



Vamos de paseo



“Aunque parecía que este año no iba a llegar, el verano ya está aquí.”

Algunos aún no tenemos las vacaciones planificadas, pero ya hemos empezado a buscar itinerarios por Internet, vuelos, alojamientos, etc.

Una encuesta que se hizo el verano pasado demostró que el 60% de los españoles tenía pensado utilizar su coche para irse de vacaciones. Los encuestados destacaban como ventajas sobre otros medios de transporte la posibilidad de elegir libremente el itinerario y las paradas y además el ahorro de tiempo al no tener que desplazarse a aeropuertos y estaciones de tren. A estos datos habría que añadir las personas que hacen un desplazamiento más largo en avión o tren y una vez en su destino, alquilan un coche para desplazarse.

Muchos de estos viajes serán familiares y habrá que tener en cuenta que si viajamos con niños el viaje es muy diferente que si solo viajan adultos.

SEGURIDAD

La normativa dice que los menores de edad con estatura igual o inferior a 135 centímetros deben utilizar, en todos los casos y en todas las vías, sistemas de retención infantil (SRI) homologados, situados en el vehículo siguiendo las instrucciones que haya facilitado el fabricante. Estas instrucciones indicarán de qué forma y en qué tipo de vehículos se pueden instalar de forma segura.

En los turismos (hasta 9 plazas incluido el conductor) los SRI adaptados a la talla y el peso del niño se situarán siempre en los asientos traseros. Excepcionalmente, se podrán utilizar en el asiento delantero en algunas situaciones:

- Cuando el vehículo no tenga asientos traseros. Por ejemplo, en un deportivo.
- Cuando todos los asientos traseros estén ya ocupados por menores de las mismas características. Por ejemplo, si se quisiera viajar con cuatro niños. Tres irían en las plazas traseras y uno en la delantera.
- Cuando no sea posible instalar en los asientos traseros todos los SRI. Por ejemplo si se tienen que colocar tres SRI y no hubiera espacio para las tres sillas.

En cualquier caso, si se ocupara un asiento delantero y el vehículo llevara airbag frontal, solo se podrían utilizar sistemas de retención orientados hacia atrás si el airbag se hubiera desactivado.





SISTEMAS DE RETENCIÓN INFANTIL SRI

En vehículos de hasta 9 plazas
incluido el conductor



Es obligatorio el uso de los SRI.

- Menores que no superen 135 cm.
- Dispositivos homologados, adaptados a su talla y peso y correctamente abrochados.

Niños siempre protegidos y en los asientos traseros.

Los menores **SIEMPRE** se colocarán en los asientos traseros.



Excepciones:

- No disponer de ellos.
- Que estén ocupados por otros menores.
- Que no se pueda instalar en ellos todos los SRI.

Si se ve obligado a instalarlo en el asiento delantero y orientado hacia atrás debe desactivar el airbag frontal.

Se instalarán según las instrucciones del fabricante.

Es de destacar la normativa sobre los SRI en los autobuses. Los niños de tres o más años de edad que no superen los 135 centímetros deberán utilizar SRI. Si no se dispone de estos sistemas, se utilizarán los cinturones de seguridad para adultos siempre que sean adecuados a su talla y peso. Es decir, que si los cinturones de seguridad no son adecuados o el niño tiene menos de tres años, podrá ir sin cinturón.

Actualmente algunas compañías de transporte de viajeros por carretera ofrecen a los viajeros la posibilidad de usar SRI siempre que se soliciten en el momento de compra de los billetes y existan disponibles.

El pasado marzo, la DGT hizo una campaña de vigilancia del uso del cinturón de seguridad y de los sistemas de retención infantil (SRI). En los siete días que duró, se detectaron 161 menores de edad viajaban sin usar ningún tipo de retención estando obligados a ello. En esta campaña se detectaron también 2.470 adultos que no usaban cinturón de seguridad. En estos datos destaca que el 77% de las personas que no usaban cinturón, lo hacían en carreteras convencionales.





