Desplazamientos seguros

El verano pasado hubo más de **90 millones de desplazamientos por carretera** y este verano se espera una cifra similar, dejando un balance de unos **210 accidentes con víctimas mortales.**

Para reducir los accidentes y sus consecuencias es necesario tener una **actitud responsable frente al tráfico y unos conocimientos adecuados de seguridad vial** y conducir en todo momento con la máxima seguridad.

FACTOR HUMANO

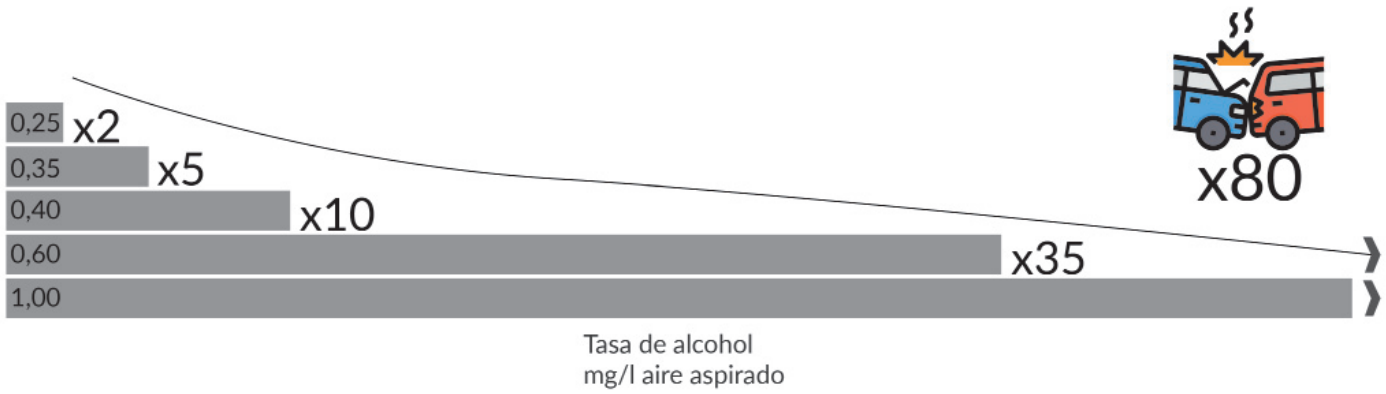
Dentro del factor humano, se pueden destacar el alcohol, las drogas, las distracciones y la velocidad, como desencadenantes de los siniestros viales. Vamos a analizarlos:

Alcohol y drogas

En más de un 50 % de los accidentes se encuentran implicados las drogas y el alcohol.

Tasa más segura para conducir 0,0.

La probabilidad de accidente aumenta proporcionalmente al consumo de alcohol.



Medicamentos

Para aumentar la seguridad:

- No automedicarnos.
- No mezclar los medicamentos con alcohol.
- Consultar el prospecto o al médico o farmacéutico.
- Seguir las indicaciones sobre dosis y horarios.
- Algunos medicamentos sin receta y medicinas naturales también pueden afectar negativamente.

