



www.italy-ontheroad.it

HEADREST



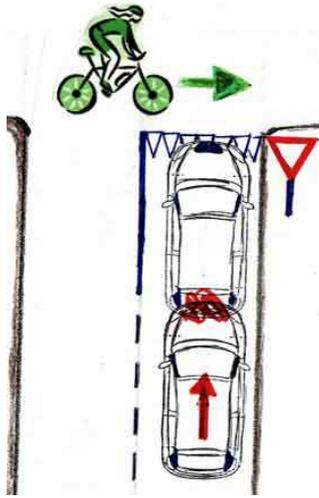
Poggiatesta

Informazioni generali e consigli.



L' incidente stradale più diffuso è il tamponamento: un urto sulla parte posteriore del veicolo, ricevuto da un altro veicolo.

Risulta sia la maggioranza degli incidenti stradali, di gran lunga superiore agli scontri frontali ed agli scontri laterali.



TAMPONAMENTO



Il Poggiatesta serve ad evitare o diminuire le **lesioni alla colonna cervicale**, cioè il **COLPO DI FRUSTA**, durante un incidente stradale, principalmente il tamponamento.

Nel tamponamento c'è una velocità di spinta che si riceve, chiamata **DELTA V**.

Se un veicolo è fermo (es. ad un semaforo) e riceve un urto, da tergo, da parte di un veicolo che circola a Km/h 25, il **DELTA V** è di Km/h 12. Pare che tra 0 e 25 Km/h si verificano il maggior numero di lesioni al collo.

Nelle collisioni a bassa velocità è possibile che i veicoli non riportino danni materiali, mentre i passeggeri ricevono il colpo di frusta.

Risulta che i danni al collo costituiscano circa il 70% delle richieste di risarcimento; circa il 60% dei premi assicurativi viene impiegato per risarcire questi danni.

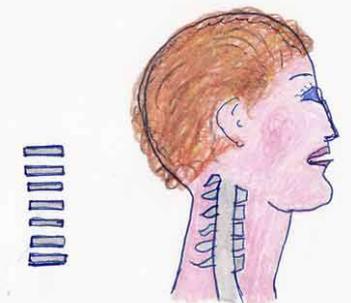
Durante l'incidente stradale del tamponamento sia il conducente del veicolo che i passeggeri, il cui poggiatesta non c'è oppure è regolato in modo sbagliato, vengono esposti ad un grave pericolo.

In caso di tamponamento la testa viene accelerata violentemente all'indietro e la colonna cervicale (collo) subisce un'ipertensione.

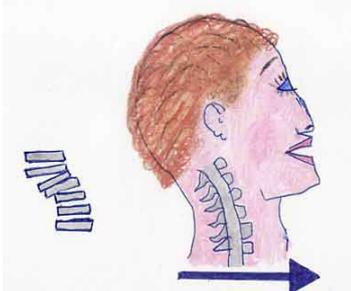
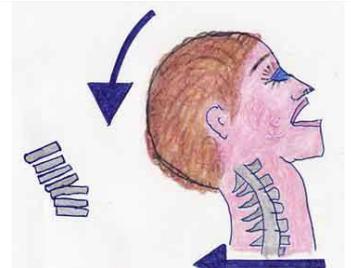
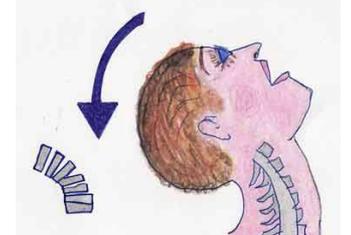
Quindi si ha un'estensione ed una flessione della testa.

Di conseguenza, possono danneggiarsi tutti i componenti della colonna cervicale: ossa, tendini, muscoli, legamenti, circuiti nervosi e vasi.

E' molto importante usare il Poggiatesta e regolare la posizione corretta.

	<p>Durante la guida, la colonna cervicale, in posizione normale.</p> <p>(Prima di un tamponamento).</p>
---	---

COSA SUCCEDDE DURANTE UN TAMPONAMENTO, in pochi decimi di secondo.

