

Humana
Healthy Horizons®

P.O. Box 14601
Lexington, KY 40512-4601

Healthy Connections 

<Date>

<FIRST NAME LAST NAME>

<ADDRESS>

<CITY ST Zip>

Página en blanco a propósito

Los asientos de seguridad infantil para automóvil ayudan a mantener a salvo a los niños en los vehículos



Una de las tareas más importantes que tiene como padre es mantener a su hijo seguro cuando viaja en un vehículo. Un asiento de seguridad infantil para automóvil ayuda a proteger a su hijo. Hay muchos asientos diferentes en el mercado, y a muchos padres les cuesta elegir el adecuado. El tipo de asiento que necesita su hijo depende de cosas como la edad, tamaño y necesidades de su hijo. Aquí encontrará más información de la **American Academy of Pediatrics (Academia Americana de Pediatría, AAP)** sobre la elección del asiento de seguridad para automóvil correcto para su hijo.

Bebés y niños pequeños: asientos orientados hacia atrás

La AAP recomienda que todos los bebés viajen en un asiento orientado hacia atrás desde el primer viaje a casa desde el hospital.

Si está esperando un bebé, considere la posibilidad de trabajar con un técnico certificado en seguridad para pasajeros (CPST, por sus siglas en inglés) antes de que nazca su bebé para garantizar que el viaje a casa desde el hospital sea seguro. Para encontrar un técnico certificado en seguridad de niños pasajeros, visite el **sitio web de la Certificación Nacional de Seguridad para Pasajeros Infantiles (National Child Passenger Safety Certification)** y haga clic en el enlace "Find a Tech" (Buscar un técnico) de la barra de búsqueda.

Todos los bebés y niños pequeños deben viajar en un asiento orientado hacia atrás durante todo el tiempo posible hasta alcanzar los límites de peso o estatura permitidos por el fabricante del asiento de seguridad para automóvil.

Cuando a los bebés les queda pequeño el asiento infantil, debe instalarse un asiento convertible orientado hacia la parte trasera del auto. La mayoría de los asientos convertibles permitirán a los niños viajar en un asiento orientado hacia atrás durante 2 años o más. Un CPST puede ayudar a asegurarse de que el asiento de su hijo está correctamente instalado.

Tipos de asientos orientados hacia atrás

Hay tres tipos de asientos orientados hacia atrás disponibles: **solamente orientado hacia atrás**, convertible y todo en uno. Cuando los niños alcanzan los límites de peso o estatura que permite el fabricante, deben continuar viajando mirando hacia atrás en un asiento convertible o todo en uno.

Humana
Healthy Horizons.
in South Carolina

Healthy Connections 

SCHM6CZSP

Asientos solamente orientados hacia atrás

- La American Academy of Pediatrics (Academia Americana de Pediatría) recomienda que todos los bebés viajen en un asiento orientado hacia atrás. Deben usar ese asiento hasta que alcancen el peso o la estatura más altos permitidos por el fabricante del asiento de seguridad infantil para automóvil.
- Son pequeños y cuentan con asas de transporte.
- Normalmente vienen con una base que se puede dejar en el coche. El asiento se encaja en la base y se extrae de ella para que no tenga que instalarlo cada vez que lo utilice. Los padres pueden comprar más de una base para vehículos adicionales.
- Debe utilizarse únicamente para el viaje del niño en un vehículo (no para dormir, darle de comer o cualquier otro uso fuera del vehículo).

Asientos convertibles (usados orientados hacia atrás)

- Se pueden usar orientados hacia atrás y, después, "convertir" en orientados hacia adelante para niños mayores cuando superan el límite de peso o estatura para la orientación hacia atrás. Esto significa que su hijo puede usar el asiento durante más tiempo. Sin embargo, los asientos convertibles son más voluminosos que los asientos para bebés, no vienen con asas ni bases separadas y están diseñados para permanecer en el coche.
- Muchos tienen límites más altos en peso y estatura orientados hacia atrás que los asientos solamente



orientados hacia atrás, una característica que hace que los asientos convertibles sean ideales para bebés más grandes y niños pequeños.

- Tienen un arnés de 5 puntos que se acopla a los hombros, las caderas y entre las piernas.
- Deben utilizarse únicamente para el viaje del niño (no para dormir, darle de comer o cualquier otro uso fuera del vehículo).

