



Unidad de  
Promoción  
de Hábitos  
Saludables®



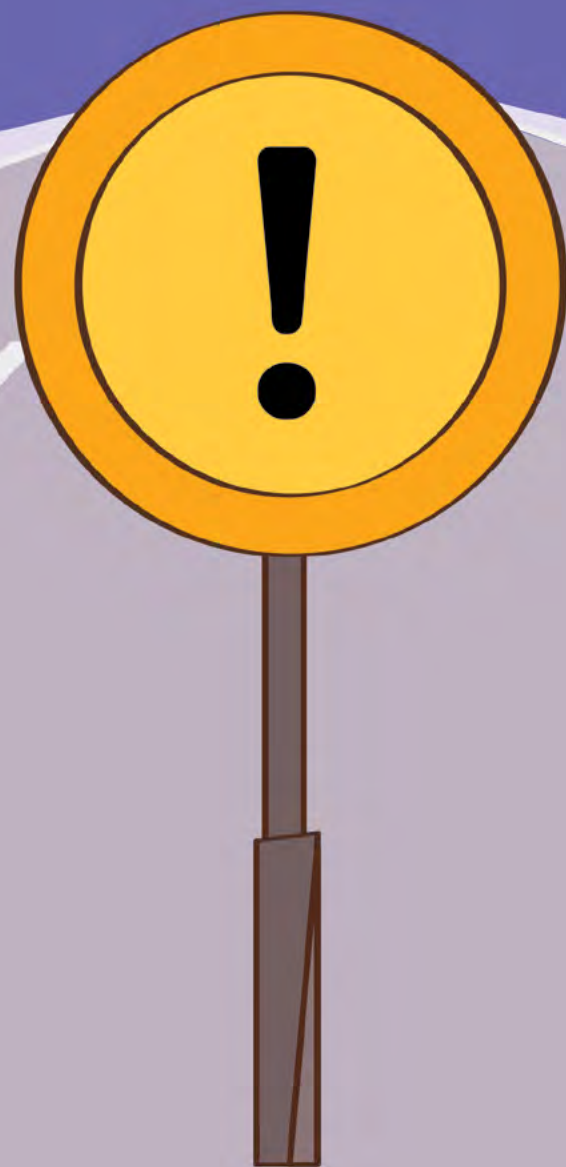
# Educación vial

En alianza con:



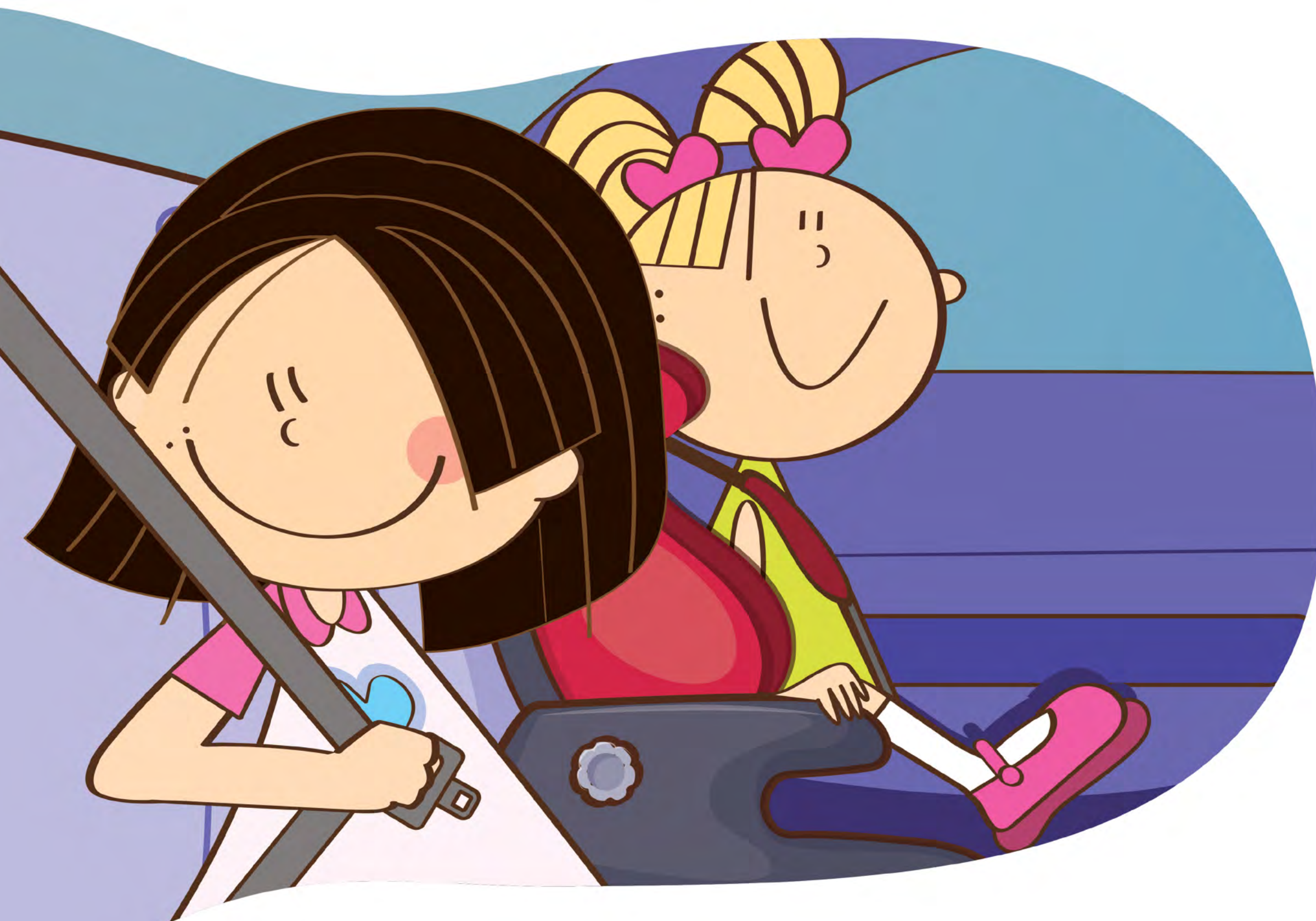
Enseñar  
**educación**  
**vial** a los niños  
forma parte del desarrollo  
personal e integral.  
Promueve la incorporación  
de normas de convivencia  
y el sentido de  
responsabilidad y respeto  
hacia los demás.





