

LEY DE LA FLORIDA SOBRE EL USO DE CASCO PARA CICLISTAS

**A PARTIR DEL 1 DE ENERO
DE 1997, LOS NIÑOS MENORES
DE 16 AÑOS DEBEN USAR UN
CASCO PARA CICLISTAS QUE:**

ESTÉ BIEN COLOCADO

Asegúrese de que el casco esté bien ajustado
y que no se deslice.

ESTÉ SUJETADO CON UNA CORREA

Si el casco se sale no cumple su función. Ajuste la
correa y use el casco en la posición adecuada.



**¡INCORRECTO!
MUY ATRÁS**



**¡INCORRECTO!
MUY ADELANTE**



¡CORRECTO!



¡ASÍ ESTÁ BIEN!

QUE CUMPLA CON LAS NORMAS DE SEGURIDAD

Antes de comprar un casco, busque adentro la
etiqueta donde indica que cumple con las
normas de la Comisión de Seguridad de
Productos del Consumidor.



**Brain Injury Association
of Florida, Inc.**

1637 Metropolitan Blvd., Suite B
Tallahassee, Florida 32308
Telephone: 850-410-0103
www.biaf.org

HELPLINE: 800-992-3442

This brochure was printed with support from
the **Florida Department of Health-
Brain & Spinal Cord Injury Program**

CÓMO AJUSTAR Y USAR SU CASCO PARA CICLISTAS

Todos

USEN SUS CASCOS

¡Todo el tiempo!



Presentado por la
Brain Injury Association of Florida, Inc.

CINCO PASOS BÁSICOS PARA AJUSTAR EL CASCO CORRECTAMENTE

1. TOME LA MEDIDA DE SU CABEZA

Para asegurarse de que está comprando el tamaño exacto, tome la medida de su cabeza justo por encima de las cejas (o tal como lo indique el fabricante). Coloque el casco sobre la cabeza. Trate de moverlo.



4. PRUEBE EL AJUSTE

Verifique que está bien colocado. Al sacudir la cabeza debería producirse sólo un movimiento leve. La correa debe estar ajustada pero no resultar incómoda - debería poder introducir su dedo debajo de ésta.



2. AJUSTE LA MEDIDA



Ajuste la medida con las almohadillas desmontables. Posiblemente, para que le quede bien, deba combinar una almohadilla delgada con una gruesa. Sacuda el casco suavemente de un lado al otro, luego de adelante hacia atrás. No debería moverse.

3. AJUSTE LAS CORREAS

Ajuste las correas, del frente, traseras y de la barbilla, para que el casco se nivele y ajuste. Las correas del frente y trasera deben formar una "V" que se juntan debajo de la oreja. Abroche la correa.



5. AFINE EL AJUSTE

Para que ajuste bien repita los pasos 1 a 4, si es necesario. Practique abrochando y desabrochando las correas.



Y RECUERDE ...

- Cada vez que monte en bicicleta, vuelva a verificar que el casco esté bien ajustado.
- Deberá realizar ajustes debido a cambios de peinado y al largo del pelo o a medida que crece la cabeza del niño.
- Cambie el casco cuando le quede pequeño.
- Reemplace todo casco que haya sufrido daño.
- No guarde los cascos en un automóvil o garaje caluroso.

¿SABÍA QUE?

- LAS LESIONES CEREBRALES SON LA PRINCIPAL CAUSA DE MUERTE Y DISCAPACIDAD EN LOS NIÑOS ESTADOUNIDENSES.
- LAS LESIONES CEREBRALES NO TIENEN CURA - UN GOLPE EN LA CABEZA PUEDE CAMBIARLE LA VIDA PARA SIEMPRE.
- FLORIDA POSEE UNO DE LOS ÍNDICES MÁS ALTOS DE LA NACIÓN DE LESIONES Y MUERTES PRODUCIDAS POR ACCIDENTES DE BICICLETA .
- LOS CASCOS TIENEN UNA EFECTIVIDAD DEL 85% PROTEGIENDO EL CEREBRO CONTRA LESIONES.
- LA BICICLETA ES UN VEHÍCULO Y DEBEN RESPETARSE LAS MISMAS NORMAS DE TRÁNSITO QUE LOS AUTOS.

Para mayor información acerca de las leyes para ciclistas de Florida, visite www.dot.state.fl.us/safety/ped_bike/ped_bike.htm

