

En la moto, el casco te salva

El casco de protección es el principal elemento de seguridad pasiva del que disponen los usuarios de motocicletas y ciclomotores. Su efectividad en la prevención de fallecimientos a los motoristas se cifra en torno a un 28%. De forma similar reduce a la mitad la probabilidad de sufrir lesiones craneales entre sus usuarios y protege igualmente frente a la aparición de lesiones en la base del cráneo, fracturas y luxaciones cervicales, lesiones espinales y encefálicas.

El casco, como elemento de seguridad pasiva que es, tiende a evitar que se produzcan lesiones y, en todo caso, a disminuir su gravedad en la parte del cuerpo protegida por él, esto es, la cabeza, que es la parte más vulnerable del cuerpo humano. En este sentido las acciones tendentes a imponer y aumentar su uso se inscriben dentro del marco de las acciones secundarias de seguridad vial, esto es, aquellas tendentes no tanto a evitar los accidentes, sino a disminuir sus resultados lesivos. La diferencia entre la vida y la muerte en un accidente en motocicleta a 50 km/h depende del correcto uso del Casco. Los usuarios de motocicletas o ciclomotores, en la mayoría de los casos, no son conscientes de que son ellos mismos los más vulnerables dentro del denso tránsito de todos los días. No saben, o no se da cuenta de que ellos, a diferencia de los demás usuarios de esta jungla, no cuentan con la protección de una carrocería diseñada para resguardar a sus ocupantes, como es el caso de automóviles, colectivos, camiones, etc., ni con ningún sistema de retención que evite salir despedido ante el menor de los golpes. Son ellos mismos, con sus cuerpos, los que absorben todos los golpes tras un accidente de tránsito. Uno de los estudios más recientes realizados por el NHTSA (Organización Estatal del Tránsito Norteamericano) concluyó que el casco tiene una eficacia del 36 % en la reducción de muertes y un 67 % en la prevención de lesiones cerebrales, lo cual se refleja con el trabajo realizado por la Universidad de Wisconsin, la que registró que las fracturas de cráneo se producían 4.5 veces más en caso de no llevar casco, estimando además que el 19 % de los motociclistas muertos se hubiese salvado de haberlo usado. Con respecto al mito de que el casco limita la visión y/o la audición, hay que recordar que los cascos de motocicletas de calidad son los que cumplen con las exigentes normas de homologación de las agencias norteamericanas DOT o Snell. Con respecto a este punto, los cascos deben proporcionar una visión lateral mínima de 105° a cada lado -por lo general una persona normal posee una visión periférica de alrededor 90.3° hacia cada lado-. Sobre la audición, de acuerdo con diversos estudios realizados tanto en laboratorios como en situaciones reales, el casco no disminuye ni aumenta la capacidad auditiva, aunque sí hay una diferencia de audición. Esta se presenta a medida que aumenta la velocidad, ya que a mayor velocidad se requieren señales acústicas más altas debido al ruido generado por el viento.

PARA TENER EN CUENTA

Al comprar un casco hay que observar lo siguiente: - El casco seleccionado debe estar homologado por alguna de las entidades competentes. - El casco no debe superar los 1.550 gramos. - Es recomendable utilizar los cascos integrales, ya que éstos evitan lesiones en el rostro. - Es aconsejable que tenga colores vivos y materiales reflectantes. - El casco es de uso personal, por lo tanto a la hora de comprarlo hay que verificar correctamente la talla del mismo. - Asegurarse de que la hebilla de seguridad trabaje perfectamente y que resista tirones fuertes. - El visor debe ofrecer la máxima visibilidad posible. Su construcción debe impedir que la visión se deforme al pasar por la superficie curva y poseer un espesor mínimo de 0.8 mm y estar fabricado con materiales que no se astillen ante un accidente.