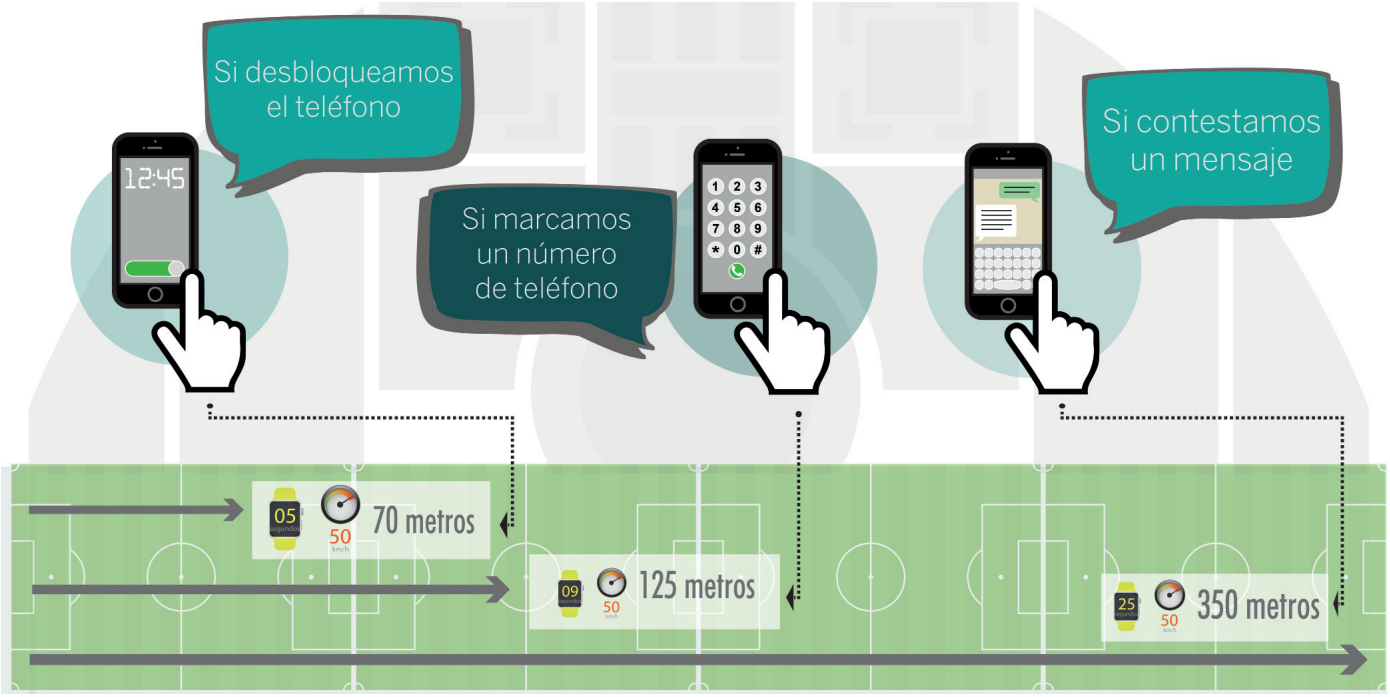
Conducción:
Ver prospecto

Los medicamentos que pueden afectar de forma negativa en la conducción deben llevar advertencia en el envase.

Distracciones

- Se dejan de percibir peligros y gran cantidad de señales.
- Se altera la conducción
- Deficiente uso del manejo del vehículo (marchas, señalización, volante…).
- Cambios de velocidad, disminuye la distancia de seguridad.
- Aumenta el tiempo de reacción, frenazos repentinos, salida de la vía...

El móvil es lo que más distracciones produce.

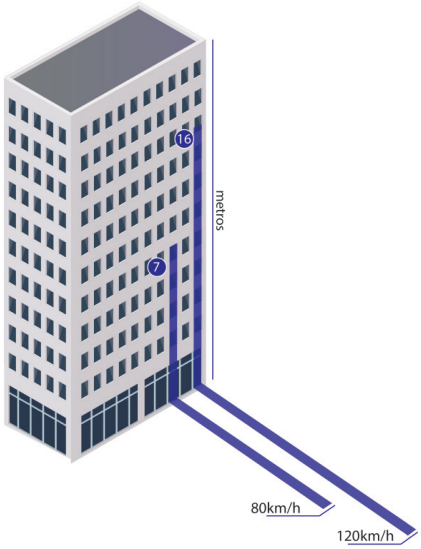


Velocidad

A **80 km/h chocar contra un vehículo es igual que** caer desde una altura de 26 metros o 7 pisos de altura.

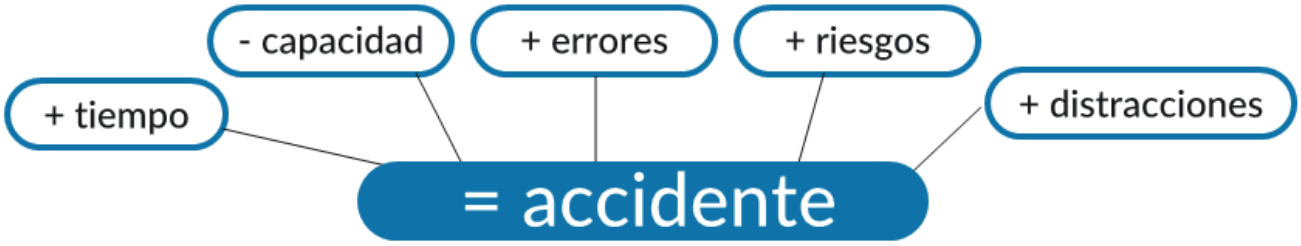
A **120 km/h chocar contra un vehículo es igual que** caer desde un piso 16.

