



BEBÉS Y NIÑOS SEGUROS EN EL COCHE

SILLITAS PARA AUTOMÓVILES



© Fundación MAPFRE, 2019
Paseo de Recoletos, 23. 28004. Madrid. España
informacion@fundacionmapfre.org

© De las fotografías: Thinkstock, 2019

Depósito Legal: M-8697-2019

Ejemplar gratuito. Prohibida su venta.

Las tres cosas más importantes para los padres son: que nuestros hijos e hijas crezcan seguros, que lo hagan sanos y que reciban la mejor educación posible.

La seguridad en el tráfico ha mejorado enormemente en las últimas décadas, pero todavía cerca de un menor pierde la vida cada semana en nuestras calles y carreteras. La mayor parte de ellos son ocupantes de automóviles y furgonetas.

Todavía demasiados niños y niñas, por increíble que parezca, siguen sin utilizar sistemas de retención y viajan expuestos a un riesgo realmente mortal (alrededor del 30 % de las niñas y niños fallecidos no lo usaban en el momento del accidente). Las sillitas infantiles son la mejor vacuna para estos ocupantes de vehículos, ya que previenen entre el 50 y el 90 % de las lesiones graves y mortales. Afortunadamente, la gran mayoría de los padres y madres sientan a sus niños y niñas en sistemas de retención.

Lo preocupante, en este caso, es que dos de cada tres sillitas se utilizan incorrectamente. Esta guía tiene precisamente como objetivo ayudarte a utilizar adecuadamente los cucos o capazos para bebés, las sillitas para niños y niñas, los alzadores y los cinturones de seguridad.

Por favor, tampoco hay que olvidar que todos los años fallecen niños y niñas cuando se desplazan como peatones, como ciclistas... Enseñarles cómo cruzar la vía con seguridad y, como ciclistas, respetar las normas de circulación y usar elementos reflectantes y casco es realmente vital. En nuestro papel como padre, madre, abuelo o abuela, cuidador, profesor..., nuestro ejemplo es siempre clave: podemos enseñarles comportamientos seguros o enseñarles, a menudo de modo inconsciente, a vivir en peligro.

Desde Fundación MAPFRE, dedicamos todos nuestros esfuerzos e ilusiones para que ningún niño o niña fallezca o sea herido en accidente de circulación. Quiero igualmente reconocer y agradecer la generosa y comprometida colaboración de todas las entidades que nos apoyan en este objetivo: centros hospitalarios, centros de salud y demás organizaciones de este sector y, en particular, a la Dirección General de Salud Portuguesa, además del fabricante de sillitas DOREL y otras organizaciones de la sociedad civil. En esta ocasión, estamos muy orgullosos de poder colaborar en esta tarea con la Federación de Asociaciones de Matronas de España (FAME); nos sentimos realmente afortunados por ello.

Entre todos, lograremos el tan ansiado OBJETIVO CERO menores fallecidos o heridos.

