

SÉCURITÉ À LA MAISON ET À LA CRÈCHE

L'accident de la vie courante (AcVC) désigne un accident qui survient dans votre vie personnelle, en dehors de votre lieu de travail. Chez les enfants de 1 à 14 ans, ces accidents sont la première cause de décès, représentant plus de 200 morts par an en France. Le plus fréquent est la chute, notamment à domicile, qui entraîne de multiples passages aux urgences (entre 2014 et 2018, on a recensé 208 735 passages aux urgences pour des AcVC chez des enfants de moins de 15 ans).

Accidents de la vie courante : comment les prévenir ?

En raison de leur curiosité et de leur mobilité, les enfants sont souvent exposés à des risques à la maison. Voici quelques conseils pour éviter les accidents courants.

Chutes

- Installer des barrières de sécurité en haut et en bas des escaliers.
- Vérifier que les meubles sont stables et ne peuvent pas être renversés.
- Utiliser des tapis antidérapants dans les endroits glissants (salles de bain, cuisine).
- Faire attention à la table à langer et la chute du lit des parents qui survient très fréquemment.
- Ne jamais laisser un enfant sans surveillance sur une surface élevée (table à langer, canapé).

Brûlures et échaudures

- Ne jamais laisser un enfant près de l'eau chaude, du fer à repasser ou des appareils de cuisson.
- Utiliser des protections pour les prises électriques.
- Baisser la température de l'eau chaude à 37°C dans les robinets.

Intoxications

- Garder les produits ménagers, médicaments et produits chimiques dans des placards fermés à clé.
- Vérifier que les aliments périssables sont correctement stockés et jamais accessibles aux enfants.

Étranglements et suffocations

- Enlever les objets qui peuvent présenter un risque de suffocation (petites pièces, sacs plastiques, jouets cassés).
- Vérifier les vêtements des enfants (pas de cordons, ni de petites pièces qui pourraient se détacher).
- Attention aux « piles boutons »

Les premiers secours : les gestes à connaître en cas d'urgence

Il est important de savoir comment réagir rapidement en cas d'accident. Voici les gestes essentiels à connaître :

Fractures et entorses

- Appliquer immédiatement de la glace pour réduire l'enflure.
- Immobiliser la zone blessée en attendant les secours et/ou consulter un médecin.

Brûlures

- Passer immédiatement la zone brûlée sous l'eau tempérée pendant au moins 10 minutes.
- Ne jamais appliquer de crème ou de glace sur la brûlure.
- Consulter un médecin si la brûlure est grave ou couvre une grande surface.

Intoxication

- Agir rapidement : identifiez la substance responsable si possible.
- Appeler les secours (le 112 ou le 15) : les professionnels guideront la prise en charge.

- Ne pas induire le vomissement sauf indication contraire d'un professionnel de santé.
- Rincer la peau ou les yeux : si la substance est corrosive, rincez immédiatement avec de l'eau.
- Conserver l'emballage du produit : cela aidera les secours à identifier la substance.

Étouffement (obstruction des voies respiratoires)

- Pour un bébé : pratiquer la manœuvre de Heimlich en le tenant tête en bas, en tapotant doucement le dos entre les omoplates.
- Pour un enfant plus grand : leur faire pencher en avant et donner cinq tapes fermes dans le dos entre les omoplates.

Piqûres et morsures

- Piqûres d'insectes : enlevez le dard avec une pince, désinfectez la zone piquée et appliquez une crème apaisante. Si l'enfant présente des signes de réaction allergique (gonflement, difficultés respiratoires), consultez un médecin.
- Morsures d'animaux : lavez la plaie à l'eau et au savon, appliquez un antiseptique et consultez un médecin.

Prévention des accidents à la maison et à la crèche

À la maison

- **Sécuriser les pièces** : utiliser des bloque-portes et des verrous pour les endroits dangereux comme la cuisine, la buanderie et la salle de bain.
- **Vérification des jouets** : s'assurer qu'ils sont adaptés à l'âge de l'enfant et qu'ils ne contiennent pas de petites pièces susceptibles d'être avalées. Les jeux en crèche doivent répondre à des normes strictes de sécurité, être fabriqués à partir de matériaux non toxiques, adaptés à l'âge des enfants et conformes à la norme CE.
- **Surveillance continue** : ne jamais laisser un enfant sans surveillance dans des environnements potentiellement dangereux (piscine, cuisine).

À la crèche

- **Formation du personnel** aux gestes de premiers secours et à la gestion des risques.
- **Équipements de sécurité** vérifiés très régulièrement (aires de jeux, lits, chaises hautes).
- **Routine de sécurité** : une procédure d'évacuation en cas d'incendie et des inspections régulières des installations est mise en place.

Conseils généraux de prévention

Plan d'urgence : mettez en place un plan d'urgence avec votre famille, en précisant les numéros à appeler et les actions à entreprendre en cas d'accident.

Kit de premiers secours : gardez un kit de premiers secours complet à la maison, contenant des pansements, du désinfectant, des compresses, des gants jetables, un thermomètre, etc. Assurez-vous que tous les membres de la famille savent où il se trouve.

Sensibilisation des enfants : même s'ils sont jeunes, vos enfants doivent être sensibilisés aux dangers domestiques. Vous pouvez le faire de manière ludique, avec des livres ou des jeux qui abordent la sécurité.

Conclusion

La prévention des accidents à la maison et à la crèche repose sur **une vigilance constante, des mesures de sécurité adaptées et la connaissance des gestes de premiers secours**. En suivant ces conseils simples mais efficaces, vous contribuerez à garantir la sécurité de vos enfants.

Numéros urgence : 15 ou 112 ou 114 (personnes sourdes et malentendantes : SMS).

Liens utiles

- **1000-premiers-jours.fr** avec une rubrique sur les conseils pour éviter les accidents domestiques des enfants.
- Jeu sérieux (serious game) **«Zéro Accident : Un Jeu d'Enfant !»** : expérience immersive destinée à renforcer les compétences du grand public sur la prévention des accidents des enfants de moins de 5 ans. Le jeu est disponible en ligne et via l'application «1000 premiers jours».
- **Santé publique France** sur les accidents de la vie courante.