	<p>La testa è ancora ferma mentre il corpo, a causa del violento urto da dietro, viene accelerato in avanti.</p>
	<p>La testa si piega indietro, mentre la parte superiore della colonna cervicale NON è più tesa.</p>
	<p>Vi è un'ulteriore estensione del collo che rallenta il movimento rotatorio della testa.</p>

Il Poggiatesta impedisce la flessione all'indietro della testa. Il Poggiatesta è utile anche negli urti frontali perché blocca la testa nel movimento di rimbalzo all'indietro che, insieme a tutto il corpo, compie dopo aver finito l'impatto contro la cintura di sicurezza.

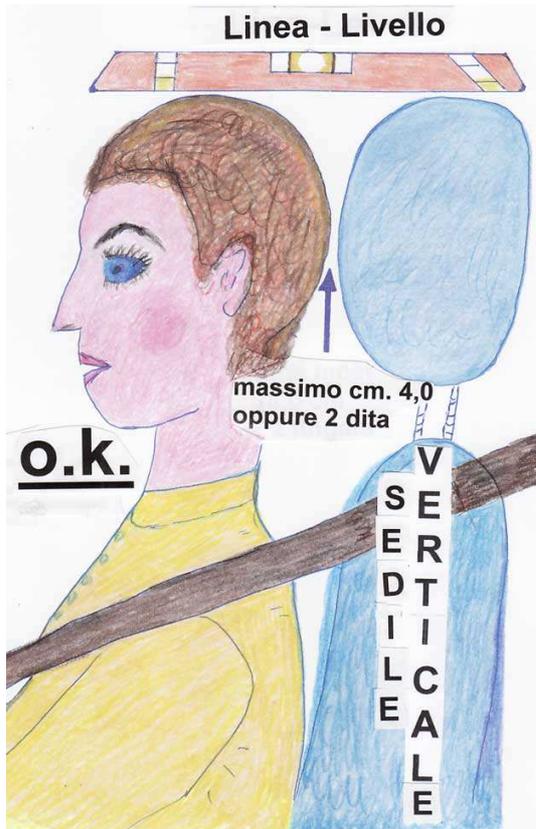
SINTOMI del COLPO DI FRUSTA.

I sintomi più diffusi del colpo di frusta sono: mal di testa, debolezza della concentrazione, capogiri, malessere e disturbi visivi.

Come si regola il Poggiatesta

Risulta che almeno il 60% degli automobilisti NON regolano in modo corretto il Poggiatesta.

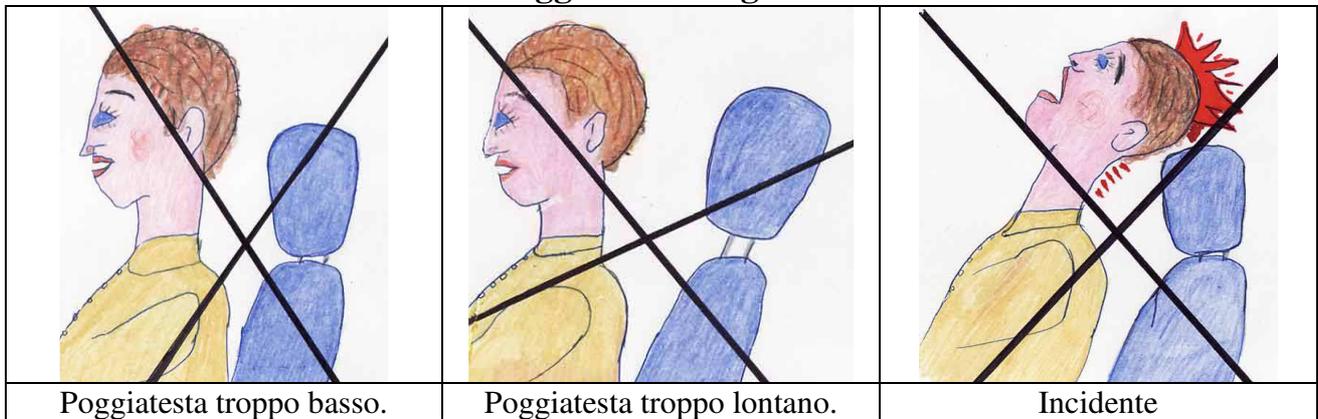
Se il Poggiatesta è regolato bene, in caso di tamponamento, la lesione fisica si riduce di gravità. Pare che il 28% dei danni al collo si potrebbe evitare con una regolazione corretta del Poggiatesta.