Julio Domingo Souto
Director general
FUNDACIÓN MAPFRE

ÍNDICE

I. LA EMBARAZADA | 7

II. EL RECIÉN NACIDO | 9

III. DE LOS DOCE MESES A LOS CUATRO AÑOS | 13

IV. A PARTIR DE LOS CUATRO AÑOS | 15

V. EL ÚLTIMO PASO: EL CINTURÓN DE SEGURIDAD | 19

VI. NIÑOS Y NIÑAS CON NECESIDADES ESPECIALES | 21

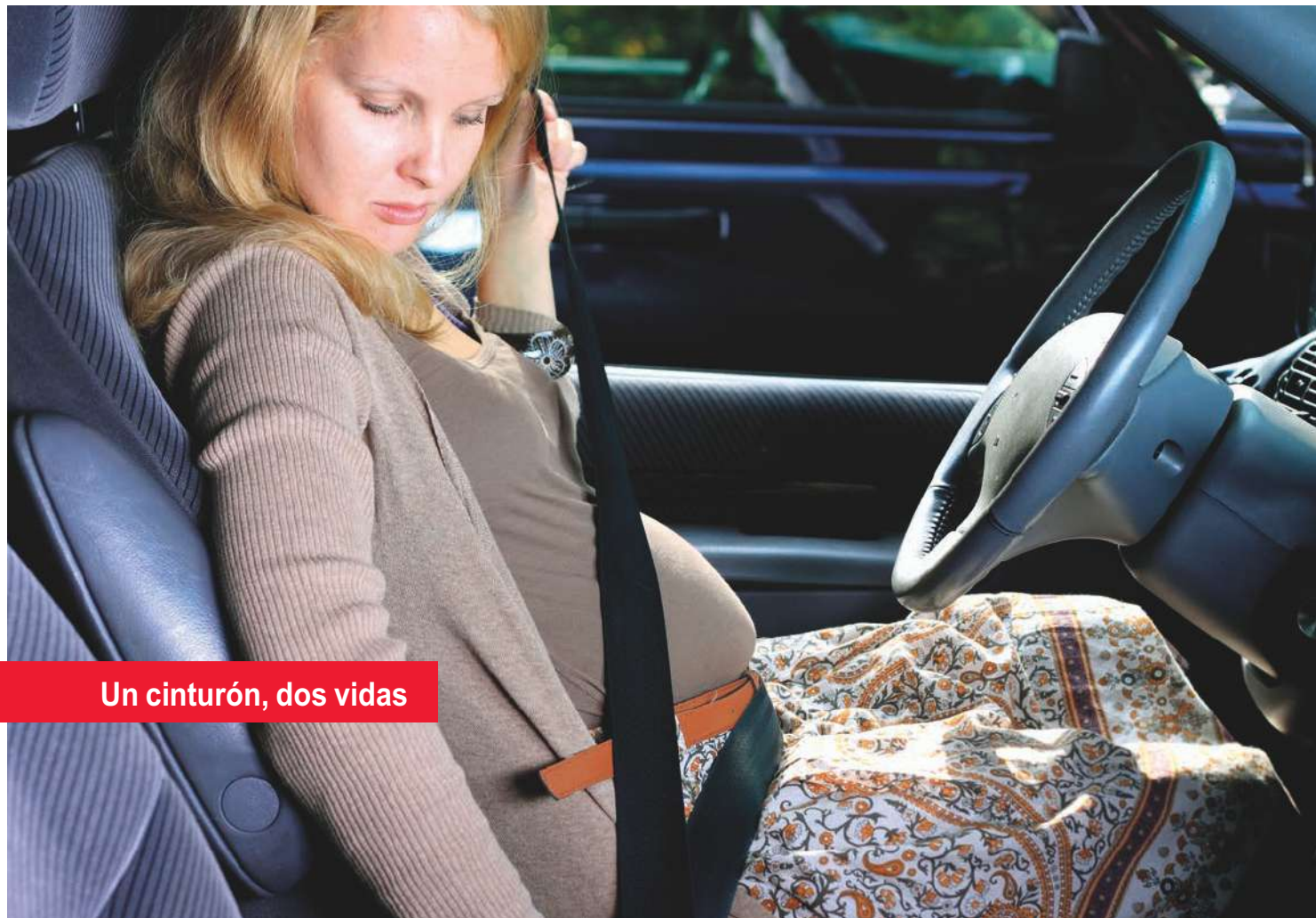
VII. TIPOS DE SILLAS Y NORMAS DE HOMOLOGACIÓN | 23

VIII. ISOFIX | 25

IX. LEGISLACIÓN ESPAÑOLA: AUTOMÓVILES PARTICULARES, TAXIS Y AUTOCARES | 29

X. CONSEJOS PARA ELEGIR BIEN UNA BUENA SILLITA INFANTIL | 31

XI. LAS 10 CLAVES DE LA SEGURIDAD DE LOS NIÑOS Y NIÑAS EN EL AUTOMÓVIL | 34



Un cinturón, dos vidas

I. LA EMBARAZADA

La protección del bebé comienza con el embarazo

Las embarazadas deben utilizar siempre el cinturón de seguridad, ya que es la mejor manera de proteger tanto a la madre como al futuro bebé: un cinturón, dos vidas.

La banda inferior del cinturón debe colocarse por debajo del vientre y justo encima de los huesos de la pelvis; la banda superior debe pasar por encima de la zona media del esternón y de la clavícula, sin quedar demasiado cerca del cuello. Dicha banda superior no debe quedar nunca sobre la barriga o sobre uno de los senos, ni por debajo del brazo o la axila.

En general, es seguro conducir durante la mayor parte del embarazo (consulta en cualquier caso a tu obstetra o matrona), excepto cuando el vientre quede demasiado cerca (a menos de 20 cm aproximadamente del volante). Si el volante queda demasiado cerca del vientre (y del feto) puede ser el momento de comenzar a viajar como pasajera.

En viajes largos, es conveniente aumentar el número de paradas para descansar y para que la embarazada pueda caminar. Ante cualquier duda, lo repetimos: consulta a tu médico o matrona.





