



En casa sano y salvo

Guía para la seguridad
de los niños que van
en el carro



Lucile Packard
Children's Hospital
Stanford

Childhood Injury Prevention



Cómo debe una futura mamá abrocharse el cinturón de seguridad

Página 3

Cómo escoger el asiento de bebé correcto para el carro

Página 7

Instalación del asiento de bebé en el carro

Página 11

Los niños y las almohadas de seguridad (airbags)

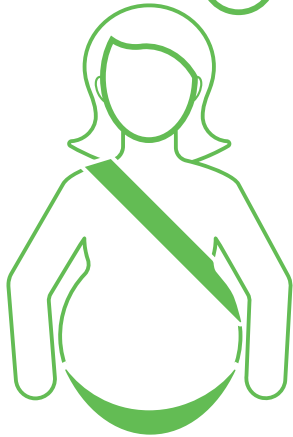
Página 23

Cómo debe una futura mamá abrocharse el cinturón de seguridad.

Siempre hay que abrocharse el cinturón, aun estando embarazada.
Es lo mejor que puede hacer para protegerse a sí misma y a su bebé.

¿Cómo debo abrocharme el cinturón de seguridad al estar embarazada?

Correcto



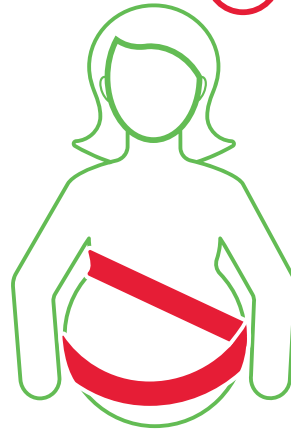
Cinturón de hombro

La correa de hombro debe ir colocada por encima del hombro, y cruzar el pecho en diagonal entre los senos. Asegúrese de que el cinturón de seguridad esté bien ajustado; no tiene que quedar suelto.

Cinturón de regazo

El cinturón de regazo debe ir colocado a través de la falda, debajo del abdomen.

Incorrecto



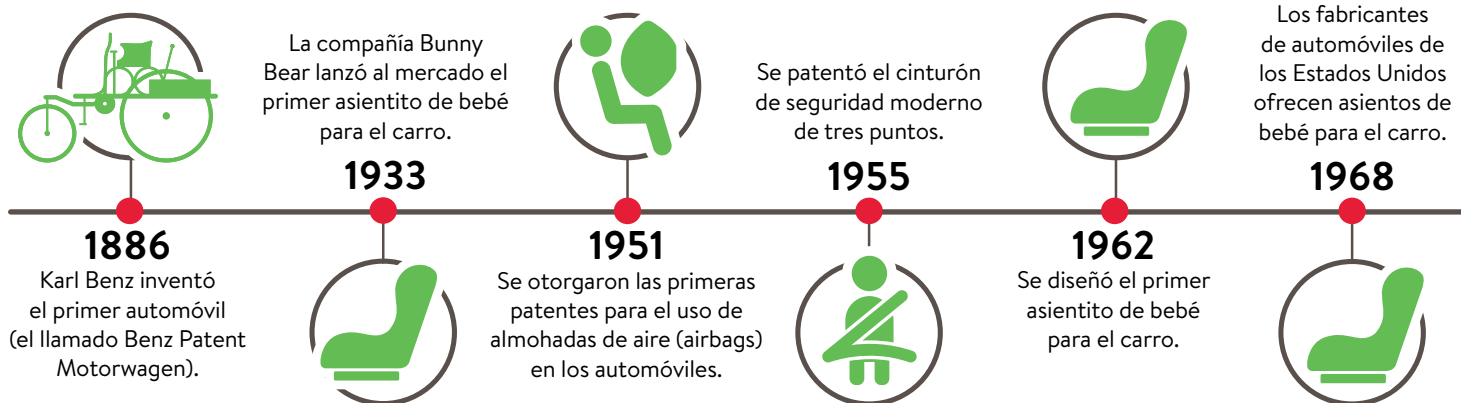
Cinturón de hombro

Nunca se abroche el cinturón de seguridad pasándolo por la espalda o por debajo del brazo.

Cinturón de regazo

Nunca se abroche el cinturón de seguridad pasándolo por encima del abdomen.

Medidas de seguridad en el automóvil a través de los años



Pasos para abrocharse bien el cinturón de seguridad

Asegúrese de que su asiento esté en posición vertical y que con sus manos alcance bien el volante y los pedales del automóvil dejando la mayor distancia posible entre su abdomen y el volante. Trate de no rozar el abdomen en el volante. Si necesita más espacio, pruebe a acomodar el volante, o deje que conduzca otra persona. Si usted es el acompañante, mueva su asiento hacia atrás lo máximo posible.

Almohadas de seguridad

Siempre hay que abrocharse bien el cinturón. Las almohaditas de seguridad están diseñadas para que funcionen de manera conjunta con los cinturones de seguridad; no para reemplazarlos. Si no se abrocha el cinturón, podría golpearse contra algo del interior del vehículo, contra los demás pasajeros o inclusive, salir despedido del automóvil.