Como elegir el casco correcto para la motocicleta La elección del casco apropiado para su motocicleta puede constituir una gran diferencia; literalmente entre la vida y la muerte. Aprenda cómo elegir el mejor para usted. Pero, ¿cómo puede una persona común tomar la decisión correcta acerca de la clase de cascos que dan la mejor protección? Hay tantas marcas, modelos y estilos que a veces tener tanta información es peor que no conocer nada sobre el tema. Las pruebas han demostrado que es perfectamente posible sufrir una herida fatal al caer incluso de una moto estacionada si se golpea su desprotegida cabeza contra el cordón de la vereda, entonces elegir el casco adecuado es importante. ¿Pero cuál? La clase de información que se necesita para tomar esta clase de decisión requiere de alguien que mire el conjunto total de choques de motos, observe el daño en el casco de la moto, señale cuál fue el punto de impacto ocurrido y ponga la información en formularios que permitan a los motociclistas comunes (como usted y yo) tomar la decisión por ellos mismos. Pero la buena noticia es que, si usted observa con detenimiento, la información está disponible. Se llevó a cabo un estudio hace unos pocos años sobre el daño producido a los cascos usados por los motociclistas involucrados en accidentes, realizado por Deitmar Otte en la Medizinische Hochschule de Hannover (Alemania). Su análisis fue extremadamente detallado e importante. Lo que vamos a hacer es contarles en pocas palabras qué partes de su cabeza son más probables de ser heridas en un accidente de moto, basado en los descubrimientos del Sr. Otte. El resto se lo dejo a su arbitrio. Tome un casco de motocicleta y mírelo desde el frente. Ahora imagine que está dividido en tres secciones: la superior (el área del cráneo), la media (el área más cubierta por el visor) y la inferior (la que cubre toda la cara, que sería el área de la mejilla). Si usted estuvo involucrado en un accidente de moto y golpeó su cabeza puede tener el 35% de posibilidades de que el impacto ocurra en el área de la mejilla, 10% en el área del visor y 22% de posibilidades de que el impacto ocurra en el área frontal del cráneo. Ahora gire el casco. Mirándolo por atrás, divídalo en dos por debajo del medio. En un accidente, si golpea su cabeza, tiene un 16% de posibilidades de que el impacto ocurra en la parte de atrás de su cabeza en el lado izquierdo y un 17% de posibilidades de que el impacto ocurra en la parte de atrás del lado derecho.

Conclusiones - Los cascos más seguros son los que cubren toda la cara. - Los segundos más seguros serían los cascos tres cuartos con visores. - Los terceros serían los cascos sin visores, o "medio casco". Hay muchas razones por las cuales la gente debe usar cascos. Sin embargo, si la seguridad es su principal consideración, entonces eche un vistazo a los cascos que protegen toda la cara, tómese un tiempo y encuentre uno que pueda usar cómodamente en cada paseo.

EL CASCO UN !!SEGURO DE VIDA!! ANTE CUALQUIER ACCIDENTE IMPORTANCIA Y ALGUNAS ESTADISTICAS USAR O NO USAR EL CASCO, UN DAÑO CEREBRAL O LA MUERTE PUEDE SER LA DIFERENCIA. Comprar un casco es semejante a comprar un seguro

