

Seat Belt Use During Pregnancy

Buckling up during pregnancy is the single most effective way to protect yourself and your unborn child during a motor vehicle crash.

Seat Adjustment

- Tilt the steering wheel so the airbag is directed towards your chest.
- Your chest should be at least 10 inches away from the airbag.
- Sit back to provide as much space as possible between your belly and the steering wheel, while still being able to comfortably reach the steering wheel and pedals.
- Sit in an upright, comfortable position.



Seat Belt Fit

- Wear the shoulder belt over the center of your collar bone (away from your neck, but not off your shoulder).
- Wear the shoulder belt diagonally across the center of your chest and to the side of your belly.
- Place the lap belt below your belly so the belt fits across your hips and pelvic bone.



If you are in a car crash, seek immediate medical attention and notify your prenatal care provider, even if you do not feel injured.



405.426.8440
oklahoma.gov/health/ips

This publication was supported by Cooperative Agreement 6NU17CE010171-01 funded by the Centers for Disease Control and Prevention. Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the Centers for Disease Control and Prevention or the Department of Health and Human Services. 6,000 copies were printed by Oklahoma Office of Management and Enterprise Services at a cost of \$1,080. This publication was issued by the Oklahoma State Department of Health (OSDH), an equal opportunity employer and provider. A digital file has been deposited with the Publications Clearinghouse of the Oklahoma Department of Libraries in compliance with section 3-114 of Title 65 of the Oklahoma Statutes and is available for download at documents.ok.gov. | oklahoma.gov/health. | June 2024

El uso del cinturón de seguridad durante el embarazo

Abrocharse el cinturón durante el embarazo es la forma más eficaz de protegerse a usted y a su bebé no nacido durante un accidente automovilístico.

Ajuste del asiento

- Incline el volante que la bolsa de aire esté dirigida hacia su pecho.
- Su pecho debería estar al menos a 10 pulgadas de la bolsa de aire.
- Siéntese para que haya el mayor espacio posible entre el vientre y el volante, y al mismo tiempo pueda alcanzar cómodamente el volante y los pedales.
- Siéntese en una posición cómoda y erguida.



Ajuste del cinturón de seguridad

- Utilice el cinturón de hombro sobre el centro de la clavícula (fuera del cuello, pero no fuera del hombro).
- Use el cinturón de hombro en diagonal a través del centro del pecho y hacia el costado del vientre.
- Coloque el cinturón del regazo por debajo del vientre para que el cinturón se ajuste a través de las caderas y el hueso pélvico.



Si tiene un accidente automovilístico, busque atención médica inmediata y notifique a su proveedor de atención prenatal, incluso si no se siente lesionada.



OKLAHOMA
State Department
of Health

405.426.8440

oklahoma.gov/health/ips

Esta publicación fue respaldada por el Acuerdo Cooperativo 6NU17CE010171-01 financiado por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Su contenido es responsabilidad exclusiva de los autores y no representa necesariamente los puntos de vista oficiales de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades o el Departamento de Salud y Servicios Humanos. Esta publicación fue publicada por El Departamento de Salud del Estado de Oklahoma (OSDH), un empleador y proveedor que ofrece igualdad de oportunidades. 6,000 copias fueron impresas por OMES Central Printing a un costo de \$1080.00. Un archivo digital ha sido depositado con la Cámara de Compensación del Departamento de Bibliotecas en cumplimiento con la sección 3-114 del título 65 de los Estatutos de Oklahoma y están disponibles para descargarse en documents.ok.gov. | Publicado Junio 2024