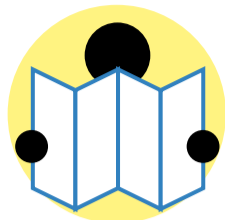
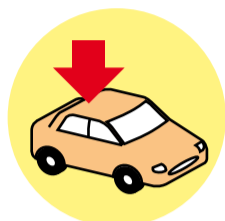


Recomendaciones



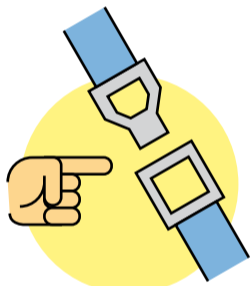
Conoce y chequea la ruta de viaje que realizarás.



Los niños deben viajar en el asiento trasero del vehículo, de preferencia en el centro.



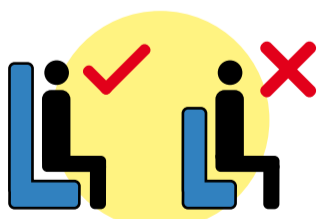
Evita transportar objetos contundentes sueltos al interior del vehículo. En caso de accidente, estos elementos se transforman en verdaderos proyectiles.



Comprueba la calidad y estado de los cinturones de seguridad del automóvil.



Nunca viajes con la niña o niño en brazos, ni compartas su cinturón de seguridad con él o ella.



Utiliza sistemas de retención infantil adecuados a su tamaño y peso.

Cuidado, familia a bordo

Viajar con el grupo familiar en las vacaciones puede ser muy emocionante y entretenido, pero para evitar sorpresas y accidentes, es fundamental erradicar las malas prácticas y tomar una serie de precauciones de seguridad.

Enero y febrero son sinónimo de descanso y diversión para aquellas familias que deciden irse de vacaciones juntos. Pero antes de dar inicio al descanso, hay que planificar el viaje y tomar las precauciones necesarias.

Conocido es el alto número de accidentes automovilísticos y la imprudencia observada en las carreteras, por lo que las precauciones a tomar nunca estarán de más, sobre todo si el viaje incluye a niños y niñas.

Eduardo Valdés, académico de la Escuela de Kinesiología de la Universidad Mayor, considera alarmante la incidencia que tiene el consumo de alcohol en la tasa de accidentes, "a lo que se suman las conductas irresponsables y riesgosas en adultos y jóvenes, como fumar, no usar cinturón de seguridad, hablar por celular y el exceso de velocidad, por nombrar algunas". Por ello, recomienda estar alerta y sugiere adoptar ciertas conductas preventivas.

Antes de comenzar el viaje, es importante realizar un chequeo al vehículo, que incluya estado y presión de los neumáticos, frenos,

niveles de aceite y agua, luces bien graduadas, dirección sin desvíos ni ruidos extraños, limpiaparabrisas operando correctamente y una carga acorde con la capacidad del vehículo.

Se recomienda, asimismo, dejar el viaje preparado el día anterior y evitar situaciones que alteren el ánimo a la hora de tomar el volante.

"Será fundamental conducir descansado, lo que implica dormir entre seis y ocho horas antes, ya

que la fatiga afecta los reflejos", afirma Eduardo Valdés.

Cuidado especial

Al viajar con niños y niñas, deberá ser doblemente cauto y cumplir con la ley. La normativa vigente en Chile exige el uso de sillas de seguridad para transportar a menores de cuatro años, aunque es común ver automovilistas que trasladan menores sin ninguna medida de seguridad, en asientos delanteros e incluso en los pick up de camionetas.

Los niños y niñas presentan cambios muy rápidos de peso, talla y proporciones del cuerpo durante su crecimiento, y son estas características las que los hacen más vulnerables frente a un accidente o frenada muy abrupta. Este hecho

no es menor, señala el académico Eduardo Valdés, ya que "por su estructura física, los niños y niñas son especialmente vulnerables a sufrir el denominado latigazo cervical, y la débil consistencia de sus articulaciones desprotege zonas muy sensibles a los impactos, como el bazo y los riñones".

Hay que considerar, además, que el uso de sillas y cinturones de seguridad debe realizarse cumpliendo con lo señalado por el fabricante, ya que no hacerlo puede minimizar o anular su efecto protector. En lo que no debe tener dudas, es que un viaje seguro y bien planificado será el punto de partida de unas vacaciones inolvidables para usted y su grupo familiar.



Al comprar una silla de seguridad...

- ✓ No compres una silla de seguridad usada, ya que podría estar dañada estructuralmente, sobre todo si participó en una colisión.
- ✓ Lee cuidadosamente las instrucciones de instalación de la silla para niños. Si se instala defectuosamente se pierde gran parte de su efecto protector.
- ✓ No expongas la silla a altas temperaturas, algunos materiales pueden calentarse y dañar al niño o niña.
- ✓ No utilices elementos no incluidos por el fabricante, como cubiertas para las correas, frazadas, cojines y otros. Estos pueden interferir con el ajuste correcto entre el niño y la silla.
- ✓ Siempre es bueno informarse y comparar antes de adquirir un producto de seguridad. No olvides que está en juego la seguridad y vida de tu familia.

Fuente: Escuela de Kinesiología de la Universidad Mayor.

TODO PARA LOGRARLO

www.umayor.cl ☎ 600 328 1000 **ADMISIÓN 2009**

POSTULACIONES:
Manuel Montt 367 Providencia, Santiago
Avda. Alemania 0281, Temuco

UNIVERSIDAD MAYOR
para espíritus emprendedores

Credenciada o en acreditación por
C.C.H.E. Middle States Commission
on Higher Education
www.msac.org

Acreditada
C.N.A. Comisión Nacional
de Acreditación