

**LAS LESIONES EN ARKANSAS:  
FACTORES DE RIESGO Y SOLUCIONES  
Perfil del Estado**

<b><i>Muertes Relacionadas con Lesiones:</i></b>	
<b>FACTORES DE RIESGO</b>	<b>SOLUCIONES</b>
Arkansas tiene los porcentajes de muerte por lesiones más elevados de todos los Estados Unidos en general – casi 40% o más	
Casi 2,000 personas mueren en Arkansas cada año por causas de lesiones. Las lesiones causadas por automotores, las lesiones relacionadas con armas de fuego y las caídas son las principales causas.	
La probabilidad de muerte por lesiones es mucho más alta entre los hombres: los porcentajes de muerte por automotores entre los hombres son casi el doble que para las mujeres; las muertes relacionadas con armas de fuego son cinco veces más altas.	
<b><i>Lesiones en automotores:</i></b>	
<b>FACTORES DE RIESGO</b>	<b>SOLUCIONES</b>
Las lesiones relacionadas con automotores constituyen la causa principal de muerte por lesiones en Arkansas.	Un cinturón que se cruza por encima del hombro, usado adecuadamente, reduce entre un 45% y 50% el riesgo de lesiones mortales o serias en los pasajeros que van en los asientos delanteros.
Los porcentajes de muertes causadas por automotores se han ubicado constantemente por encima de los porcentajes nacionales, por lo menos en un 50% durante la última década.	La investigación ha demostrado que el uso creciente del cinturón de seguridad ha sido el resultado de las leyes sobre el uso del cinturón de seguridad, el dar importancia primordial en lugar de secundaria al cumplimiento de estas leyes y la aplicación mejorada de las leyes de cinturones de seguridad.
En el 2000, el porcentaje de uso del cinturón de seguridad en Arkansas fue de 52.4% y el porcentaje de uso del asiento de seguridad para niños pequeños fue de 64.8%. Este porcentaje de uso se encuentra entre los más bajos de todo el país.	
El 23% de los estudiantes de secundaria de Arkansas dicen no haber usado nunca, o haber usado muy raras veces, un cinturón de seguridad cuando van en un automóvil conducido por otra	

persona.	
El 17% reporta que usa algunas veces, muy raras veces, o nunca cinturones de seguridad.	El 67% de los adultos en Arkansas dicen que siempre usan un cinturón de seguridad.
Sólo el 80% de los conductores de Arkansas reportan que sus hijos mayores siempre van en el asiento de seguridad.	
<b>FACTORES DE RIESGO</b>	<b>SOLUCIONES</b>
En casi un tercio del total de accidentes automovilísticos mortales se encuentra involucrado el alcohol. Cuando los adultos conducen después de tomar bebidas alcohólicas, a menudo mueren niños.	
El 31% de los estudiantes de secundaria de Arkansas reportaron que en los últimos 30 días se habían subido a un carro conducido por una persona que había estado tomando licor.	
El 16% de los estudiantes de secundaria reportaron haber conducido una o más veces después de haber tomado bebidas alcohólicas en los últimos 30 días.	
<b>Motocicletas:</b>	
	Se estima que el uso del casco para motociclistas reduce la mortalidad en un 29% y que hay una reducción del 67% en las lesiones de la cabeza en caso de un accidente.
El 44% de los estudiantes de secundaria de Arkansas que subieron a una motocicleta últimamente reportaron no haber usado nunca un casco o haberlo usado muy raras veces.	La NHTSA estima que entre 1994 y 1998 se ahorraron \$12.1 miles de millones en toda la nación gracias al uso de los cascos para motociclistas. Se pudieron haber ahorrado unos \$10 miles de millones adicionales si todos los individuos involucrados en accidentes de motocicletas hubieran usado cascos.
<b>Lesiones en Actividades Recreativas:</b>	
<b>Ahogados :</b>	
La mayoría de los niños se ahogan en piscinas de natación.	La instalación de puertas de cierre y traba automáticos en el cerco que rodea las piscinas y el uso creciente de flotadores individuales son buenas medidas preventivas.
Muchos ahogos se relacionan con el consumo de alcohol, particularmente cuando se conducen botes.	
	Siempre que haya niños pequeños nadando, jugando o bañándose en el agua, debe haber un adulto