Te invitamos  
a compartir  
estos consejos  
sobre  
**seguridad  
vial.**





## En autopistas

- **Cinturón de seguridad**

Usar siempre el cinturón de seguridad en los asientos delanteros y traseros. El cinturón permite sostener el cuerpo en caso de un accidente y amortiguar los golpes.

- Los niños deben ir en el asiento trasero, sentados en butacas homologadas correspondientes a su peso y tamaño. Desde su nacimiento y hasta el primer año de edad, se recomienda que sean colocados mirando hacia atrás. Nunca deben ir en los brazos de los padres ni compartiendo el cinturón de seguridad.
- Las mascotas no pueden viajar sueltas en el vehículo ni en el asiento delantero. Deben permanecer en el asiento trasero, en jaulas o atadas con correas o cinturones que están preparados para ser ensambladas a la carrocería del auto y engancharse a la propia estructura del asiento.

## Uso del celular y alcohol

- No hablar por teléfono, ni siquiera con manos libres cuando se maneja, porque incide en la capacidad de concentración, atención y reacción del conductor. Tampoco enviar mensajes de texto y/o WhatsApp, porque este accionar obliga al conductor a manejar “a ciegas”.
- Las drogas y el alcohol disminuyen la capacidad de reacción, la visión, los reflejos y la atención, lo que representa un alto riesgo.





## Límites de velocidad y distancia entre vehículos

- Respetar los límites de velocidad máxima y mínima indicados en las señales de tránsito para cada tramo.
- Mantener distancia entre vehículos: Manejar lo suficientemente separado del vehículo que circula adelante para garantizar la posibilidad de detener o disminuir la marcha sin riesgo de impacto. La distancia reglamentaria es de 3 segundos.

## Uso de carriles y banquetas

- Respetar los carriles de circulación según cada vehículo.
- La moto ocupa un carril, el tránsito pesado debe transitar por el carril derecho, el carril rápido se utiliza sólo para sobrepaso.