de gastos médicos o de auto, se adquiere con la esperanza de que nunca sea ocupado para el principal fin por el cual fue creado que es protegernos de la muerte o un daño cerebral ante un accidente y normalmente se le da el valor o se valora lo que se paga por el casco, después de ver en un accidente que fue éste el que se rompió y no nuestra cabeza. Estadísticas nos muestran que de cada 10 accidentes 7 de los afectados resultaban seriamente lesionados o muertos por no contar con casco al momento del siniestro esto nos muestra la grave ausencia del uso del casco a pesar de las leyes que lo obligan a utilizarlo o los grandes beneficios de tenerlo puesto al momento de tener una caída en la moto. Según el consejo nacional para la prevención de accidentes las probabilidades de morir en un accidente se incrementan 15 veces cuando se tripula una motocicleta, la protección que ocupa el casco disminuye las posibilidades de morir hasta un 45% y las de sufrir lesiones graves hasta en un 65%. Por lo tanto no hay nada más cierto que en caso de accidente, el casco es el único elemento de protección capaz de evitar las lesiones en la cabeza, sin duda las más graves. Su uso reduce las muertes en un tercio y evita dos de cada tres lesiones cerebrales, este tipo de lesiones produce el 85% de los muertos y la mitad de los heridos de los accidentes en moto. Si acabas de comprar una moto y es tu primera vez pues que más te puedo decir ahí te dejo una pequeñita muestra de lo que dicen las estadísticas acerca de la importancia de usar casco y si ya tienes una moto pues bien solo es un recordatorio que espero te haga reflexionar ya sea que en la próxima ocasión que te subas a la moto sea con un casco o evalúes la posibilidad de cambiarlo tu viejo casco que te ha servido para evitar molestias con la ley, por un verdadero seguro de vida. ADEMÁS DE PROTEJER TU CABEZA QUE MÁS HACE EL CASCO POR TI : _ Un buen casco hace conducir tu motocicleta más cómodo. _ Disminuye el ruido constate en tus oídos. _ La molestia del viento en tu cara y desvía insectos y otros objetos que vuelan con el viento. _ Contribuye al confort cuando las condiciones climáticas son adversas y disminuye la fatiga del motociclista. LOS COMPONENTES DEL CASCO Y COMO FUNCIONAN. Cuatro componentes trabajan juntos para proteger: 1.- CONCHA EXTERIOR.- Es usualmente construida de una fibra reforzante de termoplásticos como policarbonato, este es un material bien duro pero diseñado con el propósito de dispersar la energía del impacto para disminuir la fuerza antes de que llegue a tu cabeza. 2.- CONCHA INTERNA.- Es usualmente construida de poliestireno. Éste es un colchón que forma una capa densa, absorbe el choque en el momento que el casco para y tu cabeza tiende a seguir moviéndose por la inercia se autodestruye si el choque es intenso al desviar las fuerzas del impacto a través del material del casco. 3.- RELLENO CONFORTABLE.- Es el esterofan que se encuentra cerca de tu cabeza. Éste ayuda a mantenerte cómodo y ayuda a que el casco te quede justo. en algunos casos, este relleno puede ser removido por labores de limpieza 4.- SISTEMA DE RETENCIÓN O CORREA A TRAVÉS DE TU BARBILLA.- Ésta es la pieza que mantiene el casco ajustado a tu cabeza en caso de accidente. Conducir una motocicleta sin las correas bien ajustadas es como conducir tu auto sin cinturón de seguridad. SELECCIÓN DEL CASCO Sin lugar a dudas el factor más importante al momento de seleccionar un casco es definitivamente la SEGURIDAD, esta estando primero que el diseño e imagen del casco. Un casco que cubra toda tu cabeza te da mayor protección debido a que cubre toda tu cara, existen cascos que cubren toda tu cara pero tienen movilidad, son cascos con gran protección y una gran opción de confort pues pueden abatirse dejando toda la cara descubierta. Un casco de tres cuartos que no cubre la cara es también de preferencia para muchos conductores de motocicleta, esta clase de cascos es construida con la misma clase de elementos de un casco cerrado, pero no ofrecen la misma protección a la cara y a la barbilla. Si prefieres usar un casco sin protección para la cara, el casco debe de tener una mica que se pueda sujetar en el frente cuando manejes, si no tiene mica te recomiendo adquieras algunas gafas que puedan resistir el impacto de una piedra y que se ajusten perfectamente a la cara para que no salgan volando con el viento, contando éstas también con algún sistema de ventilación. Cascos que cubren la mitad de la cabeza protegen la cabeza a un menos, además esta clase de cascos tiene más probabilidades de desprenderse al impacto. PENSANDO EN LA SEGURIDAD AL MOMENTO DE SELECCIONAR UN CASCO La mejor manera para escoger un casco es asegurarse de que satisfice los requisitos mínimos de seguridad. El precio no significa que un casco es mejor que otro el precio puede reflejar solamente que uno está hecho a mano y el otro fue fabricado con una maquina. Además el precio puede que refleje algunos detalles del estilo, de la pintura o de un sistema de ventilación. La mejor manera de encontrar un casco seguro es buscar las etiquetas DOT (Department of transportation) Ó SNELL (Snell Memorial Foundation) que están adheridas dentro o fuera del casco siendo los más comunes a nivel mundial y en el caso de México. También podemos encontrar otras etiquetas según el país de origen que certifican seguridad, por ejemplo en el caso de Argentina los cascos que cumplen con las normas de seguridad tienen la etiqueta del Instituto Nacional de Tecnología Industrial de ese país que avala que los cascos han pasado por las normas de seguridad. La etiqueta DOT (Department of transportation) o certificación DOT se requiere por la ley de los Estados Unidos para todos los cascos para motocicletas que se venden en aquel país. Las etiquetas tanto DOT como Snell significan que el casco satisface las reglas de seguridad de estas agencias. Cada organismo tanto DOT, SNELL y otros organismos internacionales de seguridad en cascos, hacen pruebas rigurosas de seguridad a los cascos principalmente en los siguientes cuatro puntos: A) IMPACTO: La capacidad de absorber el choque que tiene el casco. B) PENETRACIÓN: La habilidad del casco para resistir un golpe de un objeto afilado. C) RETENCIÓN: La habilidad de la correa de la barbilla para mantenerse atada sin romperse o estirarse. D) VISIÓN PERIFÉRICA: El casco debe proporcionar un mínimo de visión lateral de 105.5 grados a cada lado. Normalmente la visión periférica de la mayoría de las personas es aproximadamente 90.25 grados a cada lado. En caso de que el casco que vas a comprar no tiene ninguna etiqueta como la DOT. SNELL o de otro organismo y no tienes otra opción puedes utilizar como guía el verificar los 4 componentes de los cascos antes mencionados y evaluar los puntos referentes a las pruebas que realizan las instituciones certificadoras de seguridad. Pero definitivamente la recomendación es que tenga la etiqueta DOT Ó SNELL. El uso de las reglas SNELL para los fabricantes es completamente voluntaria, pero las reglas DOT son obligatorias en los Estados Unidos, las reglas SNELL son de alta calidad y son revisadas cada vez que la tecnología de los diseños mejora. Ambas agencias tanto DOT como SNELL intentan reproducir las condiciones de pruebas de situaciones peligrosas para los motociclistas. Sus métodos de pruebas difieren, pero la meta