Actualmente hay dos normativas que regulan los SRI. La R44/04, que los clasifica en función del peso del niño, y la más nueva R129, más conocida como i-Size, que los clasifica en función de la estatura.

La piel de los niños es muy fina y sensible. Para evitar el calor, se tiende a llevar a los niños sin ropa y el simple roce directo con los arneses del SRI pueden producir irritaciones y rozaduras. Estas consecuencias pueden ser aún más graves en caso de accidente.

Recientemente, la Alianza Española por la Seguridad Vial Infantil (AESVI) ha aprobado un decálogo de medidas para recordar en los desplazamientos de menores en los vehículos. Resumimos sus puntos:



- Los niños deben usar siempre un SRI adaptado a su talla y peso.
- Los SRI deben estar homologados, y si es posible, según la normativa más actual.
- Comprar los SRI en comercios especializados e instalarlos siguiendo las instrucciones.
- No usar sillas de segunda mano ni aquellas que se hayan usado durante un largo periodo de tiempo. Si se ha producido un accidente, deben ser sustituidas.
- Antes de comprar una silla, hay que asegurarse que es compatible con el sistema de anclaje de nuestro vehículo.
- Si es posible, colocar al niño en las plazas traseras. Si se coloca delante, desactivar el airbag si se instala en sentido contrario a la marcha.
- Se recomienda llevar al niño el mayor tiempo posible en sentido contrario a la marcha, incluso en las plazas traseras, respetando las limitaciones establecidas por el fabricante del SRI.
- Utilizar sillas con respaldo al menos hasta los 135 cm de estatura.
- No dejar en el vehículo objetos ni equipaje sueltos. En caso de accidente pueden provocar lesiones graves al niño y a los otros ocupantes.
- En caso de accidente, si es posible, sacar al niño del coche en su SRI.

Por último, intentaremos el mayor recorrido posible por autopistas y autovías. Además de resultar más seguras que las carreteras convencionales, tienen más restaurantes y áreas de descanso donde podremos parar con seguridad para descansar o en caso de algún imprevisto.





ENTRETENIMIENTO

Antes de iniciar el viaje tendremos que estar preparados para el temido

“¿Cuánto falta?”

En casa los niños están acostumbrados a muchos estímulos y a estar de un sitio para otro, por lo que tendremos que buscar alternativas para que el viaje no sea muy cansado para ellos y para nosotros. Unos niños llorando o reclamando nuestra atención desde el asiento de atrás pueden hacer que tengamos que apartar la atención de la carretera, poniendo en peligro a todos.

Quizá la primera medida consistirá en una buena planificación. Si el viaje va a ser largo, podemos salir muy temprano por la mañana, con lo que los niños es posible que se duerman enseguida. Así nos quitamos también horas de calor. En este caso, tendremos que contar también con los horarios para el conductor. Hay que intentar no ponerse al volante sin antes haber dormido suficiente.



Normalmente se aconseja parar cada dos horas de conducción continuada o cada 200 kilómetros. Viajando con niños, el consejo se convierte casi en necesidad. Estas paradas se pueden hacer coincidir con la hora de la comida. Así nos aseguramos un rato de siesta después (del niño, por supuesto).



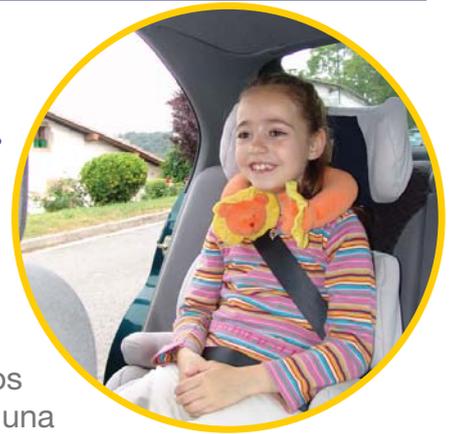
Existen en el mercado juegos para niños específicos para viaje. También podremos recurrir a los antiguos juegos del veo-veo, quién es el primero que ve el coche de un determinado color, palabras encadenadas, al juego del silencio o cualquiera de los tradicionales con los que jugábamos con nuestros padres. Huiremos del recurso fácil de dejarles una *tablet* o un teléfono móvil con algún juego infantil. Estos aparatos pueden ser peligrosos en caso de accidente o simplemente en caso de una frenada de emergencia. Además pueden aumentar la agresividad y ser perjudiciales en caso de niños propensos al mareo.



