

CINTURÓN DE SEGURIDAD Y CONDUCCIÓN DURANTE EL EMBARAZO

*La manera de proteger al feto, es protegiendo a la futura mamá.
En el auto la única manera de proteger a la futura mamá:
Es con el Cinturón de Seguridad*

Ministerio de Salud Chubut – ADISIV-Safe Kids Argentina - Diciembre 2017
Dirección de Maternidad Infancia y Adolescencia.
Departamento De salud Del Niño.

CINTURÓN DE SEGURIDAD

El 17 de julio de 1920 en Hännösand, Suecia nació un niño que llevó el nombre de Nils Bolhin y lo dejó escrito en la historia para siempre.

Con poco más de 30 Años ya había diseñado asientos eyectables para aviones de combate durante la década del 50, pero en 1958, lo contrata Volvo para trabajar en materia de seguridad vial. Por esos años (1956) Ford ya había trabajado sobre los cinturones de seguridad de dos puntos, pero no brindaban toda la seguridad que los vehículos de ese entonces requerían, es por eso que Bolhin llegado 1959 “crea”, “inventa” el cinturón de seguridad de tres puntos, tal cual el que se utiliza en la actualidad en materia de diseño. Lo interesante de esta historia es que tanto Bolhin, como Volvo, al tener la patente en el año 62, de este revolucionario invento, automáticamente la liberaron, de manera que absolutamente toda la industria automotriz pudo utilizarla libremente tal como ocurre hoy en día a nivel mundial. Fue tan revolucionario ese invento tan “simple” que desde el 68 todos los vehículos fabricados en América cuentan con este tipo de cinturones, claro está, que la tecnología a avanzado y hoy contamos con cinturones inerciales, que se activan ante la desaceleración del vehículo y la tecnología aplicada a este tipo de elementos sigue creciendo proponiendo cinturones con airbag o los llamados pirotécnicos buscando más eficiencia y eficacia, el principio sigue siendo aquel que expresaba Nils Bohlin en los 50: “Era sólo una cuestión de encontrar una solución que fuera sencilla, eficaz y podría ser puesto cómodamente con una mano.”

Resulta increíble que algo tan sencillo, fuese tan eficaz, si bien es complejo contabilizar la cantidad de vidas que ha salvado este maravilloso invento, todos coinciden que seguramente ronda un millón de personas.

¿Para qué sirve el Cinturón de Seguridad?

Cuando un vehículo se desplaza en una dirección y por alguna razón frena o se decelera bruscamente (choque contra otro vehículo, por ejemplo)... Todo lo que no esté sujeto al mismo, sigue en la misma dirección de desplazamiento, hasta que otra fuerza impida ese avance, por eso está claro que el cinturón de seguridad tiene 3 funciones principales:

- ~ Evita que el individuo salga despedido a través del parabrisas.
- ~ Evita que golpee contra partes internas del vehículo, por ejemplo, el volante o contra el techo en caso de vuelco.
- ~ Evita que golpee a otro ocupante del vehículo, frecuentemente está presente la creencia que en asientos traseros no hay que utilizar cinturón de seguridad “total me protege el asiento delantero que es acolchado”, entonces cuando hay un choque el que está adelante tiene puesto el cinturón, pero como el que está atrás no lo tiene puesto, al salir despedido hacia adelante termina impactando con un golpe letal la cabeza del ocupante que iba adelante, muchas veces esto sucede con padres que llevan sueltos a sus hijos atrás desajustados y el propio hijo termina lesionando o causando la muerte del conductor y lógicamente la de él mismo.