	vigilándolos constantemente.
	Evitar el alcohol cuando esté nadando y conduciendo un bote es importante para evitar que haya personas ahogadas.
<b><i>Bicicletas:</i></b>	
En Arkansas, el 93% de los estudiantes de secundaria que anduvieron en bicicleta el año pasado reportaron no haber usado nunca un casco o haberlo usado raras veces.	Los cascos para ciclistas protegen en un 85% contra lesiones en la cabeza y en un 88% contra lesiones cerebrales. Todos los ciclistas deben usar el casco – a cualquier edad y siempre y dondequiera que anden en bicicleta.
<b>FACTORES DE RIESGO</b>	<b>SOLUCIONES</b>
Sólo alrededor del 20% de los habitantes de Arkansas encuestados reportó que sus hijos mayores siempre, o casi siempre usaron, un casco mientras andaban en bicicleta.	Se estima que el uso del casco para motociclista reduce la mortalidad en un 29% y que hay una reducción del 67% en las lesiones de la cabeza en caso de un accidente.
<b><i>Lesiones Domésticas: Incendios y Quemaduras</i></b>	
La mayoría de los habitantes de Arkansas que tienen alarmas “nunca habían pensado” en instalar una (34%), mientras que el 13% tenía un detector pero no lo había instalado y el 8.5% creía que un detector era muy costoso. El 7% pensaba que las alarmas de humo no eran necesarias o importantes.	La instalación de detectores de humo en todos los pisos de una casa, un plan de evacuación de la familia y la instrucción de “stop, drop and roll” (parar, caer y rodar) podría salvar muchas vidas. Las alarmas de humo instaladas apropiadamente tienen una efectividad del 50% al 80% en la prevención de las muertes relacionadas con incendios.
El 12% de los hogares en Arkansas por lo general no tienen un detector de humo colocado.	
Sólo el 5% de los hogares reportaron tener un detector de humo en cada piso de la casa.	
<b><i>Quemaduras</i></b>	
Las escaldaduras son una causa significativa de morbilidad, especialmente entre los niños.	Disminuir la temperatura del agua caliente en los calentadores a menos de 120°F puede ayudar a evitar estas lesiones. Los padres precavidos pueden evitar otras escaldaduras causadas por los peligros de cocinar y de tener bebidas calientes cerca de niños pequeños inquietos.
<b><i>Caídas</i></b>	
Entre los ancianos, las caídas han ido aumentando. Más de la mitad de las personas que mueren por caídas tienen 65 años de edad o más.	La capacitación en resistencia y equilibrio, al igual que las modificaciones ambientales en las casas, como barras de agarre y pisos antideslizantes, han mostrado ser efectivos para evitar las caídas de ancianos.
Las caídas son la causa principal de la muerte por lesiones, hospitalización y llamadas al servicio EMS para ancianos.	

