

Permanezca atento a su conducción...

...en breves momentos reanudaremos los imprevistos



En España la investigación de accidentes revela que entre un 20% y un 28% de los accidentes de tráfico se deben a la distracción del conductor, lo que sitúa a este factor entre las principales causas de accidentes.

Pero a diferencia de lo que ocurre con otros factores como el alcohol o la velocidad, sus efectos son difíciles de medir.

Por eso la concienciación del conductor es fundamental para reducir los accidentes producidos a causa de una distracción.

Le proponemos los siguientes ejercicios mentales:

Diga si las siguientes afirmaciones son ciertas o falsas:

"En la secuencia BA, la A sigue a la B" (cierto)

"En la secuencia AB la B va antes que la A" (falso)

¿Son razonables las siguientes frases, y cuál es la última palabra de cada una de ellas?

"El tren compró un periódico" (no, periódico)

"El niño se cepilló los dientes" (sí, dientes)

Resuelva la siguiente ecuación:

$$2 + 3 + 4 + 1/2 + 3 + 4 + 6 = ?$$

Sin duda todos estos ejercicios le parecerán fáciles, pero por favor, ¡no los haga mientras va conduciendo!

Se ha comprobado experimentalmente en estudios sobre la conducción, que ejercicios tan simples como los anteriores aumentan el tiempo de

reacción y, consecuentemente, disminuyen la capacidad de respuesta ante un imprevisto o una situación concreta del tráfico. La mayoría de los conductores tal vez no sea consciente del detrimento que cualquier actividad mental o manual que aparte la atención del tráfico supone para la conducción.

Prueba de ello es que no resulta difícil observar a conductores realizando otras actividades simultáneas, a veces de lo más inverosímiles, mientras el vehículo sigue avanzando por la calzada, desgraciadamente sin el control del conductor que está pendiente de otras cosas hasta que, en muchas ocasiones, deja de hacerlo por dentro de la vía para hacerlo por fuera de la misma.

ductores se detienen antes de hacerlo. Beber, comer, fumar o buscar objetos en la guantera, por poner



unos ejemplos, son otras acciones típicas practicadas con frecuencia mientras se conduce a las que no parece que se de excesiva importan-

cia. Aunque estas acciones suelen ser de muy corta duración, todas ellas suponen apartar la vista de la carretera durante unos segundos.

Sin embargo, ¿somos conscientes de lo que ocurre durante esos a veces no tan breves instantes en los que apartamos la vista o nuestra atención de la carretera?. La conducción es una actividad prominentemente visual, y en este contexto, no mirar a la carretera, aunque sólo sea brevemente, supone perder prácticamente por completo el control del vehículo con relación a su entorno durante esos instantes. Teniendo en cuenta que un vehículo que circula por carretera puede recorrer distancias importantes sin control durante esos segundos, el peligro de estas acciones se hace evidente, ya que cualquier situación



No hace falta recurrir a casos extremos. ¿Quién no ha sintonizado la radio de su vehículo hasta encontrar la emisora preferida o no ha manipulado una cinta de música para darle la vuelta o buscar una canción?. Consultar un plano puede ser necesario cuando circulamos por una zona desconocida, pero no todos los con-

ACCIÓN	TIEMPO NECESARIO ESTIMADO	DISTANCIA RECORRIDA A 100km/h (sin prestar atención)
ENCENDER UN CIGARILLO	3 SEGUNDOS	80 METROS
BEBER UN SORBO DE AGUA	4 SEGUNDOS	110 METROS
SINTONIZAR UNA RADIO	4 SEGUNDOS	110 METROS
COGER UN OBJETO DE LA GUANTERA	MÁS DE 3 SEG.	MÁS DE 80 METROS
CONSULTAR UN PLANO	MÁS DE 4 SEG.	MÁS DE 110 METROS
MARCAR UN NÚMERO DE TELÉFONO	5 SEGUNDOS	140 METROS



imprevista que tenga lugar en esos instantes pasará inadvertida para el conductor, o bien cuando éste se quiera dar cuenta, el tiempo disponible para reaccionar será demasiado corto.

Desgraciadamente, las distracciones más tontas pueden tener las consecuencias más graves. En la experiencia de Centro Zaragoza, como centro que lleva realizadas más de

NO SOLO LAS ACCIONES CONCRETAS SINO QUE CUALQUIER LAPSO DE ATENCIÓN POR ESTAR PENSANDO EN OTRAS COSAS DISTINTAS A LA CONDUCCIÓN SUPONE UN DETRIMENTO DE LA CAPACIDAD DE REACCIÓN.

500 reconstrucciones de accidentes, existe un caso en el que un coche con cuatro jóvenes fue a parar al agua al caerse por un puente, resultando muerta una de las chicas. La causa del accidente fue una araña que asustaba a los ocupantes de atrás, hasta el punto que la conductora tuvo que decidirse a acabar con la araña por sí misma, abandonando la atención sobre el control del vehículo.

Las causas de distracción pueden ser tan variadas que resulta imposible enumerarlas todas. No sólo las acciones concretas, sino que cualquier lapso de atención por estar pensando en otras cosas distintas a la conducción, puede hacer perder la concentración.

Cualquiera puede distraerse con sus preocupaciones o problemas, o puede desatender la conducción a causa de los ocu-



pantes del propio vehículo, sobre todo con los niños revoltosos cuando no van sujetos en sus sistemas de seguridad infantil correspondientes.

También hay que cuidarse de las distracciones que son provocadas por estímulos externos al conductor y al vehículo. Un ejemplo claro son los carteles publicitarios, cuya finalidad consiste precisamente en atraer la atención hacia ellos, acudiendo a



den ser causa de distracción notoria.