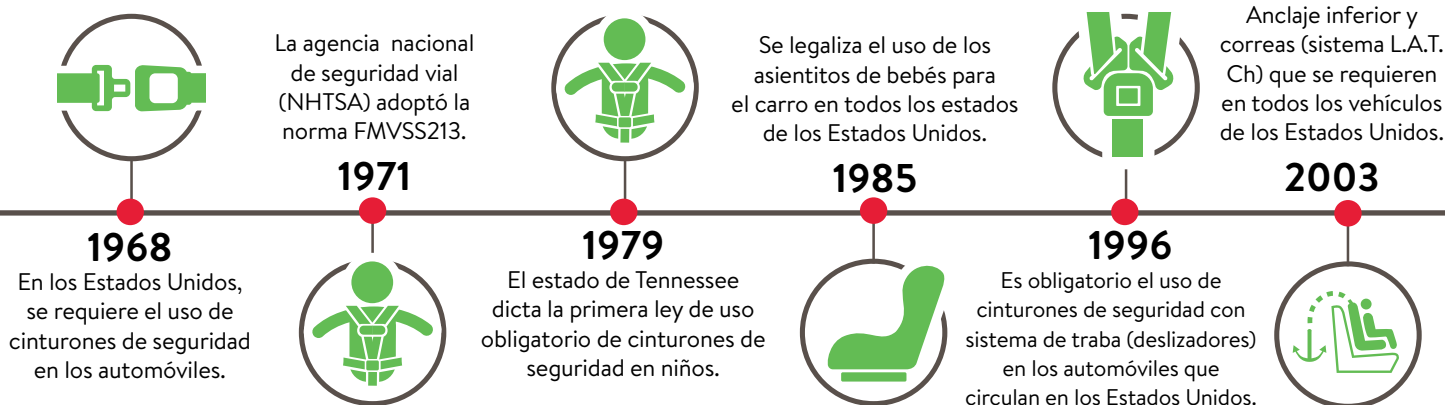
Mi carro tiene un botón para activar y desactivar las almohadas de seguridad (*airbags*).

¿Debería desactivarlas?

No. Los médicos recomiendan que las mujeres embarazadas usen cinturones de seguridad y dejen las almohadas de seguridad 'activadas'. Los cinturones y las almohadas de seguridad funcionan en forma conjunta para una mayor protección suya y del bebé por nacer.

¿Qué debo hacer si tengo un accidente?

Llame al 911 de inmediato, aunque crea que no está herida, aunque no sea usted quien conduzca el automóvil.





Cómo escoger el asientito correcto para el carro

La ley exige el uso de asientitos de bebé para el carro para resguardar al máximo la seguridad de los bebés recién nacidos y de los niños pequeños. Es importante escoger el asientito de bebé más adecuado para su hijo. Y, al haber tantos, le proporcionamos la siguiente guía.

Tipos de asientitos de bebé para el carro



Orientados hacia atrás

Estos asientos miran hacia atrás del automóvil. En caso de accidente, este tipo de asiento contiene al bebé y le protege de lesiones en el cuello y la médula espinal.



Asientos de bebé con orientación hacia adelante

Los asientos de bebé con orientación hacia adelante se instalan para que el bebé mire hacia adelante del vehículo.



Asientitos solo para lactantes

Este tipo de asientitos pueden usarse únicamente orientados hacia atrás y son solo para bebés. Vienen con una base desmontable que se instala en el automóvil y que hace posible retirar o poner al bebé (que está en la sillita) en la base, de una manera práctica.



Asiento combinado

El asiento combinado viene con un sistema de arnés de 5 puntos para proteger a niños que pesen 40 libras o más. Este asiento también puede utilizarse como asiento elevado con el cinturón de seguridad del carro.



Asiento convertible

Un asiento convertible puede usarse orientado hacia atrás (en el caso de bebés) o hacia adelante (en el caso de niños un poco más grandes).



Colocación del cinturón en los asientos elevados (booster seats) para niños

Existen dos tipos de asientos elevados: uno con respaldo, y otro sin respaldo. El tipo de asiento con respaldo alto viene con apoyacabeza y protección para el cuello. Los asientos elevados sin respaldo se valen de los protectores que tenga cada asiento del vehículo. Los asientos elevados no pueden usarse solamente con los cinturones de seguridad de regazo.

¿Cuál es el asiento más adecuado para mi hijo?

Ideas para escoger el asiento más adecuado para la edad y la estatura de su hijo.



0-24

meses

Los niños menores de 2 años siempre deben viajar sentados en un asiento de bebé con orientación hacia atrás. Los asientos convertibles por lo general son más altos y se usan para niños cuyo peso es mayor, por lo tanto, duran más tiempo que los asientos que deben orientarse hacia atrás.



2-3

años

Los asientos convertibles pueden usarse con orientación hacia atrás para niños pequeños u orientarse hacia adelante para niños un poco más grandes. Se recomienda que los niños viajen orientados hacia atrás lo máximo posible, hasta llegar a la estatura y el peso estipulado en el asiento.



4-7

años

Mantenga al niño sentado en el asiento con el arnés puesto hasta que alcance el máximo de altura y peso que permite el fabricante del asiento. Cuando el niño sobrepase la estatura y peso estipulados para el uso del arnés, entonces, podrá comenzar a viajar en un asiento elevado (booster), siempre en el asiento de atrás del vehículo.



8-12

años

Asegúrese de que el niño viaje en un asiento elevado hasta que haya crecido lo suficiente como para poder usar un cinturón de seguridad de manera adecuada. El cinturón de regazo debe ir tirante y pasar por encima de los muslos, no del abdomen. El cinturón de hombro también debe ir tirante y bajar por el hombro y el pecho, no por el cuello ni por la cara, y jamás por la espalda.

Recuerde: Todos los asientos deben instalarse en el asiento de atrás del automóvil; no en los asientos de adelante. Verifique con detenimiento las recomendaciones del fabricante de asientos, en lo que respecta a edad y peso, y, siempre procure de instalarlos y de usarlos de la manera indicada.