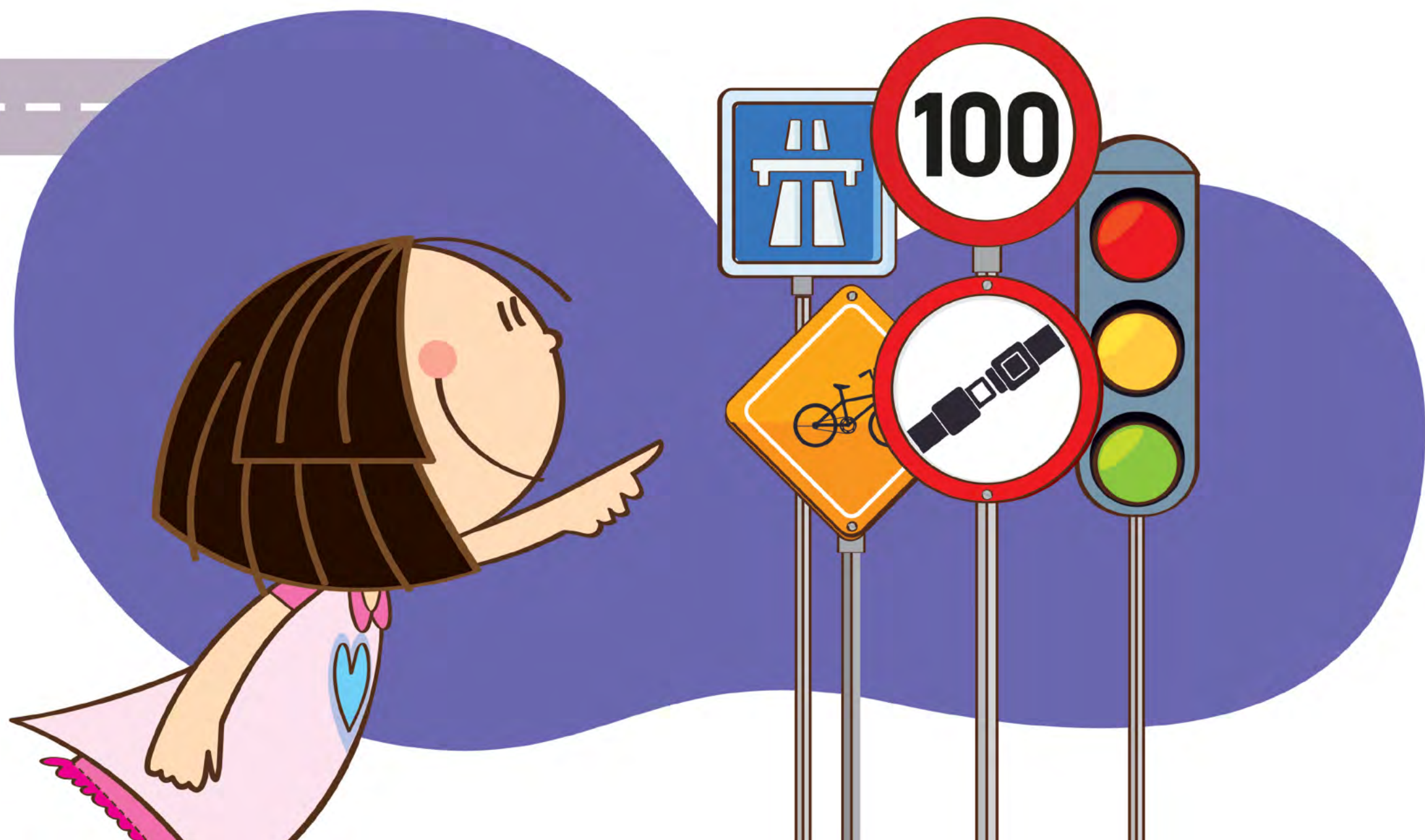
- Respecto a las banquetas, sólo deben usarse en caso extremo de detención, ante una falla mecánica o como vía de escape por emergencia.
- No debe ser usada como carril para circular o adelantarse.

## En caso extremo de detención:

Detener el vehículo sobre la banquina derecha. Abandonar el vehículo y resguardarse atrás de la defensa, antes del vehículo. Llamar desde la autopista a 140 EMERGENCIAS 24 HS.

## Uso de luces

- Usar las luces bajas las 24 horas del día.
- La luz alta: su uso es obligatorio cuando la luz natural sea insuficiente o las condiciones de visibilidad o del tránsito lo requieran.



## Respeto de las señales de tránsito

- Respetar las señales de tránsito instaladas en calles urbanas, rutas y autopistas es obligatorio, evita accidentes viales y contribuye a la fluidez del tránsito en forma eficiente.