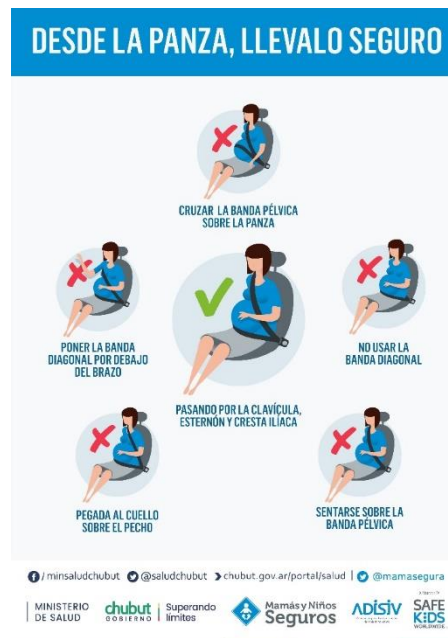
CINTURÓN DE SEGURIDAD Y CONDUCCIÓN DURANTE EL EMBARAZO

¿Cómo colocar de manera correcta el cinturón de seguridad en la mujer embarazada?

- ~ La *banda diagonal* debe pasar por la *clavícula*, entre *ambos senos* (esternón) y nunca debe pasar la *banda superior*, por debajo del brazo, ni sobre el vientre.
- ~ La *banda inferior* debe pasar por *debajo del vientre*, sobre los *huesos* de la cadera, es decir, la *cresta ilíaca* que es la estructura ósea más fuerte que existe en esa región.

Durante el embarazo la mujer debe estar cómoda y tener espacios holgados, tanto si viaja en asientos delanteros como traseros.

En caso de viajar atrás, es recomendable utilizar los cinturones de seguridad de tres puntos, que en general se encuentran en las plazas que están sobre cada puerta, ya que los asientos centrales traseros suelen tener solamente cinturones de cintura o de dos puntos. Es también atinado saber que existen empresas en el extranjero que diseñan y comercializan sistemas y/o chalecos que guían las bandas del cinturón, de manera segura por debajo del vientre, sin que éste tenga modo de levantarse. En Argentina por falta de mercado o problemas de importación no se comercializan. Pero marcas como BeSafe Pregnant o Emobikids los producen y distribuyen cumpliendo con normativas Europeas.



PREGUNTAS FRECUENTES SOBRE EMBARAZO Y CONDUCCIÓN



La Dirección General de Tráfico de España (DGT), afirmó que los hechos de tránsito se constituyen en la causa de muerte no obstétrica más frecuente en las embarazadas, triplicándose las muertes fetales cuando la embarazada no llevaba el cinturón de seguridad puesto.

¿Se puede conducir durante el embarazo?

Siempre lo más recomendable es consultar al médico, mientras que la APTITUD no se vea afectada, **la mujer embarazada puede hacerlo sin problemas, ya que no está enferma... Simplemente está embarazada.**

Se deben tener en cuenta de todos modos que existen cambios propios del embarazo, en niveles de azúcar en sangre, alteraciones hormonales, circulatorias, náuseas, modificación en la tensión arterial, en la visión, etc., entonces siempre la recomendación será consultar a quien mejor la conoce: El médico de cabecera.

Los profesionales de la medicina coinciden en dividir la conducción durante el embarazo, en tres trimestres:

- ~ **Primer trimestre:** *En esta etapa, no se observan grandes modificaciones físicas o motoras, por lo que no es necesario ajustar los comandos del vehículo (asiento y volante), pero hay síntomas propios del embarazo que se hacen presentes mediante trastornos del sueño, náuseas, vómitos, cansancio, etc.*
- ~ **Segundo trimestre:** Los cambios motores y físicos se hacen evidentes, entonces es necesario ajustar volante y asiento de manera que no se conviertan en elementos peligrosos o dañinos para la futura mamá y el feto.
- ~ **Tercer trimestre:** Similar al anterior en el aspecto físico y motor, aunque la comunidad médica en muchos casos, sostiene que no es recomendable a esta altura que conduzca. La Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia (SEGO) dice que *"una mujer embarazada de nueve meses es una persona poco ágil debido a la dimensión de su abdomen, por lo que todos los movimientos, sobre todo delante de un volante, van a ser más lentos, con lo cual va a tener menos posibilidad de maniobra"*. Por lo que **desalientan la conducción desde la semana 30 en adelante.**

¿Es necesario desconectar el airbag durante el embarazo?