Asientos todo en uno (usados orientados hacia atrás)

- Pueden usarse orientados hacia atrás, hacia adelante o como asiento elevado para colocar el cinturón. Esto significa que su hijo puede utilizar el asiento durante más tiempo a medida que crece.
- Suelen ser de mayor tamaño, por lo que es importante comprobar que caben en el vehículo cuando están orientados hacia atrás.
- No cuentan con la comodidad de un asa de transporte o una base separada. Sin embargo, los asientos todo en uno pueden tener límites más altos en peso y estatura orientados hacia atrás que los asientos solamente orientados hacia atrás, lo que hace que sean ideales para bebés más grandes y niños pequeños.

Consejos para instalar asientos orientados hacia atrás

- Lea siempre el manual del propietario del vehículo y el manual del asiento de seguridad para automóvil antes de instalarlo.
- Consulte con un CPST de su zona que pueda ayudarlo; para ello, visite el sitio web de la Certificación Nacional de Seguridad para Pasajeros Infantiles (National Child Passenger Safety Certification) y seleccione "Find a Tech" (Buscar un técnico) o visite una estación estatal de inspección de vehículos. Encuentre una estación cerca suya en su sitio web.
- Coloque los arneses en el asiento orientado hacia atrás en ranuras situadas a la altura o por debajo de los hombros de su hijo.
- Asegúrese de que el arnés esté bien ajustado (no puede pellizcar ninguna holgura entre los dedos al probar las correas del arnés sobre los hombros del niño) y de que el cierre del arnés del pecho esté colocado en el centro del pecho, a nivel de las axilas de su hijo.

- Asegúrese de que el asiento de seguridad para automóvil esté bien colocado con los anclajes inferiores o con el cinturón de seguridad bloqueado. Muchos asientos de seguridad para automóvil tienen un sistema integrado de bloqueo para mantener el cinturón de seguridad bloqueado. Si su asiento lo tiene, siga las recomendaciones del fabricante sobre cómo usarlo. Si puede mover el asiento en el recorrido del cinturón más de una pulgada de lado a lado o de adelante hacia atrás, no está lo suficientemente apretado.
- Nunca coloque un asiento orientado hacia atrás en el asiento delantero de un vehículo que tenga una bolsa de aire activa para el pasajero delantero. Si la bolsa de aire se infla, golpeará la parte trasera del asiento de seguridad para automóvil, directamente contra la cabeza del niño, y podría causar lesiones graves o la muerte.
- Si está utilizando un asiento convertible o todo en uno en la posición orientado hacia atrás, asegúrese de que el cinturón de seguridad o la cincha de anclaje inferior estén orientados a través del recorrido correcto del cinturón. Compruebe las instrucciones incluidas en el asiento de seguridad para automóvil.
- Asegúrese de que el asiento esté en el ángulo correcto para que la cabeza de su hijo no caiga hacia adelante. Compruebe las instrucciones para averiguar el ángulo correcto de su asiento y cómo ajustarlo, si es necesario. Todos los asientos orientados hacia atrás tienen indicadores de inclinación incorporados.
- Lea el manual del asiento de seguridad infantil para automóvil y el del vehículo para ver si el asiento de seguridad infantil para automóvil puede chocar con el asiento del auto que está en frente de él.



Preguntas frecuentes

¿Qué sucede si los pies de mi hijo tocan el asiento del vehículo?

- Los padres no deben preocuparse por esto. Los niños son muy flexibles y pueden encontrar fácilmente una postura cómoda en un asiento orientado hacia atrás. Las lesiones en las piernas son muy inusuales en los niños que viajan en asientos orientados hacia atrás.

¿Qué hago si mi hijo se desliza hacia abajo o hacia un lado en el asiento para automóvil?

- Puede intentar colocar una manta firmemente enrollada a ambos lados de su hijo. Muchos fabricantes permiten el uso de un pañal o paño pequeño firmemente enrollado entre la correa de la entrepierna y su hijo, si es necesario, para evitar que se deslice. No coloque relleno debajo o detrás de su hijo ni utilice ninguna inserción en el asiento de seguridad para automóvil a menos que venga con el asiento o lo haya fabricado el fabricante para usarlo con ese asiento específico.

¿Por qué debo vestir a mi hijo con capas de ropa más finas antes de sujetarlo en un asiento de seguridad para automóvil?