Inscripción del asiento de bebé

Todos los asientos de bebé para el carro, vienen con una tarjeta de inscripción. Inscriba el asiento cuanto antes, para que puedan enviarle cualquier aviso de defecto de fabricación, o de retirada del mercado. Para hacerlo, complete la tarjeta y envíela por correo o haga la inscripción en la página web del fabricante.

Para comprobar si hay información sobre defectos de fabricación o actualizaciones del fabricante, visite la página <https://www.nhtsa.gov/recalls>

Asientos usados

Antes de comprar un asiento usado, compruebe si está en buenas condiciones y es seguro.

Los fabricantes deben incluir el número del modelo y la fecha de fabricación en todos los asientitos. Dicha información puede localizarse en la etiqueta que generalmente se encuentra en la parte inferior, o en uno de los lados del asiento. Con esta información, podrá verificar si el asiento se ha dejado de fabricar o si se ha encontrado defectos en el mismo. Téngala a mano para comparar la fecha de caducidad o las actualizaciones sobre posibles defectos, en el manual del fabricante.



Instalación del asiento de bebé en el carro

Le damos a continuación algunas sugerencias para que pueda instalar la sillita, de manera correcta en el carro. Si tiene preguntas sobre la instalación, consulte con un profesional en la materia. El técnico especialista diplomado en seguridad del niño en el carro, puede revisar la instalación y responder las preguntas que tenga. Si desea obtener más información, o para buscar una estación de inspección, llame a la agencia nacional de seguridad vial (NHTSA, siglas en inglés de National Highway Traffic Safety Administration).

Asientitos orientados hacia atrás

Apoye la mano, de manera firme, en el asientito de bebé contra el asiento del vehículo. Si se le dificulta ajustarlo bien al asiento del carro, apoye su peso contra el asientito y ajuste el cinturón de seguridad lo máximo posible. Asegúrese de trabar bien el cinturón de seguridad, si hace uso del mismo. Hay que cerciorarse de que el asientito no se deslice más de una pulgada hacia los lados, ni de atrás hacia adelante.

El primer trayecto del bebé en carro camino a casa

Al llevar al bebé en carro a la casa por primera vez, se debe usar un asientito orientado hacia atrás y colocarlo en el asiento trasero del vehículo. Algunos fabricantes de asientitos de bebé permiten que se utilicen cobijas o pañales de tela enrollados, como amortiguación, entre el recién nacido y el asientito. Solo se pueden utilizar esos artículos si el fabricante lo autoriza, ya que no debe haber nada entre la espalda del bebé y el asientito.

Correcto



Puede enrollar cobijitas y colocarlas desde la parte inferior de las caderas hacia los lados de la cabeza para proporcionar amortiguación.

Incorrecto



NO coloque las cobijas a los lados ni debajo de la cabeza ni del cuello del bebé.





Posición del asiento de bebé

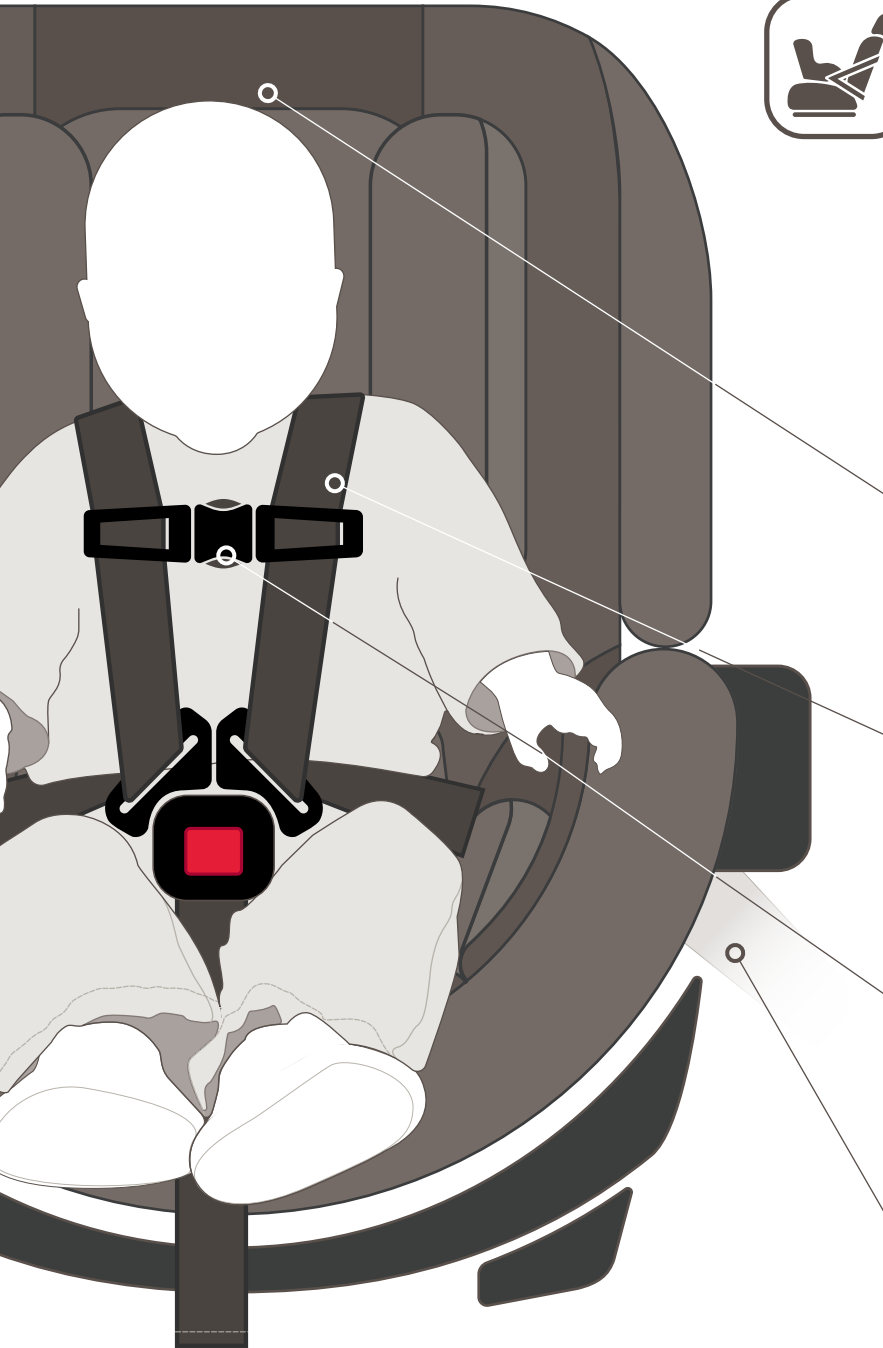
Pasos para que el bebé viaje seguro en el asientito de bebé orientado hacia atrás