El airbag es un COMPLEMENTO, (nunca el reemplazo), del cinturón de seguridad y está preparado para "activarse" sobre la zona superior y torácica. Los bebés no se encuentran en esa zona. Por lo que como complemento sigue teniendo la misma efectividad.

No es recomendable desactivarlo.

¿Cuál es la manera correcta de ajustar el asiento?

De acuerdo a las recomendaciones de la National Highway Traffic Safety Administration (NHTSA) órgano que regula el tránsito en Estados Unidos, es conveniente ajustar la postura y los comandos cada vez que se toma posición de manejo, especialmente cuando se está embarazada ya que el cuerpo sufre modificaciones, es por eso que se alienta a mover el **asiento tan atrás como se pueda**, siempre que se llegue fácilmente a los pedales, sin esforzarse y **mantener al menos 25 cm. de distancia entre el centro del pecho y el volante** y siempre teniendo en cuenta que a medida que el abdomen crece durante el embarazo, se debe ajustar el asiento para mantener esa distancia mínima.

¿Qué debe hacer la mujer embarazada si sufre un siniestro vial?

Siempre debe consultar al médico aunque se sienta bien. Debe acudir al especialista, ya que puede no haber pasado nada, o puede, por ejemplo, desprenderse la placenta, tener lesiones internas o desencadenarse un parto prematuro. Cabe recordar siempre que el riesgo más grave para el feto, es la muerte materna, ahí radica la importancia de que la embarazada utilice correctamente y en todo momento el cinturón de seguridad.

En caso de realizar un viaje largo...

¿Qué recomendaciones hay que tener en cuenta?

- ~ Cada **150 Km o cada 2 horas** de conducción, se recomienda **parar** (ir al baño, caminar, comer...) entre 10 y 15 minutos, para evitar, entre otras cosas, que se hinchen las piernas.
- ~ Es fundamental mantener la **hidratación** y en línea con la sugerencia de los especialistas, llevar alimentos ricos en azúcar como caramelos o galletas para combatir una posible hipoglucemia.
- ~ Aunque redundante y obvio, mantener una **velocidad adecuada**, no solamente ayudará a evitar consecuencias en caso de siniestro vial, sino que ayudará, por ejemplo, al esquivar un simple bache, a sortearlo de manera más segura y sin movimientos bruscos.

CONCLUSIONES

¿Se puede conducir durante el embarazo?

- ~ SI, Siempre consulta previa al médico.
- ~ Desde el punto de vista legal nada impide que conduzca.
- ~ Desde la semana 30 en adelante se recomienda no conducir.

¿Es necesario desconectar el airbag?

- ~ NO, pero si es necesario ajustar los comandos
 - Moviendo el asiento tan atrás como se pueda.
 - Asegurándose de llegar a los pedales cómodamente y sin esfuerzos.
 - Manteniendo 25 cm. de distancia aproximadamente, entre el centro del pecho y el volante.

En caso de viajes largos:

- ~ Detenerse cada 150 km o 2 hs (al menos 10 minutos).
- ~ Hidratarse bien.
- ~ Mantener velocidades adecuadas para no realizar movimientos bruscos.

En caso de siniestro consultar al médico de inmediato aunque no existan lesiones aparentes.

Utilizar el Cinturón de Seguridad de manera correcta SIEMPRE, es decir, pasando el mismo por las zonas óseas y nunca por órganos blandos ni por el vientre.

La manera de proteger al feto, es protegiendo a la futura mamá...

En el auto la única manera de proteger a la futura mamá:

Es con el Cinturón de Seguridad

Todos tenemos Derecho a la Información y a la Salud.

Ajustémonos a la vida!