- La ropa voluminosa, como abrigos de invierno y trajes de nieve, puede comprimirse en un accidente y dejar las correas demasiado sueltas para sujetar a su hijo, lo que aumenta el riesgo de lesiones. Idealmente, vista al bebé con capas más finas y envuelva al bebé con un abrigo o una manta por encima de las correas del arnés abrochado si es necesario. Visite la [página de seguridad de autos durante el invierno de la American Academy of Pediatrics \(Academia Americana de Pediatría\)](#) para obtener más información.

¿Los bebés prematuros necesitan un asiento de seguridad infantil para automóvil especial?

Un asiento de seguridad infantil para automóvil debe estar aprobado para el peso del bebé. Los bebés muy pequeños que pueden sentarse de forma segura en una posición semirreclinada suelen adaptarse mejor a los asientos solamente orientados hacia atrás.

Los bebés prematuros deben ser examinados mientras aún están en el hospital para asegurarse de que pueden sentarse de forma segura en una posición semirreclinada. Los bebés que deben permanecer recostados sobre sus espaldas en posición horizontal durante el desplazamiento pueden viajar en una cama para automóvil que cumpla con la Norma Federal de Seguridad para Vehículos Motorizados 213. Deben ser examinados nuevamente mientras están en el hospital para asegurarse de que pueden ir recostados sobre sus espaldas en posición horizontal con seguridad en la cama para automóvil.



Nunca use un asiento de seguridad infantil para automóvil que:

- **Sea demasiado viejo.** Busque la etiqueta donde aparece la fecha en que se fabricó el asiento. Consulte con el fabricante para saber cuánto tiempo recomienda usar el asiento.
- **Tenga cualquier grieta visible.**
- **No tenga una etiqueta con la fecha de fabricación y el número de modelo.** Sin ellos, no puede comprobar si el asiento se retiró del mercado.
- **No venga con instrucciones.** Las necesita para saber cómo usar el asiento. Las instrucciones pueden encontrarse en los sitios web del fabricante del asiento o poniéndose en contacto con él.
- **Le falten piezas.** A los asientos de seguridad para automóvil usados les suelen faltar piezas importantes. Consulte con el fabricante para asegurarse de que puede obtener las piezas correctas.
- **Se retiró del mercado.** Para averiguarlo, llame al fabricante o comuníquese con la Línea directa de seguridad vehicular de la Administración Nacional de Seguridad del Tráfico en las Carreteras (NHTSA, por sus siglas en inglés) al **888-327-4236**. También puede visitar el sitio web de la NHTSA.
- **Sufrió un accidente moderado o grave.** Puede que siga siendo seguro utilizar los asientos que se encontraban en un accidente leve, pero algunos fabricantes de asientos de seguridad para automóvil recomiendan reemplazar el asiento después de cualquier accidente, aunque sea leve. La NHTSA considera que un accidente es leve si se aplica todo lo siguiente:
 - Se pudo conducir para sacar el auto accidentado del lugar del accidente.
 - La puerta más cercana al asiento de seguridad infantil para automóvil no sufrió daños.
 - Nadie en el vehículo resultó lesionado.
 - Las bolsas de aire no se activaron.
 - No detecta ningún daño en el asiento de seguridad infantil para automóvil.



Más consejos de seguridad para llevar al bebé en el auto

- Los asientos de seguridad infantil para automóvil, los cochecitos, los columpios, los portabebés y las eslingas para bebés no se recomiendan para el sueño rutinario, sobre todo en el caso de los bebés menores de 4 meses.
- Cuando los bebés se quedan dormidos en un asiento para automóvil u otro dispositivo para sentarse, retirelos del asiento y llévelos a una cuna tan pronto como sea seguro y práctico.
- Lleve siempre abrochadas las correas de seguridad de su hijo.
- No coloque el asiento sobre una superficie elevada (por ejemplo, una mesa o un carrito de compras), porque podría caerse.
- No es seguro utilizar ningún accesorio complementario no aprobado por el fabricante del asiento de seguridad infantil para automóvil, como un saco portabebés o un reposacabezas.
- Nunca deje a su hijo solo en el auto.
- Mire antes de cerrarlo. Utilice ayudas para la memoria para asegurarse de nunca olvidar a un niño en el auto. Por ejemplo, coloque el teléfono o el bolso en el asiento trasero para evitar un lapsus de memoria o coloque un espejo retrovisor para ver al niño.



HumanaBeginnings está aquí para ayudarlo a usted y a su bebé

Nuestro programa HumanaBeginnings® está aquí para brindarle apoyo a usted y a su bebé, antes, durante y después del parto.

