



Para los expertos, ajustarse correctamente el cinturón es la regla de oro de la seguridad de una embarazada y su hijo.

EN EE.UU LOS ACCIDENTES DE TRÁFICO SON LA PRINCIPAL CAUSA DE MORTALIDAD EN NEONATOS

# Embarazadas: cuando el cinturón salva dos vidas

Fallecimiento, desprendimiento de placenta, hemorragias, aborto, parto prematuro, lesiones fetales.... son las consecuencias más graves que para una mujer embarazada puede tener un accidente de tráfico. Ponerse y ajustarse correctamente el cinturón de seguridad es el gesto más seguro para la mujer y el bebé que espera.

**Mercedes LÓPEZ**  
Fotos: Alberto ESPADA

**E**l correcto uso del cinturón de seguridad durante el embarazo “reduce el número de fallecimientos y la severidad de las lesiones en la madre y el feto en caso de accidente de tráfico”, asegura Juan Carlos González, jefe de la Unidad de Coordinación de la Investigación de la Dirección General de Tráfico. Por el contrario, añade, “viajar sin él o llevarlo mal colocado aumenta el riesgo de

*muerte tanto para la madre como para el neonato”.*

Para demostrar su eficacia, algunos fabricantes han realizado pruebas de choque en las que han incluido una dummy ‘embarazada’. Es el caso de Volvo, que desarrolló una maniquí virtual (Linda) a la que, además de los atributos de una em-

**SI SE SUFRE UN ACCIDENTE, POR LEVE QUE SEA, HAY QUE IR AL GINECÓLOGO**

## Consecuencias de los malos usos

- ▶ Solo con la banda diagonal se produce el ‘efecto submarino’: el cuerpo se desliza hacia abajo y queda encajado con el salpicadero o con el asiento delantero.
- ▶ Si la banda diagonal está mal colocada sobre el pecho, puede producir graves lesiones, hematomas y traumatismos en esta zona.
- ▶ Con la banda diagonal debajo del brazo, el cinturón presionará sobre las costillas, provocando graves lesiones internas en el hígado o bazo.
- ▶ Con la banda sobre el abdomen, en caso de colisión, las fuerzas que se generan pueden producir rotura del útero, desprendimiento de la placenta...
- ▶ Si las bandas van holgadas (por poner una pinza, un cojín, la mano...), se anula la eficacia del cinturón de seguridad y es como si no se llevara.

## ¡QUÉ BARBARIDADES!

Por la Red (foros, debates...) circulan 'consejos' y 'truquillos' que "jamás" se deben seguir.



**PIERNA ENCIMA:** "Ponte el cinturón de forma normal, pero pasando una pierna por encima de la banda horizontal".



**SENTADA SOBRE LA BANDA:** "Te pones el cinturón, pero dejando la cinta inferior debajo del 'culete' (es decir, te sientas sobre ella)".



**MANO EN LA TRIPA:** "Te pones el cinturón normalmente y metes la mano entre la banda del abdomen y tu tripa. Así no aprieta".

barazada (abdomen abultado), cargó con información sobre el útero, placenta, líquido amniótico y el feto. Su objetivo era estudiar la forma en la que reacciona un feto dentro del útero a los movimientos violentos que se producen en un accidente. Los resultados, según su directora de Investigación, Lotta Jakobsson, "indican que el cinturón no hace ningún daño al feto y recomendamos

**SIN CINTURÓN, EN CASO DE ACCIDENTE, LA POSIBILIDAD DE QUE SE PRODUZCA UN PARTO PREMATURO SE MULTIPLICA POR DOS**

llevarlo siempre y en la posición correcta".

**LESIONES FATALES.** Y es que el cinturón de seguridad, –además de ser obligatorio (artículo 117 del Reglamento General de Circulación)–, es el elemento de prevención más importante durante la gestación cuando se viaja en un vehículo. Sin embargo, son muchas las embarazadas que se sienten incómodas o que piensan que el cinturón puede dañar al feto y desconocen las ventajas de su utilización. Por ello, Mónica Díez, ingeniera experta en seguridad vial de la Fundación CIDAUT, subraya "la importancia de sensibilizar y concienciar a las embarazadas del riesgo que corren".

Conocer las consecuencias es el pri-

### Así se pone

Las embarazadas deben abrocharse el cinturón de seguridad en todos los asientos del vehículo y siguiendo unas reglas muy sencillas:

- **BANDA INFERIOR:** Por debajo del abdomen, ajustándose lo máximo posible a la parte ósea de las caderas; nunca

por encima de la 'barriga'.

- **BANDA DIAGONAL:** Sobre el hombro, sin rozar el cuello, entre la mamas, sin apoyarse en ninguna de ellas y rodeando el abdomen.
- **SIN HOLGURAS:** Ninguna de las bandas del cinturón debe quedar holgada.



### Y, además, no olvide

- Regule el asiento y aumente la distancia al volante o al salpicadero.
- No debe desconectar el airbag del asiento delantero.
- Realice recorridos cortos, conduzca relajada y no frene bruscamente. Descanse a menudo.