II. EL RECIÉN NACIDO

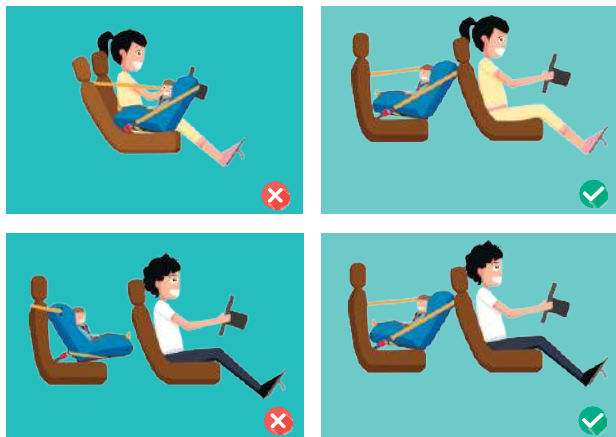
El bebé debe viajar protegido mediante el uso de un sistema de retención infantil desde su primer viaje de la maternidad a casa. Planifica, por tanto, con antelación dicho viaje y asegúrate de disponer de una sillita para bebés y de saber cómo instalarla, familiarizándote y practicando dicha instalación.

En ocasiones, desgraciadamente todavía se ve cómo los adultos viajan con bebés en brazos. En caso de accidente sólo habría dos opciones: o el bebé saldría proyectado y se golpearía contra el vehículo o la calzada o, como alternativa, sería aplastado por la persona que le llevaba en brazos.

Un aspecto fundamental: los bebés recién nacidos y, en general, hasta que no cumplan 15 meses y pesen más de 10 kg no pueden viajar mirando hacia delante. En caso de frenazo o colisión frontal (la más peligrosa), y debido al mayor tamaño relativo de la cabeza de los bebés y que su cuello es más débil, podrían sufrir gravísimas lesiones. Así pues, los bebés deben viajar siempre en portabebés de seguridad



Hasta que los bebés no cumplan 15 meses y pesen más de 10 kg NO pueden viajar mirando hacia delante



mirando hacia atrás o en capazos igualmente homologados instalados a lo largo del asiento trasero.

En el caso de los portabebés en los que el niño o la niña mira hacia atrás, la inclinación del asiento es muy importante: el bebé no debe viajar demasiado erguido (la cabeza podría caer hacia el esternón) ni demasiado tumbado (el portabebé no le protegería de modo óptimo). Una posición intermedia entre la horizontal y la vertical es lo aconsejable, aunque siempre resulta imprescindible consultar el manual de instrucciones de la sillita. Recuerda que NUNCA



debe instalarse un asiento de este tipo frente a un airbag frontal, excepto si este ha sido desactivado. La apertura del airbag es tan violenta que lanzaría la silla y a su frágil ocupante hacia atrás a una velocidad extremadamente alta.

En la segunda opción, los capazos homologados para su uso en el coche, el bebé viaja acostado. Por lo general, solo se aconseja el uso de este tipo de capazos en caso de niños y niñas con necesidades especiales y siempre por recomendación de un profesional de la salud.



Las sillitas para bebés o portabebés se sujetan al coche bien mediante el cinturón de seguridad del vehículo o bien con el sistema ISOFIX (en el caso de que tanto la sillita como el vehículo dispongan de dicho sistema). El sistema ISOFIX facilita notablemente la tarea de instalar el portabebés o la sillita en el vehículo, aumentando así la eficacia del sistema.





III. DE LOS DOCE MESES A LOS CUATRO AÑOS

Cuando el capazo de seguridad o el portabebés se quede pequeño y el niño o la niña debe pasar a una silla más grande, existen dos posibilidades: una silla orientada hacia delante o una silla orientada hacia atrás. La segunda opción es el doble de segura que la primera, así que el consejo general es que se siga utilizando sillas orientadas hacia atrás todo el tiempo que sea posible. En el mercado existen sillas que permiten que los niños y niñas viajen mirando hacia atrás hasta que pesen los 25 kg (peso que suelen alcanzar a una edad aproximada de 7 años).



En cualquiera de los dos casos, el niño o la niña viajará ya en una posición más erguida. Al igual que en el caso anterior, las sillas se sujetan al coche bien mediante el cinturón de seguridad del vehículo o bien con el sistema ISOFIX (en el caso de que tanto la

sillita como el vehículo dispongan de dicho sistema). El menor, por su parte, quedará sujeto al asiento infantil mediante un sistema de arneses o cinturones internos de este.