<b><i>Envenenamiento</i></b>	
Los envenenamientos no intencionales ocurren más frecuentemente en los niños pequeños.	Los porcentajes generales de envenenamientos no intencionales han disminuido en las últimas dos décadas.
Los envenenamientos intencionales son más comunes entre las mujeres y se hacen más comunes en la adolescencia y la adultez temprana.	
<b><i>Lesiones Ocupacionales: Caídas en la Industria de la Construcción</i></b>	
Los factores de riesgo para las caídas incluyen el uso de escaleras, andamios, la presencia de huecos en los pisos y paredes y el hecho de trabajar para una empresa pequeña que emplea 10 o menos trabajadores.	Se han sugerido muchas intervenciones incluyendo la modificación del sitio de trabajo, la educación del trabajador y la legislación orientada a cambiar las normas de seguridad.
<b>FACTORES DE RIESGO</b>	<b>SOLUCIONES</b>
<b><i>Lesiones Relacionadas con el Transporte</i></b>	
	Los cinturones de seguridad usados adecuadamente han sido efectivos para reducir la morbilidad y la mortalidad. El riesgo de una lesión mortal en los conductores se reduce en 45% cuando se usa un cinturón de seguridad que se cruza por encima del hombro.
	Los programas que se basan en el sitio de trabajo para aumentar el uso del cinturón de seguridad por parte del conductor generalmente tienen un impacto positivo. Estos programas incluyen una estrategia simple (educación sola) e intervenciones de estrategias múltiples (educación más incentivos).
En Arkansas, el 10.5% de todas las lesiones ocupacionales mortales ocurrieron en el grupo ocupacional de la agricultura, selvicultura y pesca.	Cambios en el diseño de la maquinaria para reducir el riesgo de lesión, medidas educativas para disminuir la toma de riesgos y esfuerzos reguladores para el uso adecuado de equipos agrícolas y estatutos para el empleo de menores.
<b><i>Lesiones Intencionales:</i></b>	
Las armas de fuego son el factor de riesgo más importante para los homicidios. Las “armas de fuego” incluyen revólveres, armas largas, armas de asalto y armas con cámara de aire.	
En 1998, más de la mitad de los homicidios de jóvenes entre las edades de 15 y 19 años estuvo relacionada con armas de fuego. Es más probable que un adolescente muera por una herida de bala	

que por todas las causas naturales combinadas.	
Factores relacionados con un riesgo creciente para la juventud: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Antecedentes de agresión a temprana edad</li> <li>• Creencias que justifican la violencia</li> <li>• Deficiencias cognitivas</li> <li>• Poca supervisión</li> <li>• Abuso de alcohol o droga por parte de los padres</li> <li>• Exposición a la violencia</li> <li>• Pobreza</li> <li>• Disgregación familiar</li> <li>• Incumplimiento académico</li> </ul>	
El 52% de los niños de 9º grado y el 28% de las niñas de 9º grado dijeron haber tenido un enfrentamiento físico una o más veces en los últimos 12 meses.	
El 10.2% de los estudiantes de 12º grado reportaron haber sido golpeados, agredidos o lesionados físicamente por su novio o novia en los últimos 12 meses.	
El 23% de los estudiantes reportaron haber llevado consigo un arma como una pistola, un cuchillo o un garrote una o más veces en los últimos 30 días.	
<b>FACTORES DE RIESGO</b>	<b>SOLUCIONES</b>
<i>Suicidio:</i>	
Cada día aproximadamente 86 estadounidenses se suicidan y 1.500 personas intentan suicidarse.	Aunque actualmente hay estudios en curso para desarrollar estrategias de prevención efectivas, hay ciertas cosas que pueden hacer las comunidades:
Muchos factores de riesgo se relacionan con el suicidio:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crear apoyo para las familias, las comunidades y las vecindades.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Problemas mentales como la depresión y trastornos de la personalidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Garantizar una atención asequible y efectiva para la enfermedad mental, la enfermedad física y los problemas de abuso de sustancias</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Abuso de alcohol/sustancias</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acceso a armas de fuego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ampliar los esfuerzos de prevención del suicidio, haciendo énfasis en el manejo no-violento de las disputas, la solución de conflictos y la capacidad constructiva en la solución de problemas</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Problemas de adaptación social</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enfermedad médica seria</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover el reconocimiento de los recursos del suicidio como los centros de salud mental, centros de asesoramiento y las líneas directas de ayuda.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aislamiento social</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alguna aflicción reciente y antecedentes familiares de algún suicidio efectuado</li> </ul>	