spesso gli incidenti da inciampo o caduta vengono sottovalutati. Eppure la caduta è il tipo d’incidente domestico più frequente. In Svizzera, circa 280 000 persone subiscono ogni anno infortuni da caduta.

Luce	sì	no
I seguenti locali e zone sono sufficientemente illuminati, senza risultare troppo abbaglianti?		
• Aree di passaggio attorno alla casa	☐	☐
• Accesso alla porta d’entrata	☐	☐
• Scale e corridoi	☐	☐
• Garage	☐	☐
• Cantina, soffitta, sottoscala	☐	☐
• Superfici di lavoro (ad es. cucina, locale hobby)	☐	☐
Le luci possono essere controllate dal letto?	☐	☐
Nelle camere da letto utilizzi una luce notturna comandata da rivelatori di movimento?	☐	☐

Pavimento	sì	no
Tappeti, tappetini e passatoie sono dotati di superficie antiscivolo o di un sottotappeto?	☐	☐
Il pavimento è libero da trappole d’inciampo e ostacoli (angoli rialzati o avvallamenti del tappeto, cavi, linee telefoniche, ceste, giocattoli dei bambini ecc.)?	☐	☐
Il pavimento è antiscivolo anche se bagnato?	☐	☐
Il fondo della vasca da bagno o della doccia è antiscivolo o dotato di strisce antisdrucciolo?	☐	☐

Scale

	sì	no
Tutte le scale dispongono di una ringhiera o di un corrimano?	☐	☐
Le pedate sono antidrucciolevoli anche se bagnate?	☐	☐
Gli spigoli dei gradini sono ben visibili?	☐	☐
Le scale sono libere da oggetti (trappole da inciampo)?	☐	☐
Le scale sono sempre illuminate a sufficienza?	☐	☐

Assicurare i mobili

	sì	no
I mobili alti e stretti (ad es. librerie) sono fissati alla parete in modo da evitare ribaltamenti?	☐	☐
I letti a castello e a soppalco sono fissati alla parete?	☐	☐

Punti a rischio di caduta

	sì	no
I punti a rischio di caduta più alti di 1 m sono assicurati da una ringhiera o da un recinto?	☐	☐
Per raggiungere i punti alti (ad esempio in cucina) utilizzi una scala portatile stabile con gradini larghi e un supporto per la presa?	☐	☐
I punti a rischio di caduta per bambini piccoli (accessi alle scale, ringhiere) sono muniti di dispositivi anticaduta?	☐	☐
Le finestre nelle camerette sono abbastanza difficili da aprire per i bambini?	☐	☐
Controlli regolarmente l'attrezzatura da gioco dei bambini (ad es. altalena, scivolo e strutture per l'arrampicata)?	☐	☐

Non sempre i cocci portano fortuna

Ogni anno in Svizzera si contano circa 56 000 ferite da taglio e da incisione. Molti di questi infortuni si verificano a causa di un utilizzo sbagliato e disattento di schegge e lamiere.

Vetro e coltelli

	sì	no
I pannelli di vetro delle porte sono visibili per i bambini e gli adulti?	☐	☐
È stato usato vetro di sicurezza per i pannelli di vetro posti al di sotto di 1 m dal pavimento, ad es. nelle porte?	☐	☐
Per raccogliere le schegge di vetro usi scopa e paletta o indossi guanti antitaglio?	☐	☐
Quando tagli qualcosa, lo fai sempre verso l'esterno e non verso di te?	☐	☐



Non giocare con il fuoco

Pressoché la metà di tutte le lesioni termiche sono scottature, procurate ad es. da acqua, vapore, tè o caffè. Particolarmente sensibile è la pelle dei bambini: basta una temperatura dell'acqua di 50°C per scottarsi. Le ustioni sono causate da fuoco, superfici roventi, corrente elettrica e raggi di sole.

Fuoco e calore

	sì	no
Lasci le candele accese solo in presenza di qualcuno che possa sorvegliarle?	☐	☐
Tieni a portata di mano una coperta antincendio o un estintore a (ad es. in cucina)?	☐	☐
Hai installato un rilevatore di fumo a batterie in tutte le camere o almeno davanti alla porta delle camere?	☐	☐
I rubinetti sono dotati di miscelatore termostatico con dispositivo antiscottatura?	☐	☐
Disponi le pentole in modo che il manico non sporga dal bordo del piano di cottura?	☐	☐
Usi una barriera di protezione per fornelli se hai bambini piccoli in casa?	☐	☐

Sei sotto corrente?

La corrente elettrica non si vede, non si sente, e quando la si percepisce è già troppo tardi. Questo consiglio di saggezza per elettricisti non per nulla invita alla prudenza: gli incidenti di corrente presentano in assoluto il tasso di mortalità più alto. Per questo i lavori agli impianti elettrici devono essere eseguiti esclusivamente da elettricisti professionisti. Vi rientrano altresì la sostituzione di spine elettriche e linee di alimentazione, come anche altri lavori apparentemente semplici, che tanti hobbisti svolgono da soli. La causa più frequente degli incidenti di corrente è la sventatezza, ma anche lo stress e la mancanza di tempo.

