Seatbelt Use and Safety Meeting Kit – Spanish



QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Todo el mundo ha oído que el uso del cinturón de seguridad es crucial para salvar vidas en la carretera, pero no todo el mundo lo lleva. Los estudios muestran que aproximadamente 1 de cada 7 personas no se pone el cinturón de seguridad. Hay muchas razones por las que la gente no se pone el cinturón de seguridad, pero lo cierto es que salva vidas.

CUÁL ES EL PELIGRO

EXCUSAS POR LAS QUE LA GENTE NO SE PONE EL CINTURÓN DE SEGURIDAD

No es “cool”.

Es “incómodo”.

El mito de que “es más peligroso llevar el cinturón de seguridad que no llevarlo”.

La gran pregunta: ¿por qué?

Según la NHTSA, los cinturones de seguridad reducen a la mitad las lesiones y muertes relacionadas con los accidentes. En el 2016, se estima que salvaron 15.000 vidas. Las personas que no llevan el cinturón de seguridad tienen más probabilidades de salir despedidas del vehículo en un accidente. Los cinturones de seguridad sirven para sujetar a los pasajeros de un vehículo. Sujetan a la persona al asiento en lugar de expulsarla del vehículo o lanzarla por el interior del mismo en caso de accidente.

COMO PROTEGERSE

Cómo funcionan los cinturones de seguridad

La idea básica de un cinturón de seguridad es sencilla. El uso del cinturón impide que los pasajeros salgan despedidos del vehículo en caso de accidente. Cuando un vehículo se detiene bruscamente, sus pasajeros también se detienen. La

diferencia que salva vidas es el lugar del cuerpo en el que se aplica la fuerza para detener a la persona, y la brusquedad con la que se aplica. Por ejemplo, detenerse golpeando la cabeza contra el parabrisas es mucho más probable que cause lesiones que detenerse porque el cinturón de seguridad obliga a que el centro del cuerpo permanezca en un asiento acolchado.

Como los cinturones de seguridad han evolucionado con el tiempo, hay varios tipos diferentes.

- Un cinturón de seguridad de 2 puntos, también llamado cinturón de cadera, sólo tiene dos puntos de sujeción, uno cerca de cada cadera.
- Un cinturón de seguridad de 3 puntos, también llamado cinturón de cadera/hombro, incluye un cinturón de cadera y un cinturón de hombro y tiene tres puntos de sujeción, uno cerca de cada cadera y otro sobre un hombro.

Los cinturones de seguridad actuales son de tres puntos, que reparten la fuerza de frenado entre la pelvis y la parte superior del cuerpo. Dado que los cinturones de tres puntos reparten la fuerza por más partes del cuerpo que los cinturones de dos puntos, minimizan la fuerza en una zona, reduciendo así las lesiones.

Recuerda que los cinturones de seguridad están diseñados para cuerpos de tamaño adulto, por lo que los asientos de seguridad para niños son tan importantes en caso de accidente. Las sillas de seguridad para niños permiten que la fuerza de un accidente se distribuya en una zona adecuada para mantener al niño a salvo.

CÓMO LE PROTEGE EL CINTURÓN DE SEGURIDAD

Mantiene a los ocupantes en el vehículo: La forma más obvia, y más importante, de que su cinturón de seguridad le mantenga en su asiento en caso de colisión. Las investigaciones han demostrado que ser expulsado de un vehículo provoca más muertes y lesiones graves en comparación con las personas que permanecen dentro del vehículo. Según la NHTSA, las personas expulsadas de un vehículo durante un accidente tienen cuatro veces más probabilidades de morir que las que permanecen dentro con el cinturón de seguridad.

