

## ACCIDENTALIDAD

Los accidentes de tráfico representan un grave problema para la sociedad, sobre todo si tienen consecuencias graves. **La seguridad es un beneficio para todos**, por este motivo, debemos ser conscientes de la gran importancia que supone prevenir este tipo de accidentes.

Los accidentes de tráfico causan el **40% de las muertes** en jornada laboral.

Los factores que intervienen en la accidentalidad son tres:

- **Factor humano:** Depende de las actitudes y aptitudes de conductor y peatón.
- **Factor técnico:** Depende del buen estado de todos los elementos del vehículo.
- **Factor ambiental:** Depende de la vía y de las condiciones meteorológicas.

El factor humano ocasiona entre el 70 y el 90% de los accidentes de tráfico. Un comportamiento adecuado tanto del peatón como del conductor es imprescindible para evitar accidentes.



## FACTOR HUMANO: EL CONDUCTOR

El presente tríptico trata de recordar los factores que debe tener en cuenta el conductor y que pueden influir negativamente en la conducción.

### Factores que influyen negativamente en la conducción:

1. El ALCOHOL.
2. La VELOCIDAD.
3. La FATIGA.
4. Las DISTRACCIONES.
5. La AGRESIVIDAD.

El alcohol, la velocidad y la fatiga son las causas principales de accidentalidad en carretera.

## 4. DISTRACCIONES

Las distracciones hacen disminuir la capacidad de respuesta. La distracción del conductor esta presente en uno de cada tres accidentes de tráfico y causa, habitualmente, dos tipos de accidentes: **Salida de la vía o colisión por alcance.**

### Factores que pueden provocar distracciones:

#### Internos

- Móviles o cigarrillos.
- Manipulación de la radio.
- Insectos.
- Consulta de mapas.
- Fatiga o alcohol.

#### Externos

- Búsqueda de hoteles o bares.
- Carreteras muy conocidas.
- Observación del paisaje.
- Señalización incorrecta.

El manejo de equipos electrónicos (teléfono, PDA, navegadores GPS, DVD, radio-CD) mientras se conduce es muy peligroso debido a que el conductor se distrae y el vehículo no se maneja correctamente con una mano ocupada.

## 5. AGRESIVIDAD

La agresividad en la conducción se ha convertido actualmente en un fenómeno alarmante.

### Factores que determinan el nivel de agresividad:

- **Estado del conductor:** el conductor, si está bajo los efectos del alcohol o tiene prisa, suele reaccionar con mayor violencia.
- **Edad-género:** generalmente se reacciona peor ante las infracciones de los conductores más jóvenes y más mayores. Además, también se reacciona peor ante las mujeres que ante los hombres.
- **Tipo de vehículo:** se reacciona peor ante colectivos como los taxistas o ante aquellos conductores que circulan con un coche viejo.

#### TIPOS DE AGRESIONES MÁS FRECUENTES

%	AGRESIONES
63	Gestos ofensivos y obscenos
53	Ráfagas de luz
43	Acercamiento excesivo
39	Insultos y agresiones verbales

Plan general de actividades preventivas de la Seguridad Social 2015



© Asepeyo. Mutua Colaboradora con la Seguridad Social nº 151. R6E16036.  
Reservados todos los derechos en todas las lenguas y países.  
Fotos shutterstock.com: Bachtub Dmitriy y Lightpoet.

Síguenos en:     

## Seguridad Vial

### Factor humano: El conductor



**ASEPEYO**

## 1. ALCOHOL

El alcohol es probablemente el mayor factor de riesgo en la conducción. El consumo de alcohol produce alteraciones físicas y psíquicas que perjudican gravemente a una conducción segura.

### Efectos del alcohol sobre los conductores:

- Aumento de las infracciones
- Alteraciones del comportamiento
- Trastornos motrices
- Aumento del tiempo de reacción y frenado
- Disfunciones sensoriales
- Alteraciones de la coordinación
- Perturbaciones en el campo perceptivo
- Depresión general

El Reglamento General de Circulación establece la Tasa de Alcoholemia máxima permitida:

#### TASAS PERMITIDAS

<b>Conductores de vehículos particulares y bicicletas</b>	<b>0,5 gr.</b> por litro de sangre <b>0,25 mg.</b> por litro de aire espirado
<b>Conductores del resto de vehículos</b>	<b>0,3 gr.</b> por litro de sangre <b>0,15 mg.</b> por litro de aire espirado
<b>Conductores noveles</b>	<b>0,3 gr.</b> por litro de sangre <b>0,15 mg.</b> por litro de aire espirado

El riesgo de sufrir un accidente habiendo consumido alcohol aumenta exponencialmente a medida que aumenta su concentración en sangre.