COMIDA Y BEBIDA

En este caso, tomaremos las mismas medidas que los adultos. Comidas ligeras, de digestión fácil y repartidas en varias tomas. Así los niños estarán entretenidos y las consecuencias en caso de mareo serán menores.

No intentemos que las comidas durante el viaje cumplan con los requisitos de salud como las que toman en casa. Se puede hacer una excepción con sus comidas favoritas, con frutos secos o con alguna golosina.



¡¡Un día es un día!!

Los niños son más propensos a la deshidratación y si son pequeños tienen menos capacidad para expresar que tienen sed o para identificar los síntomas. Les daremos agua a menudo, aunque no nos la pidan, aunque ello conlleve que tengamos que hacer más paradas.

El aire acondicionado reduce la humedad del ambiente lo que puede acrecentar la necesidad de líquidos, tanto en los niños como en los adultos.

¿Y qué hacemos en caso de que los niños se mareen?

El cerebro y los sentidos de los niños aún están en desarrollo y reciben información contradictoria entre lo que ve y lo que llega a través del sentido del equilibrio que está en el interior del sistema auditivo. Estos problemas aparecen cuando los niños tienen unos dos años y suelen desaparecer sobre los 10 o 12 años. El problema está en que si mantienen la vista fija en alguna actividad, por ejemplo un videojuego, por el rabllo del ojo están viendo el movimiento de la carretera, recibiendo dos informaciones contradictorias que confunden a su cerebro. En este caso, una medida muy útil es colocar el SRI en la plaza central de la parte trasera. Así el niño puede ver hacia adelante y a lo lejos por en medio de los asientos delanteros y se mantiene alejado de las ventanillas laterales.

Debemos evitar las comidas copiosas y mejor que antes de empezar el viaje haya hecho la digestión. A veces, el mareo también puede ser causado por la forma de conducir. Evitar arrancar y frenar con brusquedad y conducir en las curvas con una única trazada, en lugar de hacer varias correcciones en el recorrido.

En caso de no ser suficiente con estas precauciones, siempre podemos preguntar al médico o farmacéutico para que nos aconseje algún medicamento específico.

En muchos casos afrontamos un viaje largo como una situación que reúne muchos condicionantes negativos: niños sujetos sin poder moverse, pocas posibilidades de jugar como a ellos les gustaría, habitáculo pequeño, situaciones de nerviosismo y estrés derivados de tráfico denso, cansancio, sueño, etc. El hecho de que un viaje se convierta en un infierno o sea una situación agradable va a depender en mucha medida de todos estos problemas y cómo los remediamos. Aprovechemos la ocasión de un viaje para acercarnos a nuestros hijos y recuperar ese tiempo que el ritmo de vida actual nos impide, en muchos casos, pasar con ellos.



» MISCELÁNEA DE CURIOSIDADES



En carreteras convencionales se producen 8 de cada 10 fallecidos en accidente de tráfico.



El conductor de un vehículo será responsable cuando sea obligatorio y no se utilicen los sistemas de retención infantil, salvo en el caso de conductores profesionales. Además de una sanción de 200 euros, se retiran 3 puntos del permiso de conducir y la posibilidad de inmovilizar el vehículo si no se soluciona.



En el año 2016, 3 de los 18 menores de 12 años fallecidos cuando viajaban en turismos, no llevaban SRI.



La correcta utilización de los SRI reduce entre un 50 y un 80% el riesgo de lesión.



En un choque a 60 km/h, los objetos sueltos en el interior del vehículo aumentan su peso entre 30 y 50 veces. Así, por ejemplo un teléfono móvil de 150 gramos, impactaría contra un ocupante situado en las plazas delanteras con un peso de más de 4,5 kg.