- Trastornos relacionados con su estado (niveles de azúcar, piernas hinchadas, náuseas...) pueden influir en su capacidad de conducir.
- Se recomienda viajar acompañada a partir de la semana treinta de embarazo.

mer paso. En este sentido, el doctor Carlos Martín, profesor de la Universidad Autónoma de Barcelona, asegura que "una embarazada no corre más riesgo que una mujer no gestante, pero sí se pueden producir complicaciones asociadas a su estado", y enumera las lesiones más frecuentes: "desprendimiento de placenta, hemorragias, aborto espontáneo, parto prematuro y lesiones directas

en el feto". Además, señala "las posibilidades de que se produzca un parto prematuro se multiplican por dos en las 48 horas siguientes al accidente". Y aconseja que "en caso de sufrir una colisión, aunque sea muy poco importante, es imprescindible informar al ginecólogo lo antes posible para descartar complicaciones".

Las estadísticas son muy preocupantes y, aunque no se conoce la

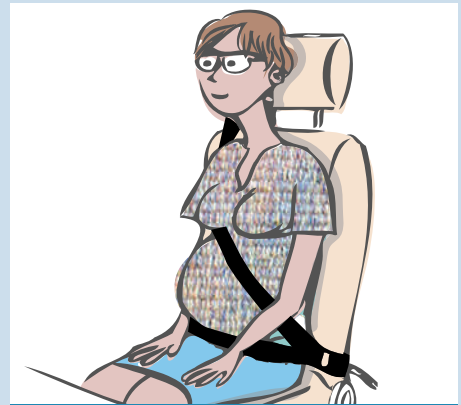
Anulan la eficacia del cinturón y agravan las consecuencias en caso de accidente. Estos son los más peligrosos...



**COJÍN PEQUEÑO:** "Pones entre la banda ventral del cinturón y tu barriga un cojín pequeño para evitar que te oprima".



**PINZA DE LA ROPA:** "Abrochas el cinturón, tiras de la banda inferior y pones una pinza de la ropa al lado del enganche, así queda holgado".



**DEBAJO DEL BRAZO:** "Coloca la banda diagonal por debajo del brazo, te molestará menos en la zona del pecho".

## Adaptadores del cinturón

En el mercado se comercializan varios dispositivos diseñados para colocar correctamente el cinturón de seguridad.

### COJÍN CON CINTAS

Es un cojín que comercializa Clippasafe, se ata al asiento mediante dos cintas que van alrededor del respaldo y se ajusta con un tensor. Lleva dos abrazaderas laterales que sujetan la banda por debajo del abdomen. Es importante tensarlo cada vez que se sube al vehículo.

### COJÍN CON ISOFIX

Con el nombre comercial de Besafe Pregnant, incorpora unos ganchos de sujeción Isofix que permite que se utilice también en los asientos traseros. Coloca la banda inferior en V entre las piernas, la mantiene debajo del vientre y evita holguras en las cintas.



Coloca la banda inferior en V entre las piernas, la mantiene debajo del vientre y evita holguras en las cintas.



El chaleco Emobikids

### CHALECO

Este sistema similar a un pequeño chaleco muy ligero y de tacto suave, se lo pone la mujer y guía las dos bandas del cinturón de seguridad para mantenerlas en la posición adecuada: la superior diagonal, sobre el hombro, alejada del cuello y ajustándola entre las mamas; y la inferior u horizontal, evitando que cruce el abdomen. Sigue ajustando el cinturón aunque la mujer se mueva.

Se puede encontrar en el mercado bajo la marca Emobikids. Hay un modelo para falda y otro para pantalón, y en varias tallas. Su fabricante ha realizado pruebas de impacto para probar su eficacia.

guridad de 3 puntos, y añade que "en el mercado existen una serie de dispositivos que ayudan a ajustarse correctamente el cinturón de seguridad", entre los que subraya el cojín que su empresa comercializa "porque sujeta el cinturón por debajo del útero, sin holguras, impidiendo que la madre se deslice por debajo de la cinta abdominal en caso de impacto frontal".

## SE COMERCIALIZAN DISPOSITIVOS QUE AYUDAN A AJUSTARSE CORRECTAMENTE EL CINTURÓN

Por su parte, Mónica Díez destaca que en Cidaut han desarrollado un chaleco que guía las dos bandas de cinturón, manteniéndolo en la posición óptima, y asegura que "se han realizado pruebas de impacto con una dummy embarazada, que han permitido medir el riesgo fetal comparando las consecuencias de una colisión cuando la 'madre dummy' llevaba el chaleco y cuando no lo utilizaba". Afirma que "en estas pruebas se ha demostrado que con chaleco se reduce un 53% el riesgo de daño fetal".

En 2012 nacieron en España más de 450.000 niños según datos del INE (Instituto Nacional de Estadística), lo que supuso que más de 450.000 mujeres fueron conductoras o pasajeras de automóviles en algún momento de su embarazo. ♦



magnitud real del problema, sí hay estimaciones. Según un estudio realizado en Estados Unidos y publicado por la revista médica JAMA (The Journal of the American Association), los accidentes de tráfico son la causa del 82% de las muertes de neonatos, además de un número importante de lesiones no mortales y de partos prematuros. También indican que un 2% de las mujeres es-

tadounidenses embarazadas se ven implicadas en un accidente de tráfico, cifra seis veces superior a la de niños que sufrieron un siniestro.

**BIEN AJUSTADO.** Para los expertos, la regla de oro es ajustarse adecuadamente el cinturón (ver recuadro). Nicole King, directora de Besafe España, insiste en la importancia de utilizar siempre el cinturón de se-