es la misma: asegurar que cualquier casco que sea aprobado, tenga un mínimo de absorción que le pueda salvar la vida al piloto.

ENCONTRANDO TU MEDIDA Encuentra el casco de tamaño correcto toma las medidas de tu cabeza en la circunferencia más grande - normalmente justamente encima de las cejas y alrededor de la parte trasera de tu cabeza, hazlo varias veces y escoge la medida más grande. Las medidas más comunes son las siguientes: **MEDIANA** : Corresponde a los que les arrojo el resultado de la medición 57cm a 58cm **LARGA**: Corresponde a los que les arrojo el resultado de la medición 59cm a 60cm **EXTRALARGA** Corresponde a los que les arrojo el resultado de la medición 61cm a 62cm

PONIENDOTE EL CASCO Sostén el casco por las correas de la barbilla. El fondo del casco debe estar enfrente de ti con el frente del casco apuntando hacia abajo, pon los dedos pulgares en el interior de las correas, balanceando el casco con las puntas de los dedos, separa los lados del casco, desliza el casco en la cabeza. Asegúrate de que el casco te quede exactamente en la cabeza, no debe de estar hacia atrás, los rellenos deben tocar las mejillas sin que te presione con incomodidad, no debe de haber espacio entre la sien y los rellenos del frente de las cejas, si el casco tiene relleno en la parte de atrás del cuello, no debe presionar la parte posterior de la cabeza, en los cascos cerrados, empuja la parte de enfrente de la barbilla, el casco ni la visera, deben tocar tu nariz o la barbilla. Cuando el casco esta ajustado en tu cabeza con las correas ajustadas, muévelo de lado a lado y de arriba abajo con las manos, si té queda correctamente tu cuero cabelludo debe moverse al mismo tiempo, el casco puede causarte una pequeña presión en la cabeza, también recuerda que este tipo de accesorios dan un poco de sí con el uso, esto quiere decir que el casco debe de estar lo más ajustado que uno pueda soportar confortablemente.

