



El casco es el mejor elemento de protección para motoristas descubierto hasta ahora, tanto para el conductor como para el acompañante, pues está diseñado para proteger el órgano más importante y complejo del cuerpo humano: **el cerebro**. Por este motivo nunca se debe subir a un vehículo de dos ruedas sin llevar un casco en la cabeza. Las estadísticas son claras: **el 80% de los muertos** en vehículos de dos ruedas **lo fueron por golpes en la cabeza**.

## ➔ ¿Cuáles son los beneficios del uso del casco?:

Quando te golpeas la cabeza, las fuerzas violentas de la aceleración se concentran sobre el cerebro y pueden dar lugar a deformaciones a través del tejido fino del cerebro, el principal objetivo del casco es minimizar esa distorsión. La brutalidad de algunos golpes es tal que incluso aunque no haya fractura de cráneo se puede producir una lesión funcional en el cerebro (por ejemplo, trastornos o déficits en la memoria).

El casco en caso de accidente tiene **enormes ventajas para la seguridad**, entre las que se podrían destacar las siguientes:

- **Evita los golpes directos de la cabeza** con el pavimento, con otros vehículos o con elementos contundentes, **lo que muchas veces resulta directamente mortal**.
- **Evita que penetren en la cabeza objetos extraños** como piedras, hierros, objetos cortantes, etc..., especialmente si llevas la visera bajada.
- **Absorbe parte de la energía del impacto y la distribuye por toda la estructura**, evitando que se concentre con fuerza en una parte concreta de la cabeza, lo que podría resultar mortal.
- **Evita la abrasión que sufriría la cara y la cabeza**, en caso de no llevarlo, **al arrastrarse por el pavimento**.



## Recuerda que:

Gracias a estas ventajas, según todas las estadísticas, **el casco reduce a la mitad la probabilidad de sufrir lesiones en la cabeza**, y **de tres a nueve veces la posibilidad de que éstas sean mortales**.



Plan General de Actividades Preventivas 2020

## ➔ ¿Cómo elegir la talla adecuada de casco?:

- Para conocer la talla más apropiada, **rodea tu cabeza con una cinta métrica** por encima de las cejas y del borde superior de las orejas. **La medida, en centímetros, se corresponde con la talla de casco.** Por ejemplo: 54 cm equivalen a una talla 54.
- Con el casco puesto, muévelo con las manos de un lado a otro. Al hacerlo debes sentir que tu piel se mueve con el casco. **Si el casco “baila”** al hacer este movimiento, significa que **la talla es demasiado grande.**
- En caso de duda entre dos tallas, **elige la que te quede más ajustada**, pues el almohadillado interior suele ceder un poco con el uso, el sudor o el paso del tiempo.



## ➔ ¿Cuándo debe cambiarse el casco?:

- **Si el casco recibe un golpe, tras un accidente o simplemente al caerse al suelo desde una altura superior a 1'50 metros**, puede sufrir daños en su estructura sin que se noten externamente. En ese caso, ya no te protegerá adecuadamente si tienes un accidente. Lo mejor entonces es cambiarlo.
- **Los cascos deben estar homologados** según la **norma europea ECE22** y han de llevar cosida en su interior la etiqueta de homologación.
- **Si un casco no está homologado**, su estructura, resistencia, materiales, etc., no han sido comprobados ante impactos y, por tanto, **se desconoce** su capacidad para absorber energía y en definitiva **su eficacia para salvarte la vida.**
- **No comprar cascos de segunda mano**, ya que no se puede saber si ha pasado por algún accidente o si tiene algún daño oculto que limite sus funciones.
- **Los cascos de moto tienen fecha de caducidad**, y hay que cambiarlos cuando se alcanza la misma (los fabricantes de cascos de moto suelen situar el periodo de vida útil de un casco **entre cinco y ocho años**).



**Recuerda:** el **casco** es el principal elemento de seguridad pasiva del motorista, llévalo **siempre puesto y bien abrochado** al circular