Hasta cuándo deben viajar en el sentido contrario de la marcha

Todos los bebés de menos de quince meses deberían viajar en el sentido contrario de la marcha del vehículo. Sin embargo, viajar mirando hacia atrás es también mucho más seguro para todas las edades, al menos hasta los cuatro años de edad



IV. A PARTIR DE LOS CUATRO AÑOS

Cuando el asiento se vuelve a quedar pequeño, pero nunca antes de los cuatro años de edad, se puede utilizar un asiento elevador con respaldo. En este tipo de sistemas de retención se utiliza el cinturón de seguridad del vehículo. El asiento, en este caso, "eleva" al niño o la niña de modo que el cinturón de seguridad se ajusta correctamente a su anatomía.

Los asientos elevadores más seguros son aquellos con respaldo que consiguen el guiado correcto del cinturón de seguridad del vehículo por las zonas del cuerpo más resistentes (caderas, y parte central del esternón y de la clavícula) y que, además, ofrecen una buena protección lateral para la cabeza y el tronco, y guías para el ajuste de la altura de la parte superior del cinturón.





Un elevador con respaldo reduce seis veces el riesgo de daño en la cabeza en caso de impacto lateral frente a un alzador sin él. En caso de accidente, el niño permanece en todo momento dentro del sistema de retención infantil y evita el contacto directo del menor contra el lateral del vehículo.

De hecho, todos los sistemas de retención infantil homologados bajo la R129 son con respaldo.

Los “apoyabrazos” también son fundamentales en este tipo de sillita, puesto que actúan de guía del cinturón de modo que se ajuste correctamente sobre los huesos de las caderas





V. EL ÚLTIMO PASO: EL CINTURÓN DE SEGURIDAD

Los asientos elevadores están homologados —o, lo que quiere decir lo mismo, diseñados— para ser utilizados por niños y niñas de hasta 36 kg de peso. Cuando superan dicho peso, lo que suele coincidir con una estatura de entre 135 y 150 cm, ya están listos para poder utilizar el cinturón de seguridad del vehículo. Dicho de otro modo, ya son “pequeños adultos” desde el punto de vista de su seguridad en el automóvil.

De todos modos, si el cinturón de seguridad del vehículo le sigue “quedando grande”, lo que quiere decir que, sin elevador, el cinturón no se ajusta correctamente, entonces el niño o la niña debería seguir utilizando un asiento o cojín elevador.

Como se muestra en la ilustración de la página 15, el cinturón de seguridad queda correctamente ajustado cuando pasa por encima de la pelvis, la parte media del esternón y la parte media de la clavícula.

Si el cinturón queda por encima del estómago o demasiado cerca del cuello (tanto el uno como el otro son partes del cuerpo blandas y frágiles), es que no se ajusta bien.





VI. NIÑOS Y NIÑAS CON NECESIDADES ESPECIALES

Todos los niños y niñas son especiales, pero algunos más que otros por tener unas condiciones físicas o psíquicas concretas. Entre estas condiciones se incluyen los niños y niñas con "huesos de cristal" u osteogénesis imperfecta, escoliosis, parálisis cerebral, inmovilizaciones de cadera... En España nacen unos 375.000 bebés al año. De ellos, unos 5.600 tienen algún tipo de necesidad especial, lo que supone alrededor del 1,5 %.

A la hora de viajar, es necesario tener dichas condiciones en cuenta, tanto desde el punto de vista de su comodidad como de su seguridad. Los padres y madres con niños y niñas con necesidades especiales pueden consultar a su pediatra y a especialistas en ortopedia cuál es la silla más recomendable, y también pueden consultar en www.seguridadvialinfantil.org, la página web de Fundación MAPFRE sobre seguridad infantil en el automóvil, el área dedicada a los niños y niñas con necesidades especiales.

Según el caso, estos niños y niñas podrán utilizar sillas infantiles convencionales o bien necesitarán utilizar sillas adaptadas a sus condiciones especiales. Algunos

tipos de sillitas especialmente indicadas para los niños y niñas con necesidades especiales son:

- Los capazos de seguridad.
- Las sillas sin resaltos laterales en la banqueta para poder separar y estirar las piernas, para niños y niñas con escayolas de cadera.
- Arnese complementarios para mantener el torso del niño o la niña erguido y paralelo al respaldo del asiento.
- Cojines de relleno para la silla, para ayudar a mantener una postura correcta.
- Reposacabezas con orejas, collarines o gorros con velcro, para mantener erguida la cabeza.
- En el caso de los niños y niñas con "huesos de cristal", los asientos orientados en sentido contrario a la marcha son especialmente recomendados.



VII. TIPOS DE SILLAS Y NORMAS DE HOMOLOGACIÓN

Las normas de homologación consisten en una serie de pruebas, realizadas en laboratorios acreditados, que los asientos infantiles tienen que superar para demostrar su seguridad. En la actualidad, las sillitas infantiles de seguridad pueden homologarse según dos normas europeas diferentes: la norma ECE R44/04 y la nueva norma ECE R129 (también conocida como "i-Size").