INFORMACIÓN PARA EL MANTENIMIENTO Y CUIDADO DEL CASCO

1. - Usa el jabón más suave para hacer la limpieza de tu casco. Evita cualquier liquido de limpieza basado en petróleo, sobre todo si tienen un casco de polycarbonatos, exponer el casco a agentes de limpieza fuertes podría causar que el casco se descomponga y pierda sus valores protectores.
2. - Debes de mantener la mica de protección limpia, normalmente el uso de jabón suave y agua con un paño de tela suave serán suficientes. Si hay algún rasguño en la mica protectora del rostro deberás de reemplazarlas esto puede generar una falla en la visión y provocarte un accidente.
3. - El casco puede parecer un artículo fuerte pero este debe de manejarse como un artículo fragil recuerda que el no cuidarlo hace que pueda perder sus facultades protectoras por eso evita lo siguiente: dejarlo caer en superficies duras, guardar el casco cerca de gasolina o fluidos de limpieza de humos nocivos o del calor excesivo los materiales pueden reaccionar químicamente a estos factores y los daños causados de esta manera pueden ser notables, aunque en la mayoría de los casos son invisibles ala vista.
4. - Nunca coloques tu casco en los espejos de tu motocicleta o en las señales de intermitentes, ya que pueden dañar el relleno. Si el casco ésta sujeto cerca del motor o de otras partes con altas temperaturas, puede dañarse la zona expuesta al calor. El casco exterior puede que no muestre los daños de una forma visible, pero si tu haz visto cómo el poliestireno se deforma cuando ésta cerca del calor, entonces sabrás lo que sucede. Cuando te quites el casco busca un lugar seguro donde colocarlo
5. - Si tienes planeado utilizar un radio o un intercomunicador mientras conduces, busca un modelo que no requiera que se le haga alguna perforación al casco.

REEMPLAZO DEL CASCO Es muy recomendable realizar el reemplazo de tu casco si ya sufrió algún accidente por mínimo que este haya sido, recuerda que ante cualquier impacto se ve reducida la capacidad de absorber futuros golpes, las recomendaciones de los fabricantes del cambio del casco va de dos a cuatro años. Puede pasar más del tiempo recomendado para hacer el cambio de tu casco y este puede que nunca haya sufrido ningún daño y hayas hecho el mantenimiento y tenido los cuidados necesarios, pero recuerda que el uso constante, la exposición al medio ambiente y todo lo que implica el uso con el tiempo va debilitando las cualidades protectoras del casco, tal ves además de estos motivos para cambiar un casco, lo que puede resultar de mayor beneficio el estar actualizando tu casco es que cada año los fabricantes y las diferentes instituciones que certifican la seguridad del casco trabajan duro en sacar al mercado cascos con tecnologías nuevas para una mayor protección. Usar un casco cada ves que nos subimos a una motocicleta recuerda que nos alejamos casi en un 80% a sufrir una infracción de tránsito, una daño cerebral o la muerte. "Como dice por ahí un comercial: ""hay cosas por las cuales vale la pena jugarce la vida, no usar casco cuando usas tu moto no es una de ellas."" Espero que esta guía te haya sido de utilidad por lo menos para iniciar la búsqueda de tu casco y si tienes alguna duda adicional te recomiendo preguntársela a tu proveedor o consultar a un BIKER responsable. Fuentes:

- GUERREROBIKER
- CESVI Argentina (Centro de Experimentación y Seguridad Vial)

- <http://iblnews.com/>