



[WWW.CDC.GOV/PARENTSARETHEKEY](http://WWW.CDC.GOV/PARENTSARETHEKEY)

## LOS PEDIATRAS Y LA SEGURIDAD DE LOS ADOLESCENTES AL MANEJAR

Los choques automovilísticos son la causa principal de muerte en los adolescentes. Todos los nuevos conductores, incluso los estudiantes “sobresalientes” y “buenos chicos”, son más propensos que los conductores con experiencia a verse involucrados en un choque automovilístico mortal.

Los padres pueden desempeñar un papel clave para mantener a sus hijos adolescentes a salvo mientras manejan. Sin embargo, habitualmente los padres no están al tanto de las condiciones de manejo que resultan más riesgosas para los adolescentes ni saben qué hacer al respecto.

Los pediatras pueden ser socios valiosos para ayudar a las familias a tratar este importante tema de salud. Aquí incluimos algunas medidas clave que puede tomar:

- Eduque a los padres e hijos sobre los peligros para los adolescentes al manejar y las medidas que pueden tomar para reducir los riesgos (consulte la página 2). Los padres y los adolescentes deben analizar las reglas para aplicar cuando manejan y establecer consecuencias por romperlas.
- Anime a los padres a reforzar estas conversaciones trabajando con su hijo adolescente para establecer un contrato de manejo entre padre e hijo adolescente. Encuentre un Contrato de manejo entre padre e hijo adolescente de “Los padres son la clave” para descargarlo y entregar gratis en [www.cdc.gov/parentsarethekey](http://www.cdc.gov/parentsarethekey).
- Recuérdeles a los padres que deben predicar con el ejemplo. No pueden esperar hasta que su hijo adolescente tenga la edad suficiente para manejar para empezar a ser ejemplo de buenos comportamientos al manejar. Si los padres hablan por teléfono, envían mensajes de texto, manejan velozmente o no usan el cinturón de seguridad, lo más seguro es que el adolescente también lo haga.
- Difunda la información sobre la seguridad de los adolescentes al manejar distribuyendo los materiales de la campaña en salas de espera y de examen. Puede descargar los materiales gratuitos de “Los padres son la clave” en [www.cdc.gov/parentsarethekey](http://www.cdc.gov/parentsarethekey).

Incluya información sobre la seguridad de los adolescentes al manejar en la página web de su clínica. La redistribución de contenidos les permite a los visitantes del sitio web tener acceso directo a la información de “Los padres son la clave” sin tener que abandonar su sitio web. Obtenga más información en [www.cdc.gov/parentsarethekey](http://www.cdc.gov/parentsarethekey).



American Academy  
of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™



Como pediatra, usted habla con sus pacientes y sus padres sobre hitos importantes y sus consecuencias para la salud. Uno de esos hitos, aprender a manejar y obtener una licencia de manejo, conlleva una gran responsabilidad y ciertos riesgos. Analice los siguientes temas con sus pacientes adolescentes y sus padres:

**FALTA DE EXPERIENCIA DEL CONDUCTOR:** La mayoría de los choques automovilísticos ocurren durante el primer año a partir de que un adolescente obtiene una licencia. Anime a los padres a que hagan cumplir a sus hijos un mínimo de 30 a 50 horas de práctica de manejo supervisado en un período de por lo menos seis meses. Deben asegurarse de hacerlo practicar en diferentes caminos, a diferentes horas del día y en distintos tipos de condiciones atmosféricas y de tráfico.

**PASAJEROS ADOLESCENTES:** Los riesgos de choques automovilísticos aumentan cuando los adolescentes que manejan llevan a otros adolescentes en el auto. Los padres deben respetar las restricciones de pasajeros establecidas por la ley de su estado cuando los adolescentes manejan. Si su estado no tiene este tipo de regla, los padres deben limitar la cantidad de pasajeros adolescentes a cero o uno durante los primeros seis meses, como mínimo.

**MANEJAR DURANTE LA NOCHE:** A cualquier edad, los choques automovilísticos fatales tienen más probabilidad de ocurrir por la noche; pero el riesgo es más alto para los adolescentes. Los padres deben asegurarse de que su hijo adolescente no maneje después de las 9 o 10 de la noche, durante al menos los primeros seis meses después de obtener su licencia de manejo.

**CINTURONES DE SEGURIDAD:** La manera más sencilla de prevenir las muertes por choques automovilísticos es poniéndose el cinturón de seguridad. Los padres deben exigirle a su hijo adolescente que se ponga el cinturón de seguridad cada vez que use el automóvil. Esta simple medida puede reducir casi por la mitad el riesgo de que el adolescente muera o sufra una lesión grave en un choque automovilístico. Asimismo, aliente a los padres a dar un buen ejemplo y a que usen siempre el cinturón de seguridad cuando viajan en automóvil.

**MANEJAR CON DISTRACCIONES:** Las distracciones aumentan el riesgo del adolescente de tener un choque automovilístico. Anime a los padres a prohibir el uso del teléfono celular, el envío de mensajes de texto y otras conductas que distraen mientras su hijo está manejando. Recuérdeles a los padres que deben dar un buen ejemplo siguiendo las mismas reglas en el automóvil.

**MANEJAR CON SUEÑO:** Los conductores jóvenes tienen un riesgo más alto de manejar somnolientos, lo cual causa miles de choques al año. Los padres deben asegurarse de que su hijo esté bien descansado antes de ponerse detrás del volante.

**MANEJAR DE MANERA IRRESPONSABLE:** Las investigaciones muestran que los adolescentes carecen de experiencia, discernimiento y madurez para evaluar las situaciones de riesgo. Los padres deben insistir en la importancia de evitar conductas de riesgo, como conducir velozmente o pegarse demasiado a otro automóvil.

**MANEJAR BAJO LOS EFECTOS DEL ALCOHOL:** Tan solo una bebida alcohólica afectará la capacidad de manejar del adolescente y aumentará su riesgo de tener un choque automovilístico. Hable con los adolescentes sobre los riesgos de beber y manejar. También recuérdeles a los padres ser buenos modelos a seguir, es decir, nunca deben beber y manejar, y deben reforzar este mensaje en sus hijos adolescentes.

**TIPO DE VEHÍCULO QUE SE MANEJA:** Los adolescentes suelen conducir automóviles más pequeños o más antiguos, especialmente cuando el automóvil es de su propiedad. Aunque puede ser tentador elegir el primer automóvil para un adolescente teniendo en cuenta el precio o el estilo, los padres deben considerar las características de seguridad de un automóvil ante todo.

[WWW.CDC.GOV/PARENTSARETHEKEY](http://WWW.CDC.GOV/PARENTSARETHEKEY)