Esta segunda norma nace con el objetivo de simplificar todo el proceso de elección y utilización de sistemas de retención para niños y niñas, volviéndolos más "universales" y fáciles de usar.

Mientras que en la norma clásica ECE R44/04 las sillas se clasifican en hasta cinco grupos en función del peso de los menores, en la nueva norma ECE R129 cada sistema de retención indica tanto la estatura (mínima y máxima) como el peso máximo de los niños y niñas que pueden utilizarla.

Además, la norma ECE R129 añade una nueva prueba de choque lateral, lo que mejora la seguridad de los asientos en este tipo de choques. Por otro lado, las sillas i-Size utilizan el sistema de sujeción ISOFIX lo que, como se ha indicado, simplifica la instalación, reduce el número de errores y mejora la seguridad.

En definitiva, las sillitas homologadas según la nueva norma ECE R129 ofrecen, en general, mayor seguridad que las sillas homologadas según la tradicional ECE R44/04, puesto que:

- Mejoran la protección en caso de impactos laterales.
- Permiten la instalación mediante el sistema ISOFIX, más sencillo de utilizar.
- Una silla homologada según la norma ECE R129 será siempre compatible con aquellas plazas del del vehículo que estén señaladas con el símbolo "i-Size" (se evitan problemas de instalación).

- Las sillas ECE R129 garantizan que los bebés puedan viajar mirando hacia atrás hasta que cumplan al menos quince meses (en el caso de las sillas ECE R44/04, solo lo garantizan hasta los doce meses, si bien, como se ha indicado, existen determinados modelos de sillas que sí permiten viajar mirando hacia atrás a niños y niñas de mayor edad).

Los coches adaptados a i-Size tienen mayor espacio para este tipo de sillitas. Se puede comprobar si el vehículo está adaptado a i-Size en el manual del vehículo o si este cuenta con el logo i-Size.

Dependiendo de qué norma de homologación corresponda a cada silla, existen diferentes tipos, o grupos, de sillas para coches, en función del peso o la estatura del menor:

Sillas homologadas por la normativa R44		
Grupo	Peso	Edad aproximada
Grupo 0	Hasta 10 kg	Hasta aproximadamente los 9 meses y casos especiales
Grupo 0+	Hasta 13 kg	Hasta aproximadamente los 15 meses
Grupo I	De 9 a 18 kg	Desde los 12 meses hasta los 3 o 4 años aproximadamente
Grupo II	De 15 a 25 kg	Aproximadamente, desde los 3 hasta los 7 años
Grupo III	De 22 a 36 kg	Aproximadamente, desde los 6 hasta los 12 años
Sillas homologadas por la normativa R129		
Estatura		Edad aproximada
Hasta 60 cm		Únicamente casos especiales
Hasta 75 cm		Hasta aproximadamente los 15 meses
Hasta 105 cm		Desde los 12 meses hasta los 3 o 4 años aproximadamente
Más de 105 cm		Más de 4 años de edad, aproximadamente

VIII. ISOFIX

Instalar el asiento en el automóvil no siempre es tarea fácil. Varios estudios demuestran que ¡hasta el 80 %! de los padres y madres cometen errores al instalar la sillita en el coche o al ajustar el arnés que sujeta al niño o la niña a su asiento. El 20 % de estos errores ponen su vida en peligro en caso de accidente.

ISOFIX es un mecanismo de sujeción de las sillitas infantiles al vehículo que está estandarizado y resulta más eficaz, sencillo y rápido. En lugar de utilizar el cinturón de seguridad del coche, el sistema ISOFIX sujeta la silla de coche al chasis del automóvil a través de dos puntos de anclaje que se encuentran en el asiento del vehículo. Un símbolo situado en la intersección entre el respaldo y el asiento indica la situación de los anclajes ISOFIX.

Los asientos ISOFIX cuentan también normalmente con un tercer punto de sujeción bien superior (una cinta adicional que se sujeta a la parte trasera de la carrocería del vehículo o del asiento del vehículo conocido como Top Tether) o inferior (una pata que se apoya en el suelo del vehículo).

¿Cómo se sujeta una sillita con anclaje ISOFIX?

Engancha las dos extensiones rígidas o clips de metal que hay en la parte inferior trasera de la sillita a los dos anclajes del vehículo. Un “click” y una línea verde nos indicarán que está correctamente anclada.



