

EMBARÀS I CONDUCCIÓ

La millor manera de protegir el futur nadó és la protecció de la mare



Entre un 2% i un 3% de les dones embarassades es veuen implicades en algun accident de trànsit durant el període de gestació i es calcula que a l'Estat Espanyol, els sinistres de circulació podrien suposar la interrupció d'entre 200 i 700 embarassos cada any. El principal problema és que es desconeix quin és el comportament més segur com a conductores o passatgeres i en especial, quin ús s'ha de fer del cinturó de seguretat.



Generalitat de Catalunya
Departament d'Interior

Generalitat de Catalunya
Departament de Salut



CONSELLS DE PROTECCIÓ EN LES DONES EMBARASSADES

L'embaràs no acostuma a ser un obstacle per als desplaçaments en automòbil. Caldrà, però, que l'embarassada intenti evitar els desplaçaments llargs o si els ha de fer, que descansi periòdicament i aprofiti les pauses per caminar o fer algun exercici.

S'ha d'utilitzar el **cinturó de seguretat en tots els desplaçaments**, també quan es viatja en les places posteriors del vehicle, excepte si el metge o la llevadora ho han desaconsellat expressament. En aquests casos, és convenient evitar o limitar els desplaçaments en cotxe.



COM AJUSTAR-SE CORRECTAMENT EL CINTURÓ DE SEURETAT

S'ha de situar la banda superior de manera que passi entre els dos pits, i la banda inferior tan avall com sigui possible, evitant la pressió directa sobre l'abdomen i els pits.



DUBTES SOBRE LA CONDUCCIÓ I L'EMBARÀS

Existeix algun sistema per evitar que la banda inferior del cinturó se situï sobre l'abdomen?

Si resulta incòmode o difícil ajustar el cinturó sense que pressioni l'abdomen, es pot utilitzar algun dels dispositius que es comercialitzen en establiments especialitzats.

És perillós el coixí de seguretat (airbag) durant l'embaràs?

No, sempre que la distància mínima entre el cos i el coixí de seguretat sigui de 20-25 cm i que aquest dispositiu de seguretat no es dirigeixi directament a l'abdomen, sinó cap al tòrax i el cap. En les últimes setmanes de l'embaràs, és aconsellable que la futura mare deixi de conduir i ocupi alguna de les places destinades als passatgers.

Què cal fer si s'ha patit un accident de poca importància?

S'ha de visitar el metge tan aviat com sigui possible per descartar qualsevol complicació en l'embaràs.

Després de donar a llum, quan es pot tornar a conduir?

El metge o la llevadora aconsellaran el moment més apropiat per tornar a conduir després d'haver donat a llum.

Material elaborat amb la col·laboració de la Societat Catalana d'Obstetrícia i Ginecologia i l'Associació Catalana de Llevadores



SÍ

PART INFERIOR:
PER SOTA DE L'ABDOMEN TAN
AVALL COM SIGUI POSSIBLE.
PART SUPERIOR:
ENTRE ELS DOS PITS



NO

NO S'HA DE PASSAR LA PART
INFERIOR DEL CINTURÓ PER
SOBRE DE L'ABDOMEN