La parte superior de la cabeza del bebé y la carcasa de plástico del asiento deben estar separados por una pulgada o más. (si se trata de los asientos que van orientados hacia atrás o del asiento convertible) Los protectores de asiento sí pueden sobrepasar la carcasa de plástico del asientito de bebé.

Mantenga siempre las correas del arnés bien tirantes, derechas y planas. Las correas deben colocarse a la altura, o apenas por debajo de la altura de los hombros.

La presilla que va encima del pecho retiene las correas del hombro en posición correcta. La presilla debe ir colocada en el medio del pecho, al mismo nivel de las axilas.

Asegúrese de que el cinturón de seguridad del vehículo esté bien colocado para resguardar bien el asientito de bebé. Siga las instrucciones del fabricante.



Asientitos orientados hacia adelante

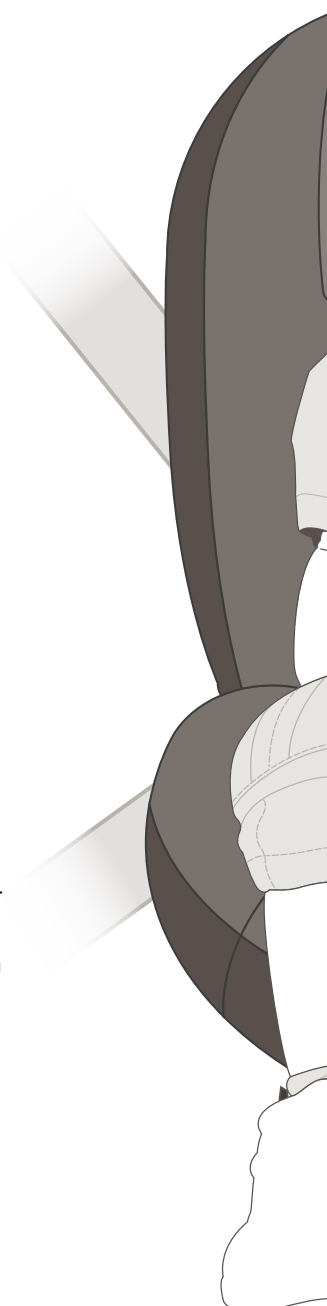
Los asientos de bebé con orientación hacia adelante son los que se colocan en el carro con la abertura dirigida hacia la parte delantera del vehículo. Se usan para los niños que han excedido los límites de peso y de estatura de los asientitos que se orientan hacia atrás. Como es el caso de todo asiento de bebé para el carro, hay que asegurarse que los que van orientados hacia adelante, se instalen de manera correcta en su carro y que el arnés que retiene al bebé al asientito, esté alineado con el cuerpo del o de la bebé. Use siempre la correa superior de los asientitos que se orientan hacia adelante, si su automóvil tiene un accesorio o sistema de sujeción en la parte superior.

A medida que los bebés van creciendo y haciéndose más grandes, ya pueden manipular las correas del arnés y las presillas por sí mismos; por eso, hay siempre que verificar que:

- La presilla del arnés esté colocada en el centro del pecho a la altura de las axilas.
- La presilla del arnés del pecho se encuentre en la parte central del pecho, a la altura de las axilas.
- El punto medio de la parte de atrás de la cabeza del niño se encuentre por encima del extremo superior de la carcasa de plástico.

Nota

En asientos de combinación, si los hombros del niño superan la ranura más alta del asientito, debe quitarse el arnés interno y asegurar el asientito como aseguraría un asiento elevado (booster seat) para niños, con el cinturón de seguridad del carro; de regazo y hombro.





Posición del asiento de bebé

Pasos para que el bebé viaje seguro en el asientito de bebé orientado hacia adelante.