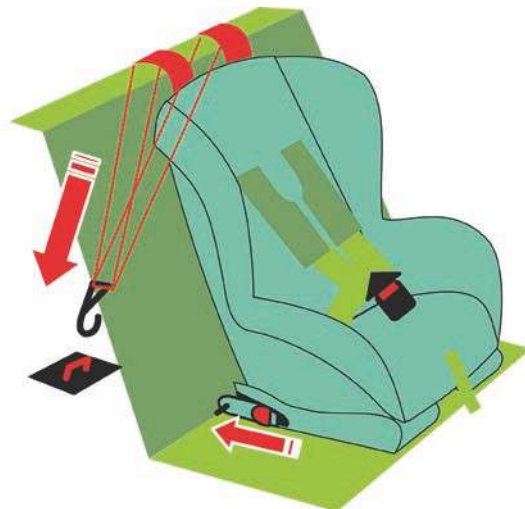


No hay que olvidar que solo se pueden utilizar sillitas que estén homologadas

Top Tether

Tercer punto de anclaje del sistema ISOFIX. Un cinturón de seguridad sujeta la parte posterior del respaldo del SRI a la parte posterior del respaldo del asiento o incluso del maletero del coche.

El punto de anclaje superior está en el suelo del maletero o en la parte trasera de la banqueta del vehículo. Una vez instalada la sillita, engancha el Top Tether en el tercer punto del anclaje ISOFIX. Tensa y comprueba el indicador para ver la tensión adecuada.



Pata de apoyo

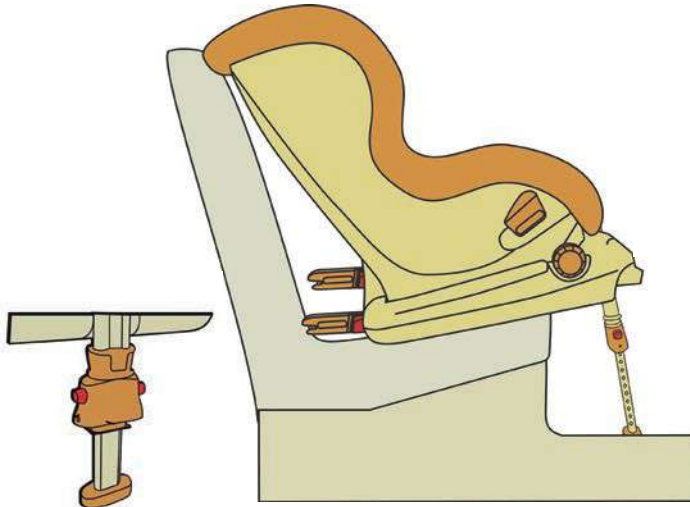
Es la alternativa al Top Tether

Se utiliza con sillas tanto mirando hacia atrás como en el sentido de la marcha. La pata se estira hasta hacer tope con el suelo del vehículo. Posteriormente, comprueba que es estable.

Consulta el manual del vehículo para comprobar que se puede poner sin problemas.

En los últimos años, la legislación de la Unión Europea ha establecido la obligación de que todos los vehículos nuevos cuenten con puntos de anclaje ISOFIX de serie. Todos los vehículos nuevos deben contar con al menos dos puntos de anclajes ISOFIX. Normalmente suelen estar en los dos asientos traseros laterales.

No hay que olvidar que solo se pueden utilizar sillitas que estén homologadas.



Hasta el 80 % de los padres y madres cometen errores al instalar la sillita. El sistema ISOFIX facilita notablemente esta tarea



IX. LEGISLACIÓN ESPAÑOLA: AUTOMÓVILES PARTICULARES, TAXIS Y AUTOCARES

En España, todos los niños y niñas que midan menos de 135 cm de estatura deben utilizar sillitas infantiles o sistemas de retención homologados y adecuados para su peso y estatura. Aunque, independientemente de la estatura, en Fundación MAPFRE aconsejamos que los menores utilicen asientos elevadores hasta que el cinturón se ajuste correctamente a su anatomía.

Además, los niños y niñas deben viajar siempre en los asientos traseros, excepto en los siguientes casos:

- Cuando todos los asientos traseros ya estén ocupados por otros niños o niñas.
- Cuando, por ejemplo, por cuestiones de espacio, no sea posible instalar tres sillitas infantiles en la parte trasera.
- Cuando el vehículo no disponga de asientos traseros.

La ley también indica que las sillitas deben instalarse siguiendo siempre las instrucciones del fabricante del asiento infantil.

En ningún caso podrá instalarse en un asiento delantero que cuente con un airbag frontal una sillita infantil orientada hacia atrás, excepto si dicho airbag ha sido desactivado y, como se acaba de indicar, no existen plazas traseras disponibles.