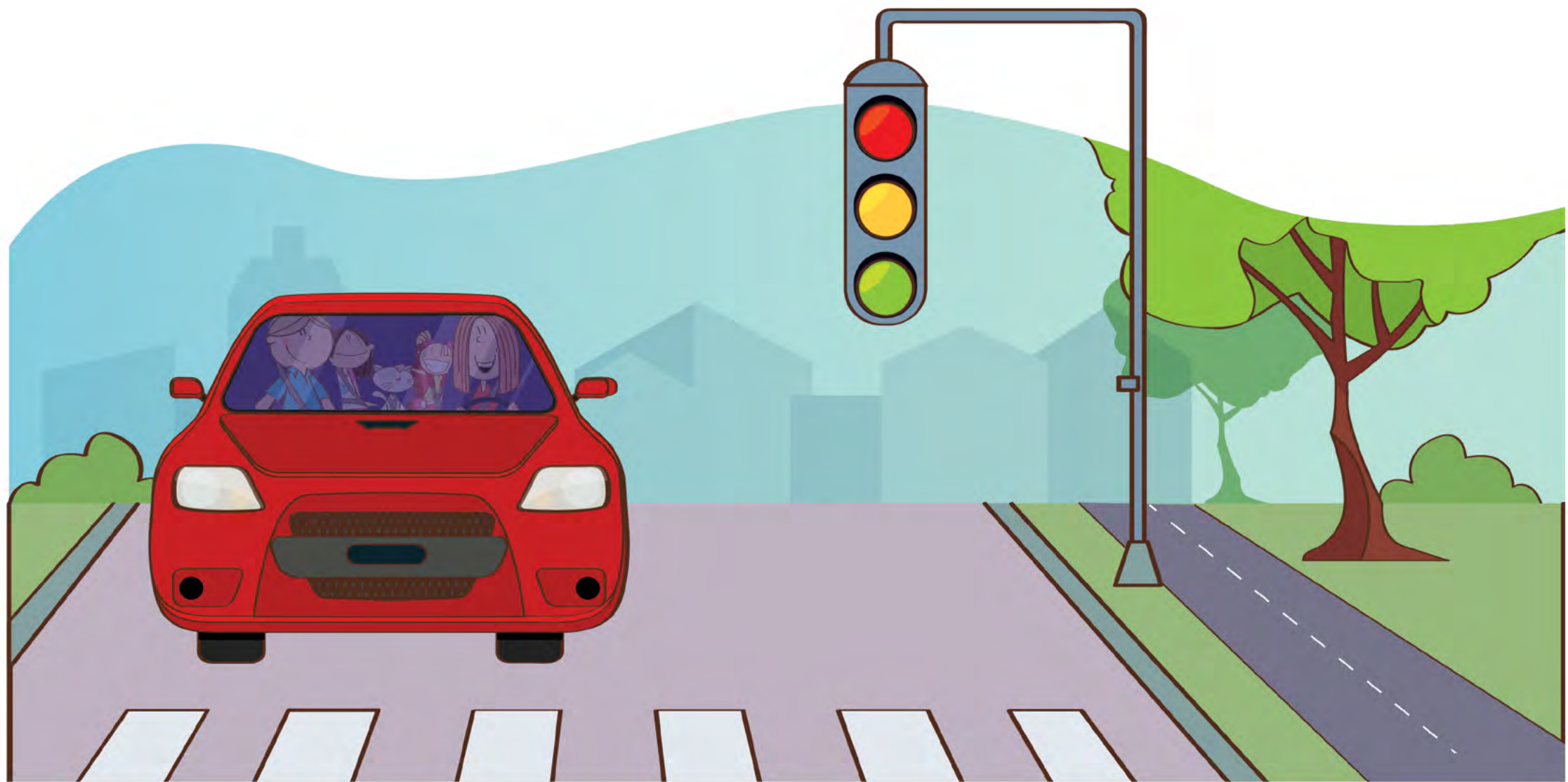
## Uso de Casco

- Es obligatorio el uso de casco cuando se viaja en moto para el conductor y su acompañante.
- Condiciones necesarias del casco:
  - No debe tener ningún golpe porque pierde la efectividad.
  - Debe estar homologado.
  - La cinta ajustable debe cerrar correctamente y estar regulada a medida.
  - El interior debe ser confortable y antialérgico.

## Los peatones no pueden circular por autopistas en ninguna circunstancia.

- Para cruzar de un lado a otro, deberán hacerlo exclusivamente a través de pasarelas peatonales o senderos señalizados establecidos para tal fin.
- Está terminantemente prohibido circular por autopistas en bicicleta o carros arrastrados por personas o animales.





