



## Información sobre los cascos para bicicleta

### ¿Cómo puedo saber si un casco para bicicleta mantendrá a mi hijo(a) seguro?

Limítese a comprar cascos para bicicleta que cumplan con los parámetros de seguridad de la Comisión de Seguridad de Productos para el Consumidor (CPSC por sus siglas en inglés). Cualquier casco que cumpla con dichos parámetros tendrá una etiqueta. Vea la parte de adentro del casco.

### ¿Cumplen todos los cascos con estos parámetros?

Todos los cascos fabricados o importados para su uso después de marzo de 1999 deben cumplir con un parámetro de seguridad obligatorio expedido por la CPSC. Los cascos más viejos, certificados por la Sociedad Americana de Prueba de Materiales (ASTM por sus siglas en inglés) o por la Fundación Conmemorativa Snell se pueden seguir usando.

### ¿Se puede usar otro tipo de casco para andar en bicicleta?

Cada tipo de casco está diseñado para brindar protección bajo condiciones específicas y podría no ofrecer protección suficiente en choques de bicicleta o caídas. Los cascos para bicicleta ofrecen muy buena protección en las caídas de cabeza a velocidades relativamente altas, son ligeros y ofrecen suficiente ventilación y comodidad. Un casco multi-deportes, certificado para ciclismo por los parámetros de la CPSC, también es aceptable.

### ¿En dónde puedo comprar un casco?

Se pueden adquirir cascos que cumplan con los parámetros de seguridad de la CPSC en tiendas de bicicletas y en algunas tiendas de descuento, tiendas por departamentos y jugueterías. Vienen en tamaños y estilos para adultos, niños pequeños y niños mayores. No revenda, done ni compre un casco de bicicleta usado porque puede ser demasiado viejo como para brindar protección o puede haber estado en un choque.

American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™



SUPPORTED BY A GRANT FROM PFIZER CONSUMER HEALTHCARE, MAKERS OF NEOSPORIN®

(sigue al reverso)

## ¿Cuáles son los méritos de los dos tipos de casco, de cubierta dura y de cubierta suave?

La parte esencial del casco para la protección contra impactos consiste en una capa gruesa de espuma de plástico de poliestireno firme, la cual se comprime durante el impacto, absorbiendo la fuerza del impacto. Todos los cascos deben tener una correa para el mentón, de tal modo que se mantenga en su lugar durante un impacto.

**Los cascos de cubierta dura** también tienen una capa exterior dura de plástico o fibra de vidrio, la cual ofrece protección contra la penetración de objetos puntiagudos y sujeta el poliestireno si se llegara a agrietar en una caída o en un impacto. Este tipo de cascos es más sólido, pero tiende a ser más pesado y caliente que los modelos de cascos de concha suave.

**Los cascos de cubierta suave** no tienen una capa exterior dura, pero están hechos de una capa de poliestireno muy gruesa, cubierta con tela o con un recubrimiento superficial. La cubierta de tela es una parte esencial de muchos de los cascos de cubierta suave. Si el casco tiene una cubierta, siempre habrá que dejarla puesta para que sujete el casco si el poliestireno se llegara a agrietar en un impacto. Ambos tipos de cascos cumplen con los parámetros de la CPSC; la diferencia principal radica en estilo y comodidad.

Aunque no hay un consenso en cuanto a la seguridad relativa de los dos tipos de cascos, ambos tipos de modelos han pasado las pruebas de la CPSC. Los cascos de cubierta suave son más ligeros que los cascos de cubierta dura pero podrían ser menos durables.

## ¿Cómo debe quedar un casco?

Hay que ponerse el casco exactamente sobre la parte superior de la cabeza, cubriendo la parte superior de la frente. Si está inclinado hacia atrás, no protegerá la frente. Un casco es del tamaño correcto y está bien puesto si no se mueve hacia ningún lado al estar puesto en la cabeza ni se desliza hacia abajo, frente a los ojos de quien lo use, al empujarlo o halarlo. La correa del mentón deberá estar apretada de manera que quede ajustada.

## ¿Hay cascos para los niños pequeños?

Sí. Muchos de los cascos de tamaño infantil son de cubierta suave. Son ligeros, lo cual es algo importante a considerar en el caso de los niños pequeños, quienes podrían no tener un cuello lo suficientemente fuerte como para soportar cómodamente un cubierta de concha dura. Los bebés de menos de un año de edad tienen un cuello relativamente débil. No se recomienda ponerles cascos ni llevarlos en bicicleta.

## ¿Por cuánto tiempo podrá quedarle un casco a un niño?

Los niños pequeños o más grandes pueden usar el mismo casco por varios años. La mayoría de los modelos tienen cojinetes separables que se pueden reemplazar con cojinetes de menor grosor según crezca la cabeza del niño.

## ¿Se puede usar un casco de nuevo después de un choque o impacto?

En general, hay que dejar de usar los cascos usados en un choque o caída seria. Ya han cumplido con su propósito y podrían no ofrecer una protección adecuada en otro choque. En caso de que tenga dudas sobre si el casco aún se puede usar o no, bótelo a la basura.