Un aumento del 1 % de la velocidad media produce, aproximadamente **un aumento del 4 % de las colisiones mortales.**



Fatiga

- **Descansar cada 2 horas/200 km,** con un descanso **mínimo de 30 minutos.**
- **Ventilar el vehículo** manteniéndolo **entre 20-23ª.**



Somonlencia y sueño

Para prevenirlo debes:

- **Descansar cada 2 horas o 200 km**, un descanso de al menos 30 minutos.
- Mantener el vehículo bien ventilado.
- Evitar el silencia prolongado, la monotonía y alterar las horas habituales de sueño.
- El café o té, son útiles a corto plazo pero producen el efecto rebote (aumenta el sueño).
- Evitar comidas copiosas y bebidas alcohólicas.

FACTOR VÍA

Para reducir los siniestros como consecuencia del factor vía, se debe:

- Planificar la ruta por la que vas a viajar.
- Dormir de forma suficiente y satisfactoria.
- Evitar siempre que sea posible las horas punta y los trayectos donde habitualmente hay grandes aglomeraciones de tráfico.
- No te debes poner una hora fija de llegada.
- Salir con tiempo especialmente si tienes una hora de llega y es algo muy importante que no podemos retrasarnos, como puede ser coger un vuelo.
- Evitar el consumo de alcohol, tabaco u otras drogas, y de fármacos que no sean necesarios, así como controlar el exceso de sustancias estimulantes como café, té o bebidas energéticas.
- Adaptar la conducción al tipo de vía y a las condiciones del tráfico.
- Descansar cada 2 horas o 200 km.

FACTOR VEHÍCULO

Es fundamental que el vehículo esté siempre en buenas condiciones de uso, para ello, vamos a ver en cuatro sencillos pasos, la detección de posibles anomalías del vehículo:

1º PASO

Rodea el vehículo para detectar posibles anomalías, observando:

- Estado de los neumáticos, en especial los laterales del neumático.
- Manchas en el suelo de líquido.
- Estado de los dispositivos de alumbrado, señalización óptica exterior y cristales.

2º PASO

Revisa el interior del capó:

- Fugas.
- Nivel de aceite.
- Nivel de líquido refrigerante.
- Nivel de líquido del limpiaparabrisas.

3º PASO

Revisa que en el interior del vehículo no haya testigos encendidos tras arrancar el motor, si lo hay tienes que ir al taller.

Escucha atentamente el ruido del motor porque ruidos excesivos o irregulares, son indicios de anomalías, como lo es, el humo que sale por el tubo de escape, si es negro, azulado o blanco, habrá una avería.

4º PASO

Al circular con tu vehículo puedes comprobar diversas anomalías, si notas diferencias en aspectos como la dirección, la suspensión, la potencia del motor,… respecto a la conducción de días anteriores puede que algo

esté empezando a fallar.

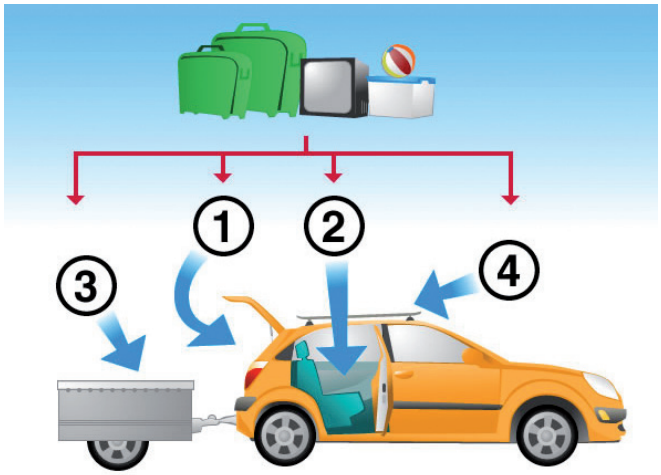
En ocasiones, el exceso de equipaje o una mala colocación del mismo puede afectar negativamente a la condución.