Los coordinadores de cuidado de la salud de HumanaBeginnings pueden ayudar con respuestas a sus preguntas o solicitudes de apoyo. Comuníquese con un coordinador de cuidado de la salud por correo electrónico o teléfono:

- Correo electrónico: **SCMCDHumanaBeginnings@humana.com**
- Por teléfono: **866-432-0001 (TTY: 711)**, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 8 p.m., hora del este.

Recursos en línea

1. American Academy of Pediatrics (Academia Americana de Pediatría): <https://www.healthychildren.org/English/safety-prevention/on-the-go/Pages/Car-Safety-Seats-Information-for-Families.aspx>
2. Departamento de Salud y Control Ambiental de South Carolina: <https://scdhec.gov/health/child-teen-health/early-childhood-health/child-passenger-safety-program>
3. Estaciones de inspección de seguridad de South Carolina: <https://scdhec.gov/health/child-teen-health/early-childhood-health/child-passenger-safety-program/child-passenger-safety-inspection-stations>
4. Leyes de seguridad sobre asientos de seguridad infantil para automóvil específicas de South Carolina: https://scdps.sc.gov/buckleupsc/safety_seat_law

Llame si nos necesita

Si tiene alguna pregunta, dificultades para leer o entender este documento, llámenos al **866-432-0001 (TTY: 711)**. Estamos disponibles de lunes a viernes, de 8 a.m. a 8 p.m., hora del este. Podemos ayudarle sin costo alguno para usted. Podemos explicarle el documento en inglés o en su primer idioma. También podemos ayudarle si necesita ayuda de la vista o de audición. Consulte su Manual del afiliado en relación a sus derechos.

¡Importante!

En Humana, es importante que usted reciba un trato justo.

Humana Inc. y sus subsidiarias no discriminan ni excluyen a las personas por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, sexo, orientación sexual, género, identidad de género, ascendencia, origen étnico, estado civil, religión, o idioma.

La discriminación va en contra de la ley. Humana y sus subsidiarias cumplen con las leyes de derechos civiles federales aplicables. Si usted cree que Humana o sus subsidiarias le han discriminado, hay formas de obtener ayuda.

- Puede presentar una queja, también conocida como queja formal a:
Discrimination Grievances, P.O. Box 14618, Lexington, KY 40512-4618.
Si necesita ayuda para presentar una queja formal, llame al **866-432-0001** o si utiliza un **TTY**, llame al **711**.
- También puede presentar una queja de derechos civiles ante el
South Carolina Department of Health and Human Services, Civil Rights Division
1801 Main Street, P.O. Box 8206, Columbia, South Carolina 29202, **888-808-4238**,
TTY: 888-842-3620, civilrights@scdhhs.gov. El formulario de quejas está disponible en https://www.scdhhs.gov/sites/default/files/SCDHHS%20Civil%20Rights%20Discrimination%20Complaint_0.pdf.
Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU., la Oficina de Derechos Civiles por medios electrónicos a través del portal de quejas disponible en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/smartscreen/main.jsf>, o al **U.S. Department of Health and Human Services**, 200 Independence Avenue, SW, Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, **800-368-1019**, **800-537-7697 (TDD)**. Los formularios de quejas están disponibles en <https://www.hhs.gov/sites/default/files/ocr-cr-complaint-form-package.pdf>.

Tiene a su disposición recursos y servicios auxiliares gratuitos.

866-432-0001 (TTY: 711)

Humana provee recursos y servicios auxiliares gratuitos como, por ejemplo, intérpretes acreditados de lenguaje de señas, interpretación remota por video e información escrita en otros formatos para personas con discapacidades cuando dichos recursos y servicios auxiliares sean necesarios para garantizar la igualdad de oportunidades de participación.

Português (Portuguese): Ligue para o número acima para receber serviços gratuitos de assistência no idioma.

日本語 (Japanese): 無料の言語支援サービスを受けるには、上記の番号までお電話ください。

Українська (Ukrainian): Зателефонуйте за вказаним вище номером для отримання безкоштовної мовної підтримки.

हिंदी (Hindi): भाषा सहायता सेवाएं मुफ्त में प्राप्त करने के लिए ऊपर के नंबर पर कॉल करें।

ខ្មែរ (Cambodian): ហៅមកលេខទូរស័ព្ទខាងលើ ដើម្បីទទួលបានសេវាកម្មបកប្រែភាសាដោយមិនអស់ប្រាក់ ។