

Sillas de seguridad para el automóvil

Car Seat Safety

Car crashes are a top cause of death and serious injury for children. Using a car or booster seat the right way can save your child's life.

In the United States, there are laws that require car seat and booster seat use with children. Check your state's law. When you are traveling with children, follow the laws of the state in which you are driving.

Included are some general rules, but there is more to know. Always read and follow the instructions in your car seat manual.

Los accidentes automovilísticos son la causa principal de muertes y lesiones graves en los niños. Usar una silla de seguridad o una silla elevador de la forma correcta puede salvar la vida de su hijo.

En los Estados Unidos existen leyes que exigen que los niños usen sillas de seguridad para automóviles y sillas elevadoras. Consulte la ley de su estado. Cuando viaje con niños, siga las leyes del estado en el que conduce.

Se incluyen algunas normas generales, pero hay más que se debe saber. Siempre lea y siga las instrucciones del manual de su silla de seguridad para automóviles.

Choosing a Seat

There are different kinds of seats to choose from. Knowing which seat to use and when to change to another can be hard. There are often experts in your community that can help and many have interpreters if you need one.

If your baby is premature or your child has special needs, talk to your doctor about the safest way to travel with your child.

Elegir una silla

Hay diferentes tipos de silla entre los que se puede elegir. Saber qué silla usar y cuándo cambiar a otra puede ser difícil. A menudo hay expertos en su comunidad que pueden ayudar y muchos tienen intérpretes si necesita uno.

Si su bebé es prematuro o su hijo tiene necesidades especiales, hable con su médico sobre la forma más segura de viajar con su hijo.

General Rules for Seat Use

Rear-facing Car Seat

- Babies under 1 year of age **MUST** ride rear facing. Stay rear facing until at least age 2, unless your child is above the height or weight limit of the car seat.

Normas generales para el uso de la silla

Silla para el automóvil orientada hacia atrás

- Los bebés menores de 1 año **DEBEN** viajar orientados hacia atrás. Deben permanecer mirando hacia atrás hasta por lo menos la edad de 2 años, a menos que su hijo esté por encima del límite de estatura o peso de la silla de seguridad para el automóvil.

- Keep your baby rear-facing for as long as possible. Rear-facing is safest.

Front-facing Car Seat

- If your child is above the height or weight limit for your rear facing seat, switch to a front facing seat.
- Use the front facing seat as long as you can, then switch to a booster seat when your child's height or weight is above the seat's limits.

Booster Seat

- Use a booster seat until:
 - Child's back and bottom are flat against seat of car.
 - Shoulder belt fits across the middle of the shoulder and chest.
 - Lap belt fits low across the hips.
 - Knees bend at the edge of the vehicle's seat.
 - Can sit with feet on the vehicle's floor for the whole ride.

Safety Tips

Riding in Back is Best

- The back seat is the safest place for children under 12 years to ride.
- Never place a child in the front seat of a car or truck that has a passenger air bag.

- Mantenga a su bebé orientado hacia atrás durante el mayor tiempo posible. La orientación hacia atrás es la más segura.

Silla para el automóvil orientada hacia adelante

- Si su hijo está por encima del límite de estatura o peso de la silla orientada hacia atrás, cambie a la silla orientada hacia adelante.
- Use la silla orientada hacia adelante tanto como pueda, luego cambie a una silla elevador cuando la estatura o peso de su hijo estén por encima de los límites de la silla.

Silla elevador

- Use la silla elevador hasta que:
 - La espalda y trasero del niño queden planos contra el asiento del automóvil.
 - El cinturón de hombro se ajuste a la mitad del hombro y el pecho.
 - El cinturón de regazo se ajuste alrededor de la cadera.
 - Las rodillas se doblen en el borde de la silla del vehículo.
 - Pueda sentarse con los pies en el piso del vehículo durante todo el viaje.

