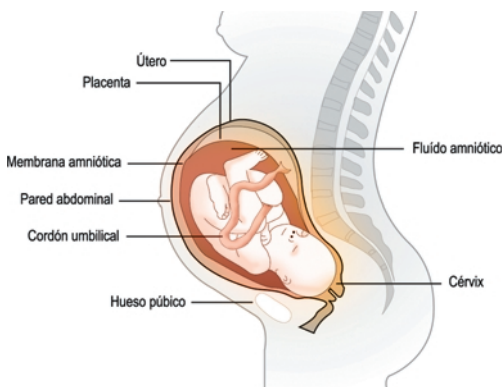


# Datos Interesantes

- El útero es un órgano muscular que multiplica por 1000 su volumen normal de 5 mililitros hasta superar los 5 litros al final del embarazo.
- La placenta es un órgano altamente vascularizado que desempeña el papel de “soporte vial avanzado” del feto, intercambiando entre éste y su madre nutrientes, oxígeno y residuos. En el último trimestre de gestación tiene un espesor de aproximadamente 2 centímetros y cubre un cuarto de la superficie interna superior del útero, a quien está sujeta a través de innumerables vellosidades de un diámetro veinte veces menor que un milímetro.
- El feto suele estar muy protegido por los huesos de la pelvis hasta el final del primer trimestre, momento en que la “barriga” comienza a hacerse más ostensible y vulnerable a impactos.



## Recuerda:

la mejor manera de proteger al futuro bebé es proteger a la madre, y la mejor protección para la madre es el cinturón de seguridad.



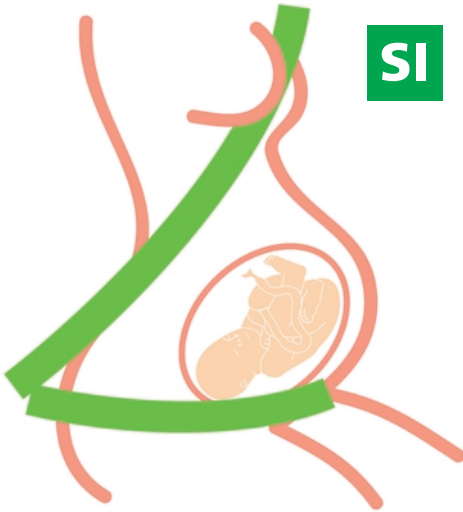


# ***Embarazo y cinturón***



**Dos vidas protegidas...  
por el precio de un solo gesto**

# Los cinturones salvan vidas, pero un ajuste correcto es fundamental durante el embarazo



**SI**

- La banda inferior/pélvica del cinturón debe quedar lo más baja posible y bien ceñida a la pelvis, y nunca sobre el estómago ni el vientre.
- La banda superior/torácica del cinturón debe quedar entre los dos senos y sobre el esternón, evitando quede situada encima de únicamente uno de ellos.
- La porción inferior de esta banda superior/torácica debe pasar alrededor del vientre y no por encima de éste.
- Eliminar en la mayor medida posible cualquier holgura en la cinta del cinturón de seguridad. No situar cojines o almohadones sobre el asiento, detrás de la espalda.

- No llevar nunca la banda superior o torácica del cinturón detrás de la espalda, ni tampoco situarla bajo el brazo o la axila.
- No sentarse encima de la banda inferior o pélvica para utilizar únicamente la banca superior o torácica.



**NO**

## Los estudios demuestran que...

- a) Las mujeres que NO utilizan el cinturón de seguridad sufren TRES veces más interrupciones de embarazo en siniestros de circulación que aquellas que SI lo hacen.
- b) La mayoría de las mujeres embarazadas que salen ilesas de un siniestro de circulación USABAN el cinturón de seguridad.
- c) Las lesiones en la placenta son más frecuentes en quienes NO UTILIZAN el cinturón de seguridad.
- d) En la mayoría de los casos en los que el feto sufre una lesión directa, sus madres NO UTILIZAN el cinturón de seguridad.
- e) El cinturón de seguridad de dos puntos, aquel que únicamente consta de una banda inferior/pélvica es CINCO veces menos seguro que el de tres puntos, aquel que consta de dos bandas: una inferior/pélvica y otra superior/torácica.
- f) Entre un 2 y un 3 por ciento de las mujeres embarazadas se ven implicadas en algún tipo de siniestro de tráfico durante su embarazo.

# Mis dudas sobre automóvil y embarazo

## 1 *¿Puede ser peligroso el airbag durante el embarazo?*

Los estudios disponibles hasta la fecha apuntan a que el airbag también puede proteger a la madre y a su futuro bebé siempre que la distancia entre estos y el airbag sea de un mínimo de 20/25 centímetros y siempre que el airbag situado en el volante no se dirija directamente hacia el vientre sino que se dirija hacia la cabeza y el tórax.

## 2 *¿Es seguro el cinturón de dos puntos, el que sólo tiene una banda inferior para las caderas?*

Los cinturones con banda superior/torácica y banda inferior/pélvica (de tres puntos) son CINCO veces más seguros que los cinturones de algunos asientos traseros centrales que sólo tienen una banda inferior/pélvica (de dos puntos). Por consiguiente, el RACE no recomienda este cinturón para las embarazadas, excepto cuando no haya otro disponible. De todos modos, el cinturón de dos puntos, el que únicamente dispone de banda inferior/pélvica es más seguro que no utilizar ningún cinturón.

## 3 *¿Existe algún sistema para evitar que la cinta inferior se sitúa sobre el vientre?*

Si el cinturón te resulta incómodo o te resulta difícil ajustar la cinta inferior/pélvica del cinturón por debajo del vientre, nuestro consejo es que preguntes en establecimientos especializados en el embarazo por sistemas que ayuden a ajustar correctamente el cinturón.

## 4 *¿Cuándo puedo volver a conducir después de dar a luz?*

Resulta difícil indicar cuándo resulta "seguro" volver a conducir después de dar a luz (normalmente se indica que no antes de entre una y tres semanas después de un parto sin complicaciones y no antes de seis semanas tras un parto por cesárea) y el mejor consejo es siempre dejarse asesorar por el ginecólogo o el obstetra.

## 5 *¿Debo hacer algo en caso de verme implicada en un siniestro de poca importancia?*

Incluso los siniestros de poca importancia, aquellos en donde la futura madre no sufre ninguna lesión aparente, pueden tener consecuencias importantes para el feto. Hazte reconocer lo antes posible por un médico para salir de dudas.

## 6 *¿Es suficiente con ajustar la posición de conducción una única vez al principio del embarazo?*

No. Todos los ajustes, incluidos el ajuste del volante y el del asiento, deberán ser modificados a medida que avanza el embarazo.

## 7 *Desde el punto de vista de la comodidad de la mujer embarazada, ¿son iguales todos los vehículos?*

A la hora de la compra de un vehículo, considerar aquellos que disponen de sistemas de regulación de la altura del cinturón de seguridad, de inclinación y distancia del volante y de los pedales. Todos ellos ayudan a conseguir una correcta postura de conducción en el caso de las mujeres embarazadas y también en el caso de los automovilistas de menor estatura.

