

Sistemas de retención infantil

La sillita adecuada, bien instalada y en todos los viajes, desde la salida de la maternidad.



Mechi Pujol · pediatra · MN 162010

Nico Grisolia · pediatra · MN 153265

71 %

menos muertes de **bebés** en choques cuando viajan en su sillita.

54 %

menos muertes de **niños pequeños** con un sistema de retención adecuado.

¡Nunca a upa!

En un choque, el peso del chico se multiplica y es **imposible sostenerlo** en brazos.



¿Qué sillita según su tamaño?

Lo que manda es el **peso y la altura** que indica el fabricante de cada silla; las edades son orientativas. Pasen a la etapa siguiente solo cuando superen el máximo de la actual.

GRUPO 0 / 0+ Huevito



Hasta 13 kg

Desde el nacimiento hasta alrededor de los 12 a 15 meses.

Siempre mirando hacia atrás.

GRUPO 1 Silla con arnés



9 a 18 kg

Aproximadamente de 1 a 4 años.

Mirando hacia atrás hasta los 2 años o hasta el máximo que permita la silla. Recién después, hacia adelante.

GRUPOS 2 Y 3 Butaca elevadora



15 a 36 kg

Aproximadamente de 4 a 12 años.

Se usa con el **cinturón del auto**. Mejor con respaldo, que guía el cinturón.

12 AÑOS · 1,50 M Cinturón del auto



Cuando el cinturón pasa por el **pecho y la clavícula** (no por el cuello), la banda baja por la **raíz de los muslos** (no por la panza) y la espalda apoya en el respaldo.



¿Grupos o altura? Las sillas más nuevas (norma i-Size) se clasifican por altura en centímetros en lugar de por peso. En cualquier caso, sigan siempre las indicaciones del fabricante.



Reglas de oro

- ✓ **En todos los viajes**, aunque sean trayectos cortos, desde la salida de la maternidad.
- ✓ **Asiento trasero** para todos los menores de 12 años. La **plaza central** es la más segura, si la silla se puede instalar bien ahí.
- ✓ **Mirando hacia atrás** el mayor tiempo posible: protege el cuello y la cabeza en un choque de frente.
- ✓ Nunca pongan una silla mirando hacia atrás en el asiento de adelante con el **airbag** activado.
- ✓ En viajes largos, **paren el auto** para darle de comer o atenderlo: nunca lo saquen de la silla con el auto en movimiento.
- ✓ El huevito es **solo para viajar**: no es un lugar para jugar ni para dormir fuera del auto.
- ✓ Nunca lo dejen **solo dentro del auto**, ni siquiera un ratito.
- ✓ **Motos**: no hay sistemas de protección para chicos. No lleven en moto a menores de 12 años.



Elegir e instalar la silla

Al comprarla

- Elijanla según la **edad, el peso y la altura** de su hijo o hija, y según lo fácil que sea instalarla en su auto.
- Lean el **manual del auto** y el de la silla. Si pueden, lleven al chico y el auto al momento de comprarla, para probar.
- Elijan productos **certificados**.
- No usen sillas usadas que hayan tenido **un choque** o a las que les falten piezas, y **reemplácelas a los 6 años de uso**.

Al instalarla

En un choque, **una buena silla mal colocada no sirve**. Hay tres formas seguras de fijarla: con el **cinturón del auto**, con anclajes **ISOFIX** (ganchos fijos) o con el sistema **LATCH** (ganchos y correas).

- ✓ Una vez instalada, la silla no debería moverse más de 2,5 cm hacia los costados ni hacia adelante.
- ✓ El arnés tiene que quedar **bien ajustado**, sin camperas gruesas debajo: si hace frío, tápenlo por encima del arnés.



¿Cómo sé si el arnés está bien ajustado? A la altura del hombro, no deberías poder pellizcar la tira del arnés entre los dedos. Las tiras no tienen que estar flojas ni retorcidas.



Y en casa: mobiliario infantil seguro

Pautas del mismo consenso de la SAP para otros muebles que usamos todos los días.

No al andador

La SAP **desaconseja su uso**. No ayuda a caminar: los chicos que lo usan gatean menos, les cuesta más desarrollar el equilibrio y caminan más tarde. Además causa lesiones graves, sobre todo **caídas por escaleras**: alcanzan velocidades a las que un adulto no llega a reaccionar, aunque los esté mirando.

Silla alta

- ✓ Que no sea muy alta, **sin ruedas** y con **base ancha**, para que no vuelque.
- ✓ **Arnés de 5 puntos** (o al menos de 3), siempre abrochado.
- ✓ Úsela **solo para comer** y siempre con un adulto al lado.
- ✓ Lejos de ventanas, enchufes, cordones de cortinas y de lugares donde pueda apoyar los pies para empujarse. Mejor sin mantel.

Cochecito

- ✓ **Arnés siempre puesto** y bien ajustado.
- ✓ **Frenos trabados** cada vez que se detienen.
- ✓ Nada colgando que pueda enroscarse en el cuello, y sin mantas sueltas.
- ✓ No lo dejen al sol ni lo abriguen de más.
- ✓ Por la vereda, cruzando por la senda peatonal, y **nunca en escaleras mecánicas**.

Camas cuchetas

- ✓ Los **menores de 6 años no deben dormir ni jugar arriba**.
- ✓ **Barandas a ambos lados** de la cama de arriba, sin espacios entre la baranda y el colchón.
- ✓ Un solo chico por vez en la cama de arriba.
- ✓ En un rincón, lejos del ventilador de techo y con una luz nocturna cerca de la escalera.
- ✓ Escalera firme y estructura sin tornillos flojos.
- ✓ Nunca aten pañuelos, cuerdas ni cinturones a la cucheta.



¿Tenés dudas? Escribinos

WhatsApp: +54 9 11 2393-2914 · **Mail:** pediatrasjuntos@gmail.com

Consultorio: Maza 1510 PB, Boedo, CABA · **Instagram:** [@pediatrasjuntos](https://www.instagram.com/pediatrasjuntos)