## En tu barrio

### Cruce de calles

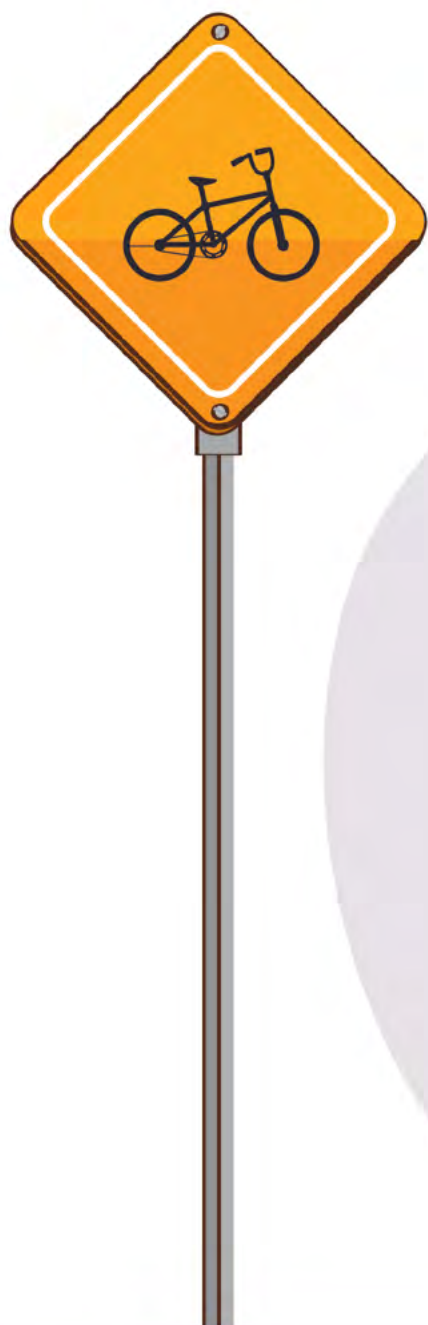
- Cruzar por las sendas peatonales o por las esquinas.
- Los niños siempre deben estar de la mano de un adulto.
- No cruzar por la mitad de la cuadra, hablando por celular, usando auriculares o distraído, sin mirar.

### Respeto del semáforo

- Es importante, en auto, bicicleta o moto, frenar con anticipación en los pasos peatonales y semáforos y conocer y respetar las señales de tránsito.

## Bicicleta

- Circular sólo por biciesendas de calles o avenidas, nunca por las veredas.
- Es importante el uso de ropas claras y materiales reflectantes (chaleco o cintas para el cuerpo y placas para las ruedas, ojos de gato en pedales y manubrio de la bici). Llevar las luces reglamentarias: blanca adelante y roja atrás. Usar siempre casco.





## Manteniendo a las familias cerca

La Asociación La Casa de Ronald McDonald está dedicada desde hace más de 30 años a desarrollar y liderar programas que impactan en la salud y el bienestar del niño y su familia. Cuenta con 11 programas en Argentina: 4 Casas Ronald; 4 Salas Familiares; 1 Unidad Pediátrica Móvil; 1 Unidad de Promoción de Hábitos Saludables; 1 Unidad de Bienestar.

Las Casas Ronald brindan alojamiento y contención a familias que tienen a sus hijos en tratamiento médico de alta complejidad en el Hospital Italiano de Bs.As., El Hospital Dr. Humberto Notti de Mendoza, el Hospital de Niños Santísima Trinidad de Córdoba y el Hospital Dr. José Penna de Bahía Blanca, y todas ellas funcionan las 24 horas del día, los 365 días del año.

Las Salas Familiares reciben a papás y mamás cuyos hijos se encuentran internados en cuidados intensivos dentro de los hospitales: Garrahan (Ciudad de Buenos Aires); Santísima Trinidad (Córdoba) y Sor María Ludovica (La Plata).

La Unidad Pediátrica Móvil brinda atención médica primaria a niños con difícil acceso al sistema de salud en diferentes comunidades del país.

La Unidad de Promoción de Hábitos Saludables brinda talleres con el objetivo de crear conciencia sobre conductas que mejoren la calidad de vida. En el 2014 comenzó a funcionar en Buenos Aires, en el 2017 en Mendoza, en el año 2018 en la ciudad de Bahía Blanca y en el año 2019 en la provincia de Córdoba y en la ciudad de La Plata.

Finalmente, en el año 2017 se presentó la Unidad de Bienestar para acompañar a los papás y mamás en el Hospital Notti de Mendoza, en el 2018 inicia sus actividades en el Hospital Dr. José Penna de Bahía Blanca y en el 2019 comienza a funcionar en el Hospital Sur Ludovica de la ciudad de La Plata y en el Hospital de Niños Santísima Trinidad de Córdoba.

Hasta el momento se han beneficiado a más de 295.000 niños y familias.

[www.casaronald.org.ar](http://www.casaronald.org.ar)





PARA MÁS CONTENIDO DE LA  
UNIDAD DE PROMOCIÓN DE HÁBITOS  
SALUDABLES **BAJÁ LA APP DE LA UPHS**



Lola Aprende  
Hábitos Jugando