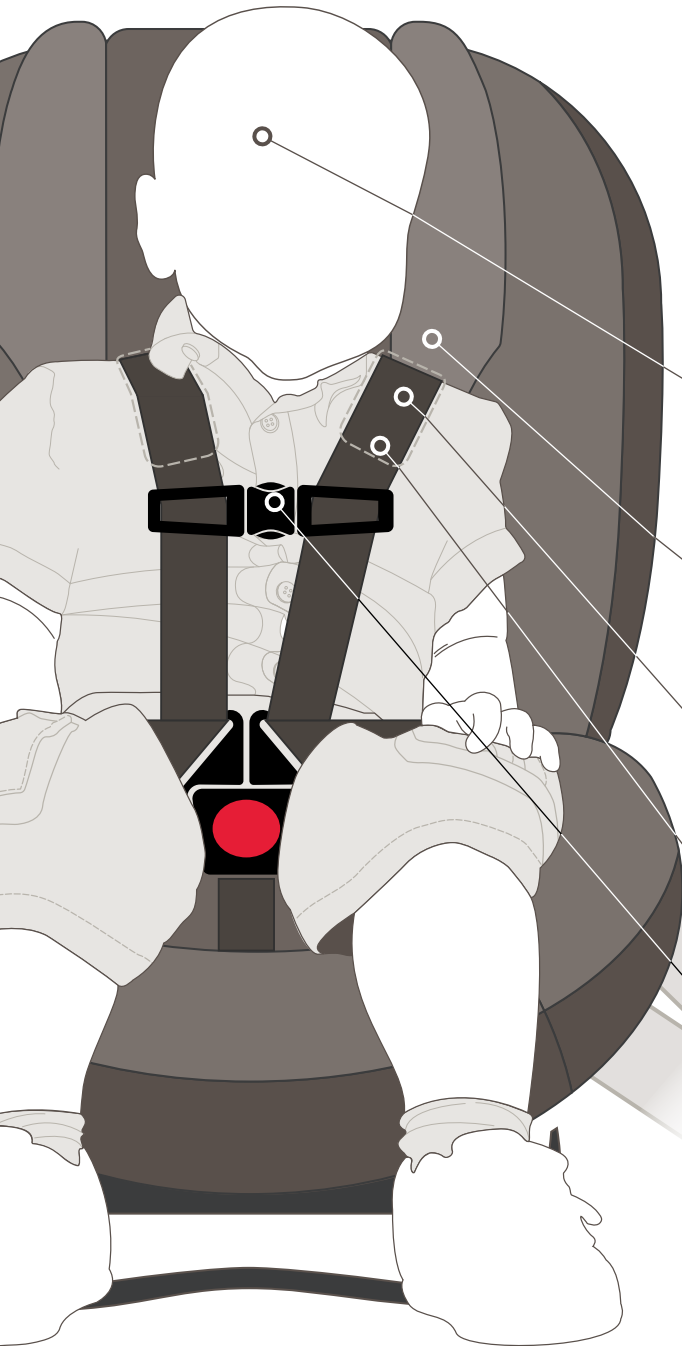
El punto medio de la parte de atrás de la cabeza del niño no debe encontrarse por encima del extremo superior de la carcasa de plástico.

Las correas del arnés deben pasarse (enhebrarse) en las ranuras de seguridad que se encuentran en el asiento, a la altura o más arriba de los hombros del niño; nunca más abajo.

Algunos asientos tienen almohadillas incorporadas en las correas. Si decide usarlas, las almohadillas deben colocarse de manera adecuada, en los hombros del niño. Lea las instrucciones del fabricante para usarlas en forma correcta.

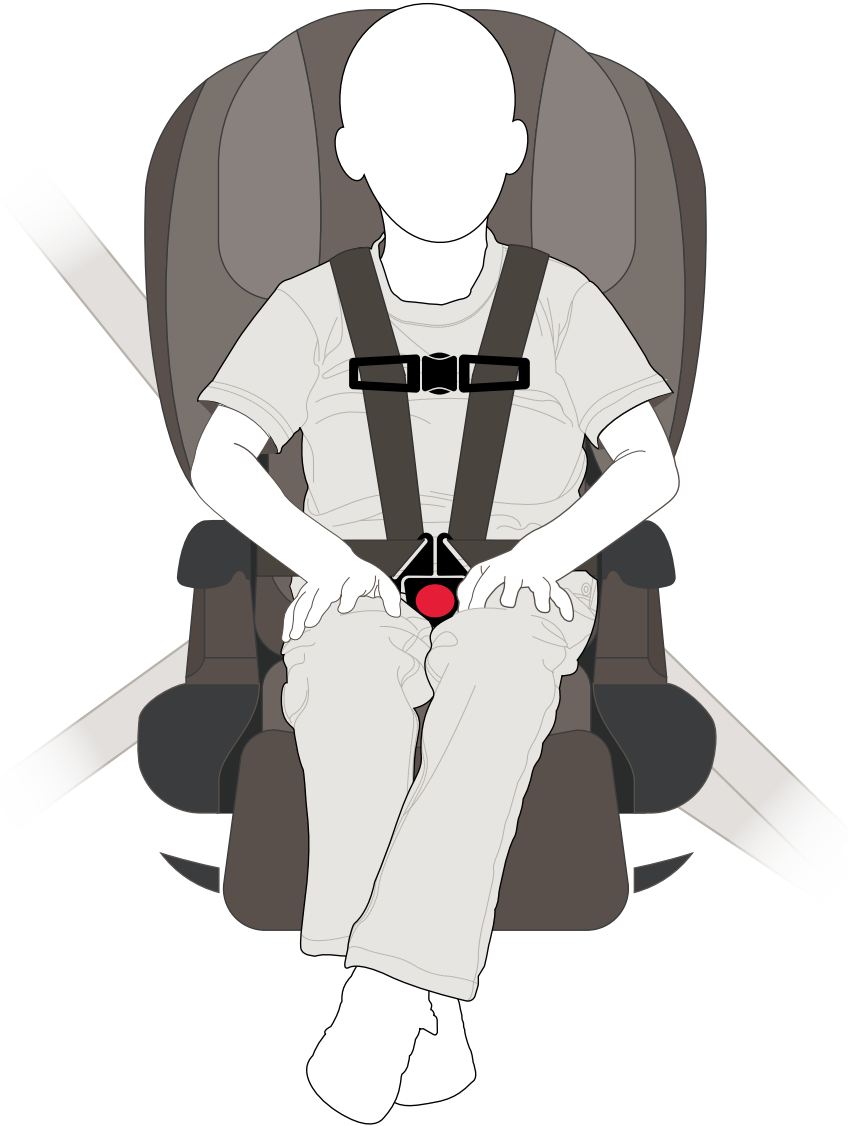
Las correas del arnés bien tirantes, derechas y planas.