Reparte las fuerzas de la colisión sobre una superficie mayor: Para proporcionar la máxima sujeción y minimizar las lesiones, los cinturones de cadera y hombro distribuyen la fuerza de la colisión sobre una amplia zona del cuerpo. En el caso de los conductores y los pasajeros de los asientos delanteros, las correas de los hombros también ayudan a evitar que la cabeza y la parte superior del cuerpo entren en contacto con el parabrisas, el salpicadero y el volante, que es una de las principales causas de lesiones graves.

Protege el cerebro y la médula espinal: El latigazo cervical es una lesión común que se sufre durante una colisión. Cuando se usa correctamente, el cinturón de seguridad puede minimizar las lesiones al reducir la velocidad y el impacto del latigazo cervical.

Sujeta la parte más fuerte del cuerpo: Los cinturones de seguridad de 3 puntos están diseñados para sujetar el cuerpo en sus puntos de mayor fuerza. En el caso de los adultos y los niños mayores, se trata de las caderas y los hombros.

Asientos para niños: Los niños pequeños no tienen la misma constitución que los

niños mayores y los adultos y, por lo tanto, tienen requisitos diferentes en cuanto a la seguridad del cinturón de seguridad. La seguridad de su hijo depende de su edad, peso y altura. Consulte las leyes de su estado para determinar las restricciones en función del peso y la altura, pero la regla general es que un niño no es lo suficientemente mayor para usar un cinturón de seguridad normal hasta que no mida al menos 1,80 metros, normalmente entre los ocho y los doce años. Y si ha tenido un accidente vehicular, asegúrese de sustituir todas las sillas de seguridad para niños que hayan estado en el accidente, independientemente de si había un niño sentado en ellas o no.

Las 5 cosas que debes saber sobre el uso del cinturón de seguridad

1. **Abrocharse el cinturón de seguridad es lo más eficaz que puede hacer para protegerse en caso de accidente:** El cinturón de seguridad es la mejor defensa contra los conductores con problemas, agresivos y distraídos. Estar abrochado durante un choque te ayuda a mantenerte seguro y protegido dentro de tu vehículo; ser expulsado completamente de un vehículo es casi siempre mortal.
2. **Los airbags están diseñados para funcionar con los cinturones de seguridad, no para sustituirlos:** Si no lleva puesto el cinturón de seguridad, podría salir despedido hacia un airbag frontal que se abre rápidamente. Esa fuerza podría herirle o incluso matarle. Infórmese sobre la seguridad de los airbags.
3. **Pautas para abrocharse el cinturón con seguridad:** El cinturón de cadera y el cinturón de hombro se abrochan a través de la pelvis y la caja torácica, que soportan mejor las fuerzas del choque que otras partes del cuerpo.

- Coloque el cinturón de hombro en el centro del pecho y lejos del cuello.
- El cinturón de cadera se coloca sobre las caderas, no sobre el estómago.
- NUNCA coloque el cinturón de hombro detrás de su espalda o debajo de un brazo.

1. El ajuste es importante Antes de comprar un vehículo nuevo, compruebe que los cinturones de seguridad se adaptan bien a usted.

- Pregunte en su concesionario por los reguladores de los cinturones de seguridad, que pueden ayudarle a conseguir el mejor ajuste.
- Si necesitas un cinturón más espacioso, pónganse en contacto con el fabricante de su vehículo para obtener extensores de cinturones de seguridad.
- Si conduce un vehículo antiguo o clásico con cinturones de cadera solamente, consulta con el fabricante de su vehículo sobre cómo adaptar su vehículo con los cinturones de cadera/hombros más seguros de hoy en día.

1. Seguridad del cinturón de seguridad para niños y mujeres embarazadas

CONCLUSIÓN

El cinturón de seguridad debe usarse siempre que se esté en un vehículo. Razones como estar incómodo o “no estar a la moda” no son suficientes para no llevar el cinturón de seguridad. Como conductor, usted es responsable de todas las personas que viajan en su vehículo. Exija a cualquier persona que viaje en su vehículo que se ponga el cinturón de seguridad. Eduque a los que decidan no llevarlo.