

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.

Para más información visite www.hcpvs.org



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 my seat belt fit?

- Place the lap belt under the curve of your belly so the belt rests on your hips.
- 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 back to provide space between your belly and the steering wheel, but be sure you can reach the pedals safely.
- Try not to recline the seat more than necessary. Sit in a comfortable upright position.

What should I do about my airbags?

- Tilt your steering wheel so the airbag is directed towards your chest, not your belly or your face.
- Adjust your seat 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.

For more information, please visit www.hcpvs.org