En Fundación MAPFRE aconsejamos que los niños y niñas utilicen asientos elevadores hasta que el cinturón se ajuste correctamente a su anatomía



En el caso de los taxis, la ley permite que los niños y niñas cuya estatura no alcance los 135 cm viajen sin utilizar un dispositivo de retención homologado adaptado a su talla y peso, siempre que ocupen un asiento trasero y que se trate de desplazamientos

urbanos o periurbanos. No obstante, y pensando en su seguridad, Fundación MAPFRE recomienda que todos los niños y niñas utilicen también sillas infantiles en los desplazamientos en taxi; algunas compañías de taxi disponen de sillitas para estos casos.

Los niños y niñas también deben utilizar sistemas de retención cuando viajen como pasajeros en autocares. Aquellos de más de tres años de edad cuya estatura no alcance los 135 cm deben utilizar los cinturones de seguridad del autocar o bien los sistemas de retención homologados instalados en estos vehículos, siempre que sean adecuados a su talla y peso.

Aunque aún es poco habitual en la práctica, y la ley no termina de ser totalmente clara al respecto, desde el punto de vista de su seguridad, es evidente que los menores de tres años también deberían viajar en sillitas infantiles adecuadas para su edad.

X. CONSEJOS PARA ELEGIR BIEN UNA BUENA SILLITA INFANTIL

La edad

Los niños y niñas crecen y, al igual que sucede con su ropa o sus zapatos, es necesario que sus sillitas de seguridad se ajusten a medida que lo hacen ellos. Aunque existen en el mercado sillas “ajustables” para diferentes pesos y estaturas, lo habitual es que los padres y madres vayan cambiando de silla a medida que el niño o la niña crece.

Como se ha indicado, los bebés deben viajar mirando hacia atrás hasta que cumplan 15 meses. Los mayores también deberían seguir viajando de ese modo todo el tiempo que sea posible –existen en el mercado sillas de este tipo para niños y niñas de hasta 6 o 7 años–.



Lo habitual es que los padres y madres vayan cambiando de silla a medida que el niño o la niña crece

También resultará preciso pasar a una silla mayor cuando su cabecita sobresalga por la parte superior de la sillita.

Más allá de lo anterior, es preciso tener en cuenta que, para una misma edad, pueden darse variaciones considerables de peso y estatura. Por ello resulta fundamental no superar nunca los límites de peso y estatura de cada sillita.

El peso

El peso es un aspecto crucial a la hora de elegir la silla, ya que o bien estas se clasifican en diferentes grupos en función, precisamente, del peso (sillas homologadas según la norma ECE R44/04), o bien indican un peso máximo (en el caso de las sillas homologadas según la norma ECE R129 o i-Size).

Nunca se deberá utilizar una silla si el niño o la niña supera el peso máximo indicado por el fabricante: el riesgo de que la silla o diferentes partes de la misma se rompan en un accidente es demasiado elevado.

La estatura

La estatura es también un factor muy importante a la hora de elegir la silla infantil. La cabeza debe quedar apoyada de forma segura y cómoda sobre el respaldo de la sillita y el arnés o cinturón de seguridad ha de quedar ajustado a la altura del hombro. Si, por ejemplo, la cabeza sobresale por encima del respaldo de la silla, es el momento de cambiar la silla y utilizar una de un grupo superior.

Las sillas homologadas según la norma ECE R129 i-Size indican la estatura mínima y máxima de los niños y niñas que pueden utilizarlas.

El establecimiento de compra

También es importante decidir dónde se va a comprar la silla. En concreto, el establecimiento debería:

- Contar con personal bien preparado que sea capaz de responder a todo tipo de dudas que le presenten los padres y las madres.

- Ofrecer ayuda para la instalación, al menos la primera vez que se coloque el asiento en el vehículo. El vendedor o vendedora debería poder aconsejar y realizar una instalación de prueba, si bien la instalación final debería realizarla siempre el padre o la madre.
- Disponer de una política de devolución flexible que permita probar la silla en el propio vehículo con el niño o la niña que la vaya a utilizar y, en el caso de que existan dudas o la sillita resulte difícil o imposible de instalar en un determinado modelo de vehículo, devolverla o cambiarla sin problemas.



Además de todo lo anterior, es importante que se vaya a comprar la silla con el menor para comprobar así la comodidad de la misma, ya que tendrá que pasar muchas horas sentado en ella.