El **equipaje** no puedan:

- Arrastrar, caer total o parcialmente, o desplazarse peligrosamente.
- Comprometer la estabilidad del vehículo.
- Producir ruido, polvo u otras molestias que puedan ser evitadas.
- Ocultar los dispositivos de alumbrado o de señalización, las placas o distintivos obligatorios y las advertencias manuales del conductor.

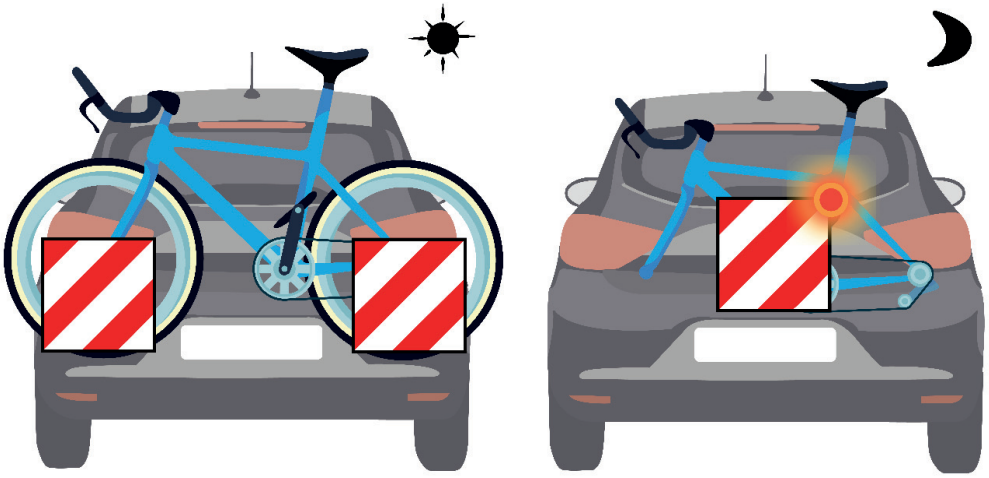
No cargar en excesivamente el vehículo y distribuir la cargar a lo largo de toda la superficie del maletero, baca o remolque, de lo contrario puede desestabilizar el vehículo, notándose especialmente en las curvas y a velocidad elevada.

Cuando se coloquen en el habitáculo, hay que tener en cuenta que en caso de frenado brusco o choque pueden salir proyectados contra los ocupantes.



El equipaje puede sobresalir hasta un 10% de la longitud del turismo y si fuera indivisible, y un 15%, si es indivisible. Sin poder sobresalir nada ni por delante ni por los lados.

La carga que sobresalga por detrás del turismo deberá ser **señalizada** con la **señal V-20** (panal de rayas rojas y blancas). Cuando la carga sobresalga longitudinalmente por toda la anchura de la parte posterior del vehículo, se colocarán transversalmente dos paneles reflectantes de señalización (V-20), cada uno en un extremo de la carga o de la anchura del material que sobresalga, de modo que formen una geometría de V invertida. Y además de noche con una luz roja.



Fernando Solas
Experto en Seguridad Vial - *PONS Seguridad Vial*

» MISCELÁNEA DE CURIOSIDADES

- El alcohol puede detectarse a los 5 minutos de la ingesta y su nivel máximo se alcanza entre los 30-90 minutos.
- El principal accidente por fallo mecánico es como consecuencia de los neumáticos.
- Los problemas en la batería del vehículo, son los que más averías provocan en carretera.
- Los agentes podrán inmovilizar y sancionar con hasta 200€, cuando en el vehículo se superen en un 50% o más las plazas autorizadas, excluida la del conductor.
- El pasado año la Dirección General de Tráfico recaudó más de 500 millones de euros en sanciones. Siendo la más numerosas las relativas a la velocidad.