

Seat Belt Use During Pregnancy

Should I wear my seat belt?

- Yes. Wearing your seat belt properly is the most important thing you can do to keep you and your baby safe.

How should I wear my seat belt?

- Place the lap belt under the curve of your belly so the belt rests on your hips.
- You may need to turn the lap belt flat as it passes underneath your belly.
- Wear the shoulder belt to the side of your belly and diagonally across the center of your chest and collar bone.



How should I adjust my seat?

- Sit in a comfortable upright position.
- Adjust your seat so you can press the brake pedal to the floor with the ball of your foot on the pedal and grasp the top of the steering wheel with your elbow slightly bent.

What should I do about my airbags?

- Tilt your steering wheel so the airbag is directed towards your chest.
- Adjust your seat and steering column to keep at least ten inches of space between the airbag and your chest.



What should I do if I am in a crash?

- Seek immediate medical attention and notify your prenatal care provider, even if you do not feel injured.



Hudson Center
for Prenatal
Vehicle Safety

© 2026 HCPVS All Rights Reserved

For more information, please visit www.hcpvs.org

El uso del cinturón de seguridad en el embarazo

¿Debo usar el cinturón de seguridad?

- Sí, ponerse el cinturón correctamente es lo más importante que puede hacer para protegerles a usted y a su bebé.

¿Cómo debe ajustarse el cinturón de seguridad?

- La banda inferior debe pasar por debajo de la barriga de forma que la banda presione las caderas.
- La banda diagonal debe atravesar el pecho y el hombro.

¿Cómo debo ajustar el asiento?

- Siéntese hacia atrás de modo que la barriga no toque el volante, pero asegúrese de que pueda presionar el pedal del freno hasta el fondo.
- No recline el asiento más de lo necesario y siéntese derecha tanto como pueda.

¿Qué hago con las bolsas de aire?

- Deje las bolsas de aire activadas.
- Ajuste el volante para que la bolsa de aire se dirija hacia el pecho y no hacia la barriga ni la cara.

¿Qué debo hacer si estoy implicada en un choque?

Inmediatamente busque atención médica, incluso si piensa que no está lesionada, independientemente de si usted era el conductor o un pasajero.



Hudson Center
for Prenatal
Vehicle Safety

© 2026 HCPVS All Rights Reserved

Para más información visite www.hcpvs.org