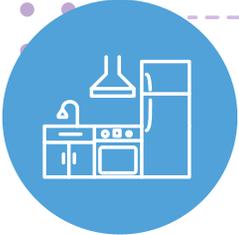


# SEGURIDAD EN EL HOGAR

## PARA PERSONAS CON EPILEPSIA

### EN LA COCINA



- USAR LOS QUEMADORES TRASEROS DE LA ESTUFA
- USAR ELECTRODOMÉSTICOS QUE TENGAN TEMPORIZADOR
- USAR PROCESADORES DE ALIMENTOS EN LUGAR DE CUCHILLOS AFILADOS
- USAR PLATOS DE PLÁSTICO O ACRÍLICO
- USAR ALFOMBRAS ANTIDESLIZANTES EN EL PISO PARA EVITAR CAÍDAS DURANTE UNA CONVULSIÓN

### EN EL BAÑO



- USAR UNA DUCHA EN VEZ DE BAÑERA
- INSTALAR PISOS ANTIDESLIZANTES Y BARRAS DE APOYO
- EVITAR EL USO DE DISPOSITIVOS ELÉCTRICOS CERCA DE PUNTOS DE AGUA
- MANTENGA LA PUERTA DEL BAÑO DESBLOQUEADA PARA PERMITIR UN FÁCIL ACCESO EN CASO DE UNA CONVULSIÓN
- USAR UNA SILLA O BANCO DE DUCHA PARA PREVENIR CAÍDAS DURANTE UNA CONVULSIÓN.

### EN EL CUARTO



- OPTAR POR UN MARCO DE CAMA BAJO PARA MINIMIZAR EL RIESGO DE LESIONES DURANTE UNA CONVULSIÓN
- EVITAR DORMIR EN LITERAS SUPERIORES, LO QUE PUEDE AUMENTAR EL RIESGO DE CAÍDAS O LESIONES
- TENGA EN CUENTA LA COLOCACIÓN DE LOS MUEBLES EN SU DORMITORIO
- USAR SÁBANAS AJUSTADAS EN SU COLCHÓN PARA EVITAR LA ASFIXIA O EL ENREDO DURANTE UNA CONVULSIÓN.
- CONSIDERAR USAR UN DISPOSITIVO DE ALERTA DE CONVULSIONES, COMO UNA ALARMA DE CAMA.

### IN GENERAL



- EVITAR LAS ACTIVIDADES EN ALTURAS QUE REQUIERAN EL USO DE UNA ESCALERA
- MINIMIZAR EL DESORDEN PARA EVITAR TROPIEZOS
- INSTALAR PUERTAS INTERNAS QUE SE ABRAN HACIA AFUERA O CORREDERAS PARA REDUCIR EL RIESGO DE LESIONES
- EVITAR USAR LLAMAS ABIERTAS, COMO UNA CHIMENEA O VELAS.