RECUERDA

- La silla debe estar homologada según la norma ECE R44/04 o R129. Esto garantiza que cumple con los requisitos mínimos de seguridad exigidos en Europa. Las sillas homologadas cuentan con una "etiqueta de homologación" en un lugar claramente visible.
- Tiene que ajustarse a la edad, peso y estatura del niño o la niña.
- Ha de ser fácil y cómoda de utilizar, lo cual significa que pueda instalarse con facilidad y quede firmemente sujeta al vehículo.
- Debe contar, siempre que sea posible, con el sistema ISOFIX, que facilita la instalación de la sillita y evita los errores a la hora de sujetarla al coche.

XI. LAS 10 CLAVES DE LA SEGURIDAD DE

1

PROTEGERSE

Si estás embarazada, utiliza siempre el cinturón de seguridad (excepto si tu médico, matrona o personal sanitario lo desaconseja por algún motivo específico).

El cinturón protege tanto a la embarazada como al futuro bebé. Ajústate adecuadamente el cinturón: sobre la pelvis y por debajo del vientre, y por la parte media del esternón, entre los senos, y de la clavícula. Si el volante te queda demasiado cerca, puede ser el momento de viajar como pasajera.

2

PROTEGERLOS

Protege SIEMPRE a tu hijo o hija, incluso en los viajes cortos. El 40 % de los accidentes graves con menores ocurren a menos de 3 km de casa. Protégelo incluso en los trayectos más cortos, como de casa al cole. El primer viaje en el que debes hacerlo es el trayecto de la maternidad al hogar, tras dar a luz.

3

ELEGIR

Utiliza una silla adecuada a la edad de tu hijo o hija asegurándote de que no supera límites de peso y estatura para los que está homologada. Verifica siempre la etiqueta de homologación ECE R44/04 o ECE R129 cuando compres la silla.

Escoge una sillita de coche cómoda. A ser posible, una silla que crezca con tu hijo o hija, y que esté equipada con un reposacabezas ajustable.

4

INSTALAR

Instala correctamente la silla. Si esta no está instalada correctamente o el menor no está debidamente sujeto, ni siquiera el asiento para coche más eficaz será capaz de proteger adecuadamente al pequeño pasajero o pasajera.

Cuando viajes en sentido contrario a la marcha, no coloques la silla en el asiento delantero si el airbag está activado. Lee atentamente el manual de instrucciones de la sillita y del vehículo antes de proceder a su instalación. Comprueba también que el cinturón de seguridad o el arnés esté adecuadamente colocado (por ejemplo, que no esté retorcido) y correctamente ajustado al cuerpo del niño o niña.

5

VIAJAR DE ESPALDAS

Circula con el bebé de espaldas a la marcha el mayor tiempo posible. Se recomienda como mínimo hasta los quince meses. Mantenlo sentado en esa posición todo el tiempo que puedas, preferiblemente hasta que cumpla los tres o cuatro años.



OS NIÑOS Y NIÑAS EN EL AUTOMÓVIL

6

ELEVAR

Usa un asiento elevador hasta que el cinturón de adultos se ajuste correctamente al cuerpo del niño o la niña. El uso de una silla para coche con respaldo y reposacabezas garantiza una mayor seguridad gracias a la protección lateral adicional que ofrece a la cabeza y al tronco en caso de colisión. Un cinturón de seguridad de adultos mal ajustado es mucho menos seguro que uno correctamente ajustado.

8

DESCANSAR

Haz varios descansos en los viajes largos. En estos, es recomendable parar con frecuencia y sacar al bebé de su silla. Al cambiarlo de posición, podrá descansar y relajarse antes de retomar el viaje con total seguridad.

9

ENSEÑAR

Enseña a tus hijos e hijas a respetar, desde pequeños, las reglas básicas de la seguridad en el coche. No comiences nunca el viaje hasta que el arnés y el cinturón de seguridad estén debidamente ajustados.

10

DAR EJEMPLO

Sé un buen ejemplo, también como peatón o ciclista. ¡Como padre o madre, abuelo o abuela, cuidador o profesor, tienes la responsabilidad de dar un buen ejemplo! Nunca comiences un viaje, por muy corto que sea, sin ponerte el cinturón de seguridad.

7

RENOVAR

Cambia la silla si tienes algún accidente o colisión importante. En el caso de que sufras una colisión, la seguridad de la sillita de tu hijo o hija ya no estará garantizada, ya que el accidente podría haber deteriorado la sillita. También se recomienda que el asiento infantil no tenga más de seis años de antigüedad, puesto que los materiales con los que están fabricados los asientos pueden “envejecer” y volverse frágiles o quebradizos.

Más información:

www.fundacionmapfre.org

www.seguridadvialinfantil.org

www.federacion-matronas.org



Fundación
MAPFRE

FAMVE 
Federación de Asociaciones de Matronas de España



Síguenos en:



www.fundacionmapfre.org