La presilla debe ir colocada en el medio del pecho, al mismo nivel de las axilas.



Asiento combinado para automóvil

El asiento combinado viene con un sistema de arnés de 5 puntos para proteger a niños que pesen 40 libras o más. El arnés de 5 puntos debe asegurarse al asiento del vehículo. Si se quita el arnés interno, el asiento debe ir asegurado como un asiento elevado con respaldo alto (*belt-positioning booster seat*). Los asientos combinados NO PUEDEN usarse orientados hacia atrás.



Colocación del cinturón en los asientos elevados (*booster seats*)



Los niños que exceden en peso y altura los límites impuestos para los asientos orientados hacia adelante, deben usar un asiento elevado hasta que puedan comenzar a viajar sin riesgos sentados en el asiento del auto directamente, con el cinturón de seguridad del auto abrochado; cosa que sucede cuando el niño tiene entre 8 y 12 años y mide 4 pies 9 pulgadas.

¡Necesito un asiento elevado!

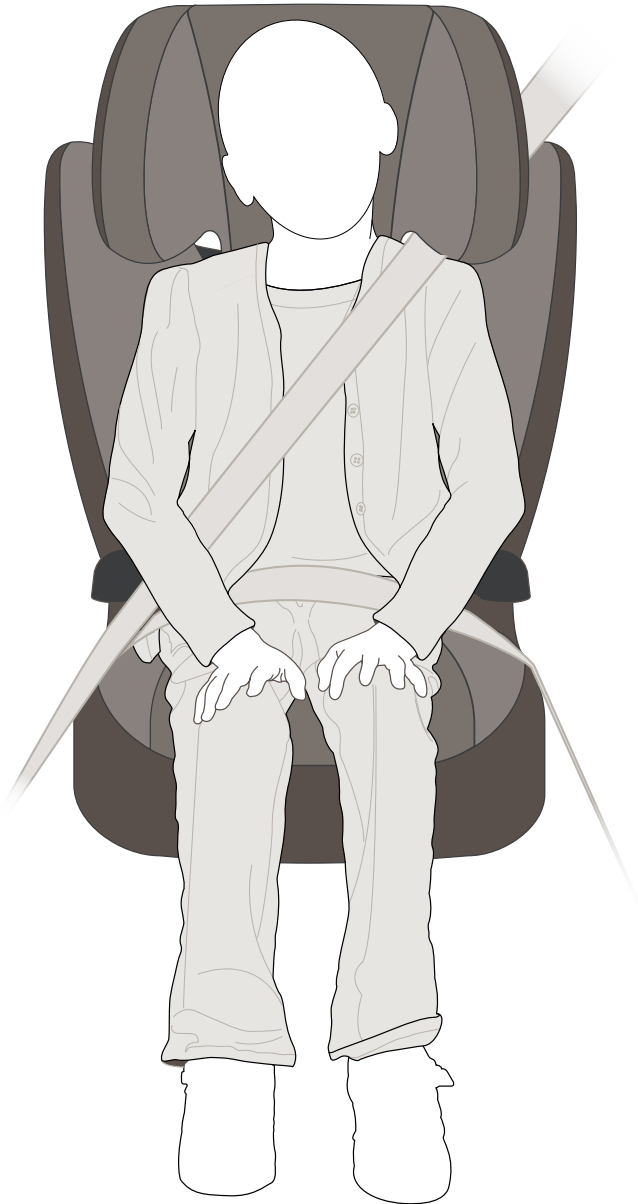
Los asientos elevados permiten que el cinturón de seguridad del automóvil vaya perfectamente alineado al cuerpo del niño y se extienda por encima de la clavícula y los muslos, como cuando lo usa un adulto.

Consejos a tener en cuenta cuando se usa un asiento elevado

- El cinturón del carro que va en el regazo debe estar tirante e ir por encima de la parte superior del muslo, y, el cinturón que pasa por el hombro tiene que estar tirante e ir por encima del pecho.
- No use nunca almohadas ni toallas, ni libros para sustituir un asiento elevado.
- Utilice siempre la combinación de cinturón de seguridad de regazo y hombro con los asientos elevados. Si se usa un solo sistema, en vez de los dos, puede poner en riesgo la seguridad del niño.



Cinturones de seguridad



Aunque su hijo haya superado la estatura límite que se requiere para el uso de un asiento elevado (medir 4 pies 9 pulgadas, como mínimo) igual hay que cerciorarse de que el niño use los cinturones de seguridad del vehículo de la manera adecuada, según diseño y pruebas. Al igual que los adultos, los niños deben abrocharse el cinturón.