- 1) Lo SCHIENALE o SEDILE: deve essere posizionato il più verticale possibile.
- 2) L' ALTEZZA del Poggiatesta: deve esserci un' (immaginaria) linea orizzontale tra il bordo superiore del Poggiatesta e l'angolo superiore della testa. Ricorda che la regolazione deve essere RESISTENTE: non deve abbassarsi con un'energica spinta dall'alto (non è di buona qualità e serve poco in caso di incidente).
- 3) Regolazione della DISTANZA. Consiglio di aver la MINOR DISTANZA possibile tra la testa ed il Poggiatesta: al massimo cm.4,00 oppure 2 dita.

Se utilizzi un veicolo in cui il Poggiatesta non può essere regolato, trova la posizione migliore.

Poggiatesta sbagliato.



Consiglio: prima di partire, controllare se il Poggiatesta è regolato in modo corretto. E' importante regolare in modo corretto TUTTI i Poggiatesta, anche del trasportato anteriore e dei trasportati posteriori: anche loro, in caso di tamponamento, subiscono danni alla colonna cervicale.



Cinture allacciate e Poggiatesta ben regolati per tutti, bambini nei rispettivi seggiolini.

Ricorda che l'Airbag è efficace solo con la cintura allacciata.

Consiglio: in caso di fermata, guardare nello specchio retrovisore. Qualora il veicolo che segue da tergo, si presume, NON possa fermarsi in tempo, consiglio di premere a fondo il pedale del freno, avvisare i trasportati, sguardo in avanti e sprofondare schiena nel sedile e testa in appoggio.

Mantieni sempre la distanza di sicurezza.

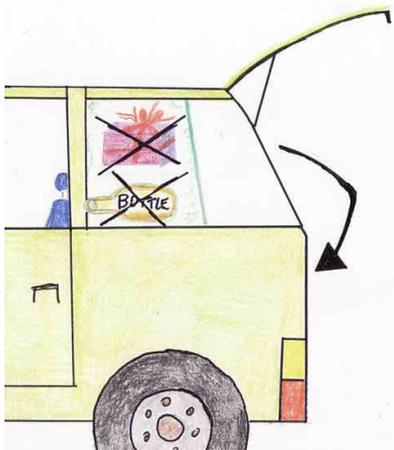
Con una buona distanza di sicurezza si possono evitare brusche frenate, quindi diminuisce il pericolo di tamponamenti.

Inutile ricordare il costo sociale molto elevato dei traumi: meglio prevenire che curare.

Un Poggiatesta ben regolato riduce l'incidenza dei traumi anche del 20% e, anche quando si verificano, sono di minore gravità.

Quando acquisti un autoveicolo, **consiglio** di controllare che il Poggiatesta possa essere regolato in maniera ottimale: può evitare, in caso di tamponamento, lesioni alla colonna cervicale (colpo di frusta). Alcuni dei veicoli più moderni presentano il Poggiatesta ATTIVO, più comodo ed efficace: è un'estensione del concetto di sedile WIL; lo schienale ed il Poggiatesta, simultaneamente, avvolgono la testa e parte del corpo.

Durante il tamponamento, a causa dell'urto, il corpo preme contro lo schienale del sedile, si aziona una leva (che è dentro all'imbottitura) la quale fa alzare ed avanzare il Poggiatesta di alcuni centimetri, il sedile avvolge ai lati e vengono così ridotti i rischi di lesioni alla colonna cervicale.



Consiglio, infine, di NON lasciare oggetti (bottiglie, pacchetti, ecc) sulla cappelliera. E' preferibile sistemare gli oggetti nel portabagagli e fissarli in modo che non si muovano (disturbano l'attenzione del conducente). In caso di incidente un oggetto sulla cappelliera, viene proiettato in avanti rischiando di fuoriuscire dal vetro anteriore, può anche colpire i trasportati.

Anche un grosso oggetto (es. valigia) posto dietro al conducente, in caso di violenta frenata, può impattarsi contro lo schienale, piegarlo e/o recare pregiudizio alla guida.

Mi raccomando, ricorda sempre: cinture ben allacciate, poggiatesta ben regolato, prudenza, calma, sguardo d'insieme, velocità moderata e distanza di sicurezza.



Buon Viaggio ☺

Manuela Bellelli

*Up dated:
23 August 2007*

*Riproduzione gradita
con indicazione della fonte.*

Bibliografia:

www.aci.it, www.allaguida.it, www.sicurauto.it,
www.upi.ch; www.tcs.ch (non è possibile inviare
materiale fuori alla Svizzera).