Elettricità

	sì	no
Le installazioni elettriche sono state adeguate da specialisti in materia allo stato della tecnica (interruttore differenziale, presa con colletto di protezione)?	☐	☐
In bagno ci sono solo radio e telefoni a batteria?	☐	☐
Ti assicuri che le luci, gli interruttori e le prese all'esterno e negli ambienti bagnati siano protetti dagli spruzzi d'acqua (classe di isolamento da IP44 in su).	☐	☐
Usi l'asciugacapelli solo davanti al lavandino o alla vasca vuoti e con i rubinetti chiusi?	☐	☐
Stacchi la spina dell'asciugacapelli e del rasoio quando non li usi?	☐	☐
Quando lavori con apparecchi elettrici come il tosaerba, il tosasiepi o il potatore usi l'apposito avvolgicavo con interruttore differenziale salvavita (salvavita FI/RCD)?	☐	☐
Fai riparare immediatamente gli apparecchi elettrici e i cavi difettosi da uno specialista?	☐	☐

Sicurezza nello svolgimento di lavori manuali

Tutti gli anni in Svizzera si contano più di 55 000 infortuni durante la cura e la manutenzione della casa e del giardino nonché durante lo svolgimento di altri lavori manuali. Le cause più frequenti sono l'inesperienza e una scarsa padronanza dell'uso di macchinari e apparecchi, oltre che un impiego non appropriato e la fretta. La maggior parte degli incidenti si potrebbe evitare con le adeguate misure di sicurezza.

Apparecchi e macchinari

	sì	no
Leggi le istruzioni d'uso dopo avere acquistato un nuovo macchinario?	☐	☐
Per i lavori sugli apparecchi (pulire, sostituire pezzi, smerigliare) stacchi l'alimentazione elettrica?	☐	☐
Quando lavori indossi il necessario equipaggiamento di protezione (ad es. occhiali protettivi, guanti, paraorecchi, mascherina per proteggerti dalle polveri, scarpe solide)?	☐	☐
Hai una cassetтина di pronto soccorso a portata di mano (cerotti, garze, disinfettante)?	☐	☐
Tieni i bambini piccoli lontano dagli apparecchi a motore?	☐	☐



Veleni, sostanze chimiche, armi

Ogni anno in Svizzera oltre 12 000 persone devono farsi curare a causa di un avvelenamento o di una causticazione. Molto spesso si tratta di bambini. Sostanze ben odoranti inducono a bere liquidi chimici; cosmetici e medicinali vengono assaggiati per gioco. Una buona informazione, un utilizzo, una conservazione e uno smaltimento disciplinati contribuiscono a un uso sicuro di tali sostanze.

Veleni, sostanze chimiche, armi

	si	no
Conservi gli oggetti velenosi o pericolosi fuori dalla portata dei bambini? Ad esempio:		
• farmaci	☐	☐
• detersivi	☐	☐
• sostanze chimiche come fertilizzante o vernici, lacche e diluenti	☐	☐
• articoli cosmetici	☐	☐
• coltelli e forbici	☐	☐
• armi e munizioni	☐	☐
Conservi i prodotti liquidi nelle confezioni originali, evitando di travasarli in bottiglie per le bevande?	☐	☐
Leggi le istruzioni per l'uso e le indicazioni di sicurezza dopo avere acquistato prodotti chimici?	☐	☐
Durante l'utilizzo di prodotti chimici indossi un equipaggiamento di sicurezza adeguato?	☐	☐

Annegamento

Anche se le acque minori sono apparentemente innocue, una spanna d'acqua può già costituire un pericolo letale. Ogni anno si verificano annegamenti di bambini piccoli, spesso di età compresa tra 1 e 4 anni, oppure di persone dai 65 anni in su. In molti casi questo tipo di incidente potrebbe essere evitato con un adeguato dispositivo di sicurezza.

Acque minori

	sì	no
Il bidone dell'acqua è munito di un coperchio a prova di bambino?	☐	☐
La profondità del tuo stagno da giardino è limitata a 20 cm (eventualmente griglia metallica) e i punti pericolosi sono protetti da un recinto?	☐	☐
Le piscine mobili e le piscine per bambini sono munite di dispositivi contro l'annegamento di esseri umani e animali?	☐	☐

Come intendo procedere

Durante la verifica della sicurezza nella tua abitazione hai individuato punti a rischio? Allora annota nel tuo piano d'azione i prossimi passi per rendere man mano più sicura la tua casa.

Piano d'azione	Appuntamento	Risolto
ad es.: fissare libreria alla parete	30 nov. 2017	✓
ad es.: montare barriera di protezione per fornelli	5 feb. 2018	

Per la tua sicurezza. Il tuo upi.

L'upi è il centro svizzero di competenza per la prevenzione degli infortuni al servizio della popolazione. Svolge ricerche negli ambiti della circolazione stradale, dello sport, della casa e del tempo libero e ne divulga i risultati attraverso consulenze, formazioni e campagne destinate tanto agli ambienti specializzati quanto al vasto pubblico. Il sito www.upi.ch offre maggiori informazioni.

Crescere sicuri.

Abbonati alla Posta per bambini al sito www.posta-bambini.upi.ch e riceverai gratuitamente ogni sei mesi consigli sulla prevenzione infortuni basati sull'età di tuo figlio. Informati anche sui prodotti sicuri: www.prodotti.upi.ch.



www.socialmedia.upi.ch

Maggiori informazioni

Consigliamo inoltre i seguenti opuscoli:

- 2.003 Ringhiere e parapetti (opuscolo tecnico)
- 2.005 Porte e portoni (opuscolo tecnico)
- 2.006 Il vetro nell'architettura (opuscolo tecnico)
- 2.007 Scale (opuscolo tecnico)
- 3.004 Cadute
- 3.011 Veleni e sostanze chimiche
- 3.012 Apparecchi domestici
- 3.027 Fuoco e calore
- 3.109 Una casa sicura per i bambini (lista di controllo)

Partner: Suva

© upi 2017. Riproduzione gradita con indicazione della fonte; stampato su carta certificata FSC