- Los cinturones de hombro deben bajar por el hombro, de manera transversal por encima del pecho, y, el cinturón de regazo debe pasarse por encima del regazo y de la zona superior de los muslos, nunca por encima del abdomen.
- La colocación incorrecta del cinturón de seguridad de regazo puede ocasionar heridas graves en un accidente. Nunca debe colocarse el cinturón de seguridad por la espalda o debajo del brazo.
- Verifique si las piernas de un niño pequeño sobresalen de manera recta en el asiento del vehículo. De ser que sí, el niño aún no está listo para viajar sentado en el asiento del vehículo sin el asiento elevado. No permita que ningún niño viaje en automóvil usando un cinturón de seguridad y sin asiento elevado, si no está listo para hacerlo.

Medidas de seguridad básicas



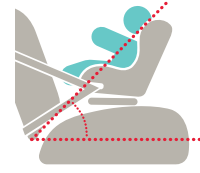
Evite los asientos que le queden demasiado grande a su hijo.

- Use siempre un asiento que sea apropiado al peso y la altura de su hijo.



No deje que su hijo viaje en auto sin que se haya abrochado el cinturón de seguridad.

- En la mayoría de los estados es obligatorio que los niños menores de cuatro años viajen en automóvil en un asientito de bebé para el carro, apropiado y aprobado.



Coloque el asientito de bebé en el ángulo correcto.

Lea las instrucciones del fabricante para determinar el ángulo correcto (que por lo general es de 30 a 45 grados) para el asiento de bebé que va orientado hacia atrás.

- Si el asiento se instala en el ángulo incorrecto, por ejemplo, si colocara el asientito en ángulo recto, haría que la cabeza se inclinara hacia adelante y el bebé no podría respirar.



Quite los abrigos o las cobijitas.

- Antes de colocar al niño en el asientito, quítele los abrigos o cobijitas en las que esté envuelto.
- No coloque nunca las cobijitas debajo ni en la espalda del niño, ni debajo del arnés que lo sostiene.



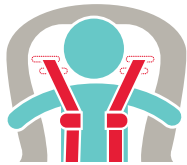
Use los asientitos de bebé que se orienten hacia atrás, de la manera correcta.

- Los niños deben siempre viajar en el asiento de atrás porque hay menos riesgos; es más seguro para niño.
- Nunca coloque un asientito con abertura hacia adelante, si ha sido fabricado para estar orientado hacia atrás.
- El niño debe usar un asientito orientado hacia atrás hasta que llegue al límite de altura y peso que especifica el fabricante del asientito que tenga.

- Si instala un asientito de bebé sin la base, asegúrese de colocarlo en el ángulo correcto.
- No todos los asientitos de bebé pueden instalarse sin la base.
- Se pueden colocar toallas enrolladas u otro producto de sujeción en el pliegue del asiento del carro para mantener el ángulo correcto del asientito.

Lea las instrucciones del fabricante para determinar el ángulo correcto (que por lo general es de 30 a 45 grados) para el asiento de bebé que va orientado hacia atrás.

Trate de evitar estos errores peligrosos



No abrocharle bien los cinturones del asiento

Siempre se debe utilizar el sistema de seguridad del asiento según su diseño y propósito. Un uso incorrecto del arnés o del cinturón, provocaría heridas graves o la muerte del niño que va en ese asiento.



No abrocharle los cinturones del asiento

No permita nunca que un niño viaje en automóvil sin estar sujeto en un asiento de carro apropiado a su edad, estatura y peso.



Permitir que el niño o el bebé viajen en la parte delantera del vehículo

Aunque el niño insista en sentarse en el asiento delantero, recuerde que el niño estaría muy cerca del panel delantero y de la almohada de aire, y, en caso de activarse, la misma pondría en peligro la vida de su hijo, o le provocaría heridas graves.



Sostener a un bebé en el regazo

Nunca viaje en el asiento delantero del automóvil con un bebé en su regazo, aunque usted tenga puesto el cinturón de seguridad. En caso de accidente, el niño va a estar expuesto a un riesgo mayor ya que puede recibir el impacto de las almohadas de seguridad o del panel de control delantero del vehículo. Los niños deben siempre viajar en el asiento de atrás.



Juguetes rígidos

No permita que los niños jueguen con objetos o juguetes rígidos en el automóvil, y no cuelgue juguetes de las manijas de los asientos de bebé portátiles, ya que pueden tornarse en objetos peligrosos en caso de accidentes. Sí puede darle juguetes suaves y livianos como peluches, por ejemplo.



Viajar en el asiento con la mochila puesta

Los niños nunca deben llevar mochilas puestas cuando viajan en el asiento en el automóvil porque esto puede interferir con la efectividad del sistema que mantiene al niño bien asegurado en el asiento.



© P. FANTONI/Olycom, Scans/Getty Images, 2021 05 26/4

Los niños y las almohadas de seguridad (*airbags*)

Las almohadas de seguridad (*airbags*) protegen en caso de accidente, pero se inflan con demasiada rapidez y con muchísima fuerza, lo que puede provocar accidentes graves e inclusive la muerte, especialmente de los niños que viajan en asientitos orientados hacia atrás.

Lea las etiquetas

La mayoría de los automóviles nuevos vienen con almohadas de seguridad e inclusive con cinturones de seguridad inflables, para proteger tanto a los pasajeros que viajan adelante, como a los que viajan en los asientos de atrás. Por ley, todos los fabricantes de automóviles deben colocar etiquetas visibles con las debidas advertencias sobre las almohadas de seguridad. Si usted tiene un vehículo que tiene ya varios años, es probable que el auto no tenga almohadas de seguridad.