Mención aparte merecen los teléfonos móviles, pues su profusión es tal que empieza a ser rara la persona que no dispone de uno, pero además su utilización dentro del vehículo puede ser detectada fácilmente por otros conductores, lo que hace sus consecuencias más obvias: si un conductor que utiliza un teléfono móvil de forma ostensible se choca contra el vehículo que tiene delante, todos los que lo hayan visto deducirán con facilidad que la causa del accidente ha sido la distracción por culpa del teléfono. Todo esto ha hecho que el teléfono móvil sea la causa de

Actividades durante la conducción

(entre conductoras encuestadas)

	Grupo con accidentes	Grupo sin accidentes
Hablar con otros - delante	86,8%	85,6%
Mirar al pasaje	73,6%	88,8%
Hablar con otros - detrás	71,7%	64,9%
Beber (sin alcohol)	62,3%	36,4%
Pensar en problemas	62,3%	76,6%
Ajustar el espejo	58,5%	50,6%
Comer	50,9%	42,9%
Pensar en las musarñas	30,2%	42,9%
Encender un cigarrillo	28,3%	20,6%
Fumar	25,4%	20,6%
Leer mapas o periódicos	24,5%	29,9%
Aburrimiento	17,0%	22,1%
Conducir sin manos	15,1%	9,1%
Teléfono móvil en el coche	13,2%	9,1%
Beber (con alcohol)	9,4%	7,8%
Distraído por la radio	9,4%	11,7%
Quedarse dormido	7,5%	15,6%

Fuente: Wolart (1995)

reclamos en ocasiones muy llamativos. Un accidente en la carretera o un paisaje muy pintoresco también pue-

distracción en la conducción que más reclama la atención pública en la actualidad.





Existe un riesgo estadístico asociado al uso de un teléfono móvil durante la conducción entre cuatro y nueve veces mayor de sufrir un accidente, según distintas investigaciones.

Tanto es así que existen multitud de estudios dedicados exclusivamente a tratar de cuantificar los efectos negativos del uso del teléfono móvil en la conducción, y determinar la relación causa-efecto entre el uso del teléfono móvil y los accidentes de tráfico. Uno de los más recientes estudios (de Redelmeier, en 1997) establece un riesgo estadístico cuatro veces mayor de sufrir un accidente de tráfico cuando se utiliza el teléfono móvil, y otro aún más reciente (Violanti, 1998) eleva esta proporción a nueve veces mayor.

Esta situación de riesgo atribuye al teléfono móvil una peligrosidad que sería comparable a la de conducir bajo los efectos del alcohol, aunque esta comparación debe hacerse con ciertas reservas, pues existen diferencias cualitativas que impiden la comparación directa, pero en cualquier caso existe un motivo justificado de preocupación.



La frecuencia de los accidentes relacionados con el uso del teléfono móvil está aumentando tanto, que tal vez los crash-test deberían empezar a equiparse con maniqués provistos de

teléfonos móviles, para reflejar la situación que se produce en los



quien no es capaz de hablar con otra persona sin dejar de mirarla a la cara, lo que si bien en condiciones normales es síntoma de buena educación, mientras se conduce puede resultar bastante inquietante para el resto de ocupantes del vehículo, especialmente si se mantienen diálogos largos.



Tampoco debe por esto deterrarse por completo la presencia de un teléfono móvil en el vehículo, pues está comprobada su utilidad a la hora de informar sobre accidentes y emergencias de tráfico, ya que el teléfono móvil permite una notificación

accidentes reales con más fidelidad.

Los teléfonos de manos libres, si bien evitan los problemas relacionados con marcar, sujetar, buscar, o con la posible caída del teléfono, lo que, a priori, debería disminuir el riesgo de accidente, siguen representando un peligro potencial para la conducción, ya que si las actividades de comunicación por voz en estos caso tienen algún efecto negativo, es no tanto sobre la actuación de los mandos del vehículo, como sobre la noción de situación del conductor y su vehículo dentro del tráfico.

La conversación en sí misma puede ser tan absorbente que represente un peligro para la conducción. Prueba de ello es que a menudo se observa al conductor de un vehículo gesticulando o discutiendo acaloradamente con su acompañante. Otro caso es el de

¡Cuidado con los factores de distracción!



inmediata, lo que aumenta la eficacia de los servicios de urgencia. Se trata de aprovechar las ventajas de la tecnología en nuestro beneficio, sin que su utilización nos induzca a comportarnos de una forma imprudente.

Solamente en el caso de conductores fatigados puede una ligera distracción, como escuchar la radio o mantener una conversación, tener un efecto beneficioso momentáneo al romper la monotonía y evitar el adormecimiento, pero está claro que lo que hay que hacer es evitar la fatiga, programando los descansos oportunos, y no tener que recurrir a métodos para aliviarla. Aproveche esos mismos descansos para comer, fumar, llamar por teléfono, etc. y no tener que hacerlo una vez en marcha.



En definitiva, cuando nos sentemos en el vehículo dispuestos a conducir, no debemos pensar en ello como en una actividad circunstancial o secundaria que ocurre mientras alcanzamos nuestro próximo destino, sino que debemos considerar la propia conducción como un trabajo en sí, que requiere toda nuestra atención.■



**¿Pasa o no pasa?
Las tareas secundarias afectan a la capacidad de juicio.**

Efectos negativos sobre la conducción

- *Desviación de la trayectoria del vehículo respecto a su posición dentro del carril.*
- *Velocidad inadecuada con relación al resto del tráfico*
- *Distancias de seguridad inadecuadas*
- *Perdida de la noción de la situación del vehículo respecto al tráfico.*
- *Mayores tiempos de reacción ante una situación imprevista.*