Consejos para evitar accidentes

Sentarse en la parte de atrás es lo mejor

- El asiento trasero es el lugar más seguro para los niños menores de 12 años.
- Nunca ponga a un niño en el asiento delantero de un automóvil o camión que tenga bolsa de aire para el acompañante.

- If a child is old enough to use an adult seat belt and must ride in the front seat, use a lap and shoulder seat belt the right way and move the front seat as far back as you can from the dashboard.

Car Seat Tips

- Not all car seats fit in all vehicles. When installed the right way, the car seat should not move more than one inch from side to side.
- Attend a car seat safety check in your community. These may be offered by your local health department.
- Harness straps come over the shoulders and fasten in two places - over the chest and between the legs. You must fasten both!
- For small babies, a rolled up baby blanket can be placed on either side of the head or the body for support. **Do not** place anything behind the baby's back or under the baby.
- Coats, snow suits or bulky clothing should not be worn under the car seat harness. Tuck a blanket over your baby after they are strapped in, if needed.
- Baby's head may naturally turn to the side, but should not fall forward (chin on chest).
- Place something in the back seat that you need near the baby, so you don't forget to take baby out, especially when your routine is different.

- Si un niño tiene edad suficiente para usar un cinturón de seguridad y debe sentarse en el asiento delantero, use un cinturón de regazo y hombro de la forma correcta y aleje el asiento tanto como sea posible del tablero.

Consejos para las sillas para el automóvil

- No todas las sillas para el automóvil caben en todos los vehículos. Cuando se instala de la forma correcta, la silla para el automóvil no deberá moverse más de una pulgada (2.5 centímetros) de un lado a otro.
- Asista a un control de seguridad para sillas para el automóvil en su comunidad. Puede que su departamento de salud local ofrezca estos controles.
- Las correas del arnés pasan por los hombros y se abrochan en dos lugares: sobre el pecho y entre las piernas. ¡Debe abrochar ambas partes!
- Para los bebés pequeños, se puede colocar una manta enrollada a ambos lados de la cabeza o del cuerpo como apoyo. **No** coloque nada detrás de la espalda del bebé ni debajo del bebé.
- No se deben usar abrigos, trajes para la nieve ni ropa gruesa debajo del arnés de la silla de seguridad para el automóvil. Coloque una manta sobre su bebé después de que esté sujeto con las correas, si es necesario.
- La cabeza del bebé puede girar naturalmente hacia un lado, pero no debería caer hacia adelante (mentón sobre el pecho).
- Coloque algo en el asiento trasero que necesite cerca del bebé, de manera que no se le olvide sacar al bebé, especialmente cuando su rutina es diferente.

Booster Seat Tips

- Booster seats use the vehicle's adult seat belt instead of the harness straps to secure the child. The seat belt should fit low and over the hips and thighs.
- The shoulder belt crosses the center of the child's shoulder and stretched across the chest. It should not cross in front of the face or neck.
- Do not let your child put the vehicle's shoulder belt behind them or under their arms.

Help Installing Your Car Seat

- Contact your local health department. Many offer help with buying and installing car seats.
- Contact your local hospital. Many offer help to correctly install and use car seats.

Consejos para la silla elevador

- Las sillas elevadoras usan el cinturón de seguridad para adultos del vehículo en lugar de las correas del arnés para asegurar al niño. El cinturón de seguridad debería quedar bajo y por encima de las caderas y muslos.
- El cinturón de hombro cruza el centro del hombro del niño y se estira sobre el pecho. No debería cruzar por delante de la cara ni el cuello.
- No permita que su hijo se ponga el cinturón del hombro del vehículo detrás de sí mismo ni debajo de los brazos.

Ayuda para instalar su silla de seguridad para el automóvil

- Contacte al departamento de salud de su localidad. Muchos ofrecen ayuda para comprar e instalar sillas de seguridad para el automóvil.
- Contacte al hospital de su localidad. Muchos ofrecen ayuda para instalar y usar de forma correcta las sillas de seguridad para el automóvil.