Alcoholemia (g/l)	Efectos	El riesgo de accidente se multiplica por:
<b>0,15</b>	Disminución de los reflejos.	1,2
<b>0,20</b>	Dificultad para mantener la conducción rectilínea. Falsa apreciación de las distancias.	1,5
<b>0,30</b>	Subestimación de la velocidad. Perturbación de los movimientos.	2,0
<b>0,50</b>	Euforia. Disminución de la percepción del riesgo. Incremento del tiempo de reacción.	3,0
<b>0,80</b>	Perturbación general del comportamiento.	4,5
<b>1,20</b>	Fatiga intensa. Pérdida de visión	9,0
<b>1,50</b>	Embriaguez notoria	16,0
<b>3,5</b>	Coma	-
<b>4,5</b>	Muerte	-

## 2. VELOCIDAD

Más del **30% de los accidentes** que se producen en carreteras y más del 13% en vías urbanas, son motivados por un exceso de velocidad.

Al aumentar la velocidad:

- aumenta el **tiempo de reacción**.
- aumenta la **distancia de frenado**.
- disminuye la **capacidad de respuesta**.

### Tiempo de reacción:

Tiempo que tarda el conductor desde el momento que percibe el peligro hasta que comienza a accionar el pedal de freno.

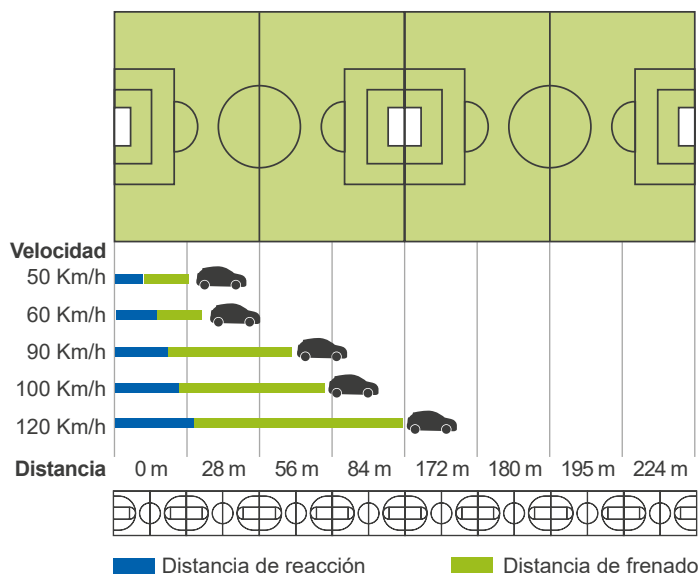
Normalmente el tiempo de reacción es de **0,75 segundos**:

- Un vehículo a **40km/h** recorre **8 metros** antes de que el conductor accione el freno.

### Distancia de frenado:

Espacio que recorre un vehículo desde que accionamos el freno hasta su detención total.

- Un vehículo a **120km/h** en una frenada de emergencia recorre **100 metros** en **3 segundos** antes de pararse.



### Recomendaciones de seguridad:

- Respetar los límites de velocidad.
- Amoldar la velocidad a las condiciones de la vía.
- Colaborar con los demás conductores.
- Conocer las posibilidades de nuestro vehículo.

## 3. FATIGA

La fatiga se encuentra entre los principales factores de riesgo al volante. Aproximadamente entre el 20% y el 30% de los accidentes de tráfico que se producen anualmente son consecuencia de la fatiga.

Los **efectos que produce la fatiga** en la conducción son:

- Dificultad para mantener la atención.
- Tensión muscular y rigidez.
- Disminución de la precisión.
- Respuestas erróneas.
- Aceptación de mayores riesgos.
- Cambios de conducta.
- Agresividad.
- Sobrevaloración de las propias capacidades.

### Síntomas de la fatiga:

- **En los ojos:** parpadeo constante, pesadez, mala fijación de la vista, frotarse continuamente.
- **En los oídos:** fallos de audición, zumbidos extraños, mayor sensibilidad a los ruidos.
- **Físicos:** presión en cabeza y sienes, sensación brazos dormidos, caída de la cabeza, movimientos en el asiento.
- **En la conducción:** variación injustificada de la velocidad, ligera desviación de la trayectoria, distancia de seguridad insuficiente, pérdida de sensación de velocidad, cambios de marcha a destiempo.

### Factores que incrementan la fatiga:

<b>Vehículo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Excesivo ruido y vibraciones.</li> <li>▪ Iluminación insuficiente.</li> <li>▪ Calor excesivo.</li> <li>▪ Poca ventilación.</li> </ul>
<b>Vía</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conducción nocturna o con clima adverso.</li> <li>▪ Conducción por carreteras desconocidas o muy transitadas.</li> </ul>
<b>Conductor</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Edad.</li> <li>▪ Poca experiencia.</li> <li>▪ Mala colocación del asiento.</li> <li>▪ Preocupaciones personales.</li> </ul>

### Prevención de la fatiga:

- Beber bastante agua.
- No conducir más de 8 horas diarias.
- Parar cada 2 horas o cada 150-200 km.
- Hacer ejercicio en las paradas.
- No tomar alimentos pesados.
- Conducir con ropa cómoda y a temperatura agradable.