

El uso del cinturón de seguridad en el embarazo

¿Debo usar el cinturón de seguridad?

- Sí. Ponerse el cinturón de seguridad correctamente es una de las cosas más importantes que puedes hacer para protegerte y proteger a tu bebé.

¿Cómo debo abrocharme el cinturón de seguridad?

- Coloca el cinturón de regazo por debajo de la curva del vientre, de modo que el cinturón quede sobre la cadera.
- Coloca el cinturón de regazo al lado del vientre y, en diagonal, sobre el centro del pecho y la clavícula.

¿Cómo debo ajustar el asiento?

- Siéntate derecha y en una posición cómoda.
- Ajusta el asiento para que puedas:
 - presionar el pedal del freno hasta el fondo, con la parte delantera de la planta del pie en el pedal;
 - sujetar la parte superior del volante, con los codos ligeramente doblados.

¿Qué hago con las bolsas de aire?

- Inclina el volante para que la bolsa de aire quede dirigida hacia el pecho.
- Ajusta el asiento y el volante para mantener un espacio de al menos diez pulgadas entre la bolsa de aire y el pecho.

¿Qué debo hacer si tengo un choque?

- Solicita atención médica de inmediato y avisa a tu médico de atención prenatal, aunque sientas que no te lastimaste.

Para obtener más información, visita www.hcpvs.org.