Si no está seguro de que su auto las tenga, verifique las etiquetas de advertencia del fabricante, que podrá encontrar en diferentes

lugares; en los cinturones de seguridad, a los lados de los asientos o en las viseras parasol del automóvil.

Los niños deben viajar en los asientos de atrás



Los menores de 13 años deben siempre viajar en los asientos de atrás y deben siempre estar bien asegurados en su silla o con el cinturón de seguridad (de hombro y regazo) del auto abrochado.

Etiquetas de seguridad de los asientitos de auto



Etiqueta de advertencia en asientitos de bebé para el carro

Advertencia

Peligro de accidentes graves o muerte

- Los niños menores de 12 años pueden morir a consecuencia del impacto que producen las almohadas de seguridad (*airbags*).
- El asiento de atrás es el lugar más seguro donde pueden viajar en carro los niños.
- No se debe colocar hacia adelante, un asiento de bebé diseñado para orientarse hacia atrás.
- El asientito debe estar lo más alejado posible de la almohada de seguridad (*airbag*).
- Abrochar siempre el cinturón de seguridad y ajustar el sistema de seguridad del asientito del carro.

Anclaje inferior y correas de seguridad (LATCH)

El sistema LATCH se vale de los conectores del asiento de bebé y anclajes de metal especiales que están en el vehículo. Lea las instrucciones del fabricante para ver si su automóvil viene con el sistema LATCH, verifique dónde se encuentran los anclajes de seguridad y busque las recomendaciones en cuanto a peso. Si usa el sistema LATCH, verifique que tanto el automóvil, como el asiento que usa su hijo se hayan diseñado para el uso con el sistema LATCH. Y, si ni el automóvil ni el asiento pueden usarse con el sistema LATCH, haga uso del cinturón del automóvil.

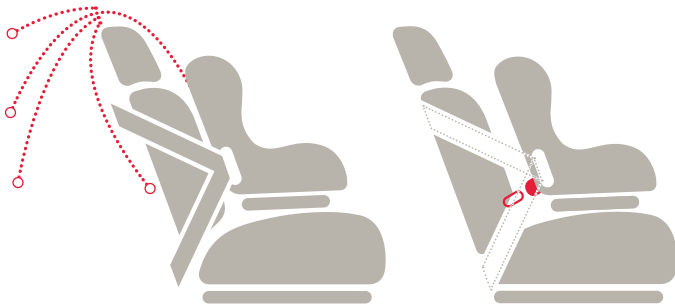
Correas superiores

Con los asientos que van orientados hacia adelante se deben usar tanto los anclajes inferiores como las correas superiores. La mayoría de los asientos orientados hacia atrás no tienen una correa superior.

Nota: Para instalar el asiento de bebé para el carro, usted puede usar el cinturón de seguridad del automóvil o el sistema de seguridad LATCH, siempre y cuando el asiento esté bien instalado y esté bien asegurado al vehículo. El sistema LATCH y el del cinturón de seguridad del automóvil nunca deben usarse al mismo tiempo. Escoja entre uno y otro.

El sistema LATCH tiene un límite de peso combinado de 65 libras. Asegúrese de que el peso total; entre el asiento y su hijo, no exceda las 65 libras.

Dónde localizar las correas y los anclajes de seguridad



Ubicación del anclaje superior

Ubicación del anclaje inferior

Simbolos de anclajes de seguridad



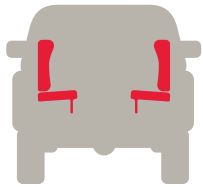
Símbolo del anclaje superior

Símbolo del anclaje inferior

Necesidades específicas

Es probable que los bebés prematuros y los niños que tengan dificultades para respirar, impedimentos o afecciones físicas, neurológicas y problemas de comportamiento, requieran métodos de sujeciones especiales. Asegúrese de que el vehículo donde viaje su hijo sea el adecuado para suplir esas necesidades. Si desea obtener más información, visite la página web de la academia estadounidense de pediatría (AAP, en inglés, de American Academy of Pediatrics) aap.org

Problemas de compatibilidad del vehículo



Asientos auxiliares plegadizos en camionetas

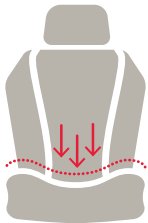
No se puede colocar un asientito de bebé de manera segura en un asiento plegadizo lateral de una camioneta.

Nunca trate de instalar un asientito de bebé en un asiento auxiliar.



Vehículos más antiguos

Es más complicado instalar de manera correcta el asientito de bebé en los autos más antiguos, porque estos tienen cinturones de seguridad que para abrocharlos hay que extenderlos sobre el asientito.



Vehículos con asientos anatómicos

Los vehículos con el asiento hundido o con una pequeña elevación en el centro dificultan más o hacen imposible la instalación correcta de los asientos infantiles. Antes de comprar un asientito, pruebe a instalarlo en su vehículo.



Presillas para trabar los asientos

Los asientos más modernos tienen un sistema o mecanismo de traba; algunos vehículos no tan modernos requieren de otros accesorios, como la presilla de traba, para asegurar bien la sillita. Para determinar si hace falta una presilla para trabar el asientito, lea, en el manual del vehículo, las debidas instrucciones para la instalación de un asientito de bebé.




DRAFTONLY04187_SpanishSafetyHomeBooklet_2021_05_2019



Lucile Packard
Children's Hospital
Stanford

Childhood Injury Prevention

 Please recycle 041187 | 05/21

 Stanford | MEDICINE