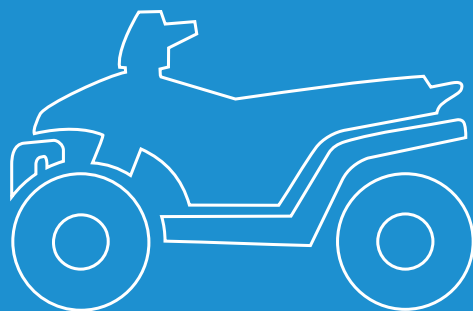


CONDUCCIÓN CUATRICICLOS

Módulo 5 - Condiciones psicofísicas del conductor



CONDICIONES PSICOFISICAS DEL CONDUCTOR

El factor humano es una de las principales causas de siniestros viales. Por esta razón, evaluar si el estado físico y mental del conductor es adecuado a la hora de conducir el vehículo forma parte de la conducción responsable.

La vista

La vista es uno de los sentidos más importante para el desarrollo de una conducción segura.

Es importante que el conductor logre ver con el rabillo de los ojos” para obtener la llamada visión periférica, que permite la observación lateral sin perder la visión frontal. Este tipo de visión permite ver los vehículos y detectar problemas a los lados mientras se conduce y se mira hacia el frente. Si es necesario ver a los lados con mayor profundidad, se deben utilizar los espejos retrovisores.

Aunque se alcance a ver claramente, muchas personas tienen problemas para calcular y apreciar distancias y velocidades.

Es importante que el conductor sepa a qué distancia se encuentra de otros vehículos y evaluar espacios seguros en situaciones de acercamiento o sobrepaso a terceros en caminos de dos carriles. También es significativa la determinación de la velocidad.

Si el conductor debe usar lentes aéreos o de contacto durante el manejo vehicular, no puede prescindir de los mismos nunca. A su vez, no se deben utilizar lentes oscuros ni de contacto de color durante la noche, ya que no ayudarán a mejorar la visión en ningún caso.

El oído

Poseer una buena audición es tan necesario como una buena visión, ya que se pueden prevenir siniestros a través de bocinas, campanillas de paso a nivel, chirridos de neumáticos o el ruido de otro motor que se acerca, entre otros sonidos.

Por estas razones, en el examen psicofísico se evalúa la capacidad auditiva, teniendo en cuenta que nuestra ley de tránsito prohíbe la conducción utilizando auriculares y/o sistemas de comunicación.

Los factores que afectan las condiciones físicas

El cansancio

Para conducir con seguridad y precaución la persona debe estar descansada. El cansancio provoca falta de visión y disminuye la capacidad de reacción para tomar decisiones en las diversas maniobras que se pueden presentar. Un conductor cansado no toma buenas decisiones y pone en peligro su vida y la de los demás.

Bebidas alcohólicas

- **Peligros por consumo de bebidas alcohólicas**

Un alto índice de muertes asociadas a siniestros viales se debe al consumo de bebidas alcohólicas. Las personas que conducen en estas circunstancias ponen en peligro la vida de terceros y la propia. Corren el riesgo de ser sancionadas con multas graves, de que se les secuestre el automóvil e incluso de ser arrestadas.

- **Efectos de las bebidas alcohólicas**

Las bebidas alcohólicas reducen todas las capacidades elementales necesarias para conducir sin peligro. Una vez ingerido, el alcohol circula por medio de la sangre desde el estómago hacia todo el cuerpo y entre veinte y cuarenta minutos después llega al cerebro, donde afecta principalmente las funciones que controlan la capacidad de la persona. La ingesta de bebidas alcohólicas afecta los reflejos y retarda el tiempo que el conductor necesita para reaccionar, reduciendo la capacidad de ver claramente.

Por consiguiente, se pierde el “alerta” imprescindible que se requiere para una conducción segura.

Bajo los efectos de bebidas alcohólicas, se dificulta la estimación de distancias, velocidades y movimientos de otros vehículos lo que implica perder la capacidad para controlar totalmente el vehículo.

- **Alcoholemia**

El porcentaje de alcohol contenido en la sangre se denomina alcoholemia y puede medirse por la cantidad de gramos de alcohol contenidos en un litro de sangre o por la cantidad de miligramos de alcohol contenidos en el aire exhalado.

El porcentaje de absorción de alcohol en la sangre no es igual en todas las personas, ya que dependerá entre otros factores, del peso y la contextura del individuo, del sexo y del momento en que se consume (por ejemplo, se absorbe más alcohol estando en ayunas que después de un almuerzo o cena).

Se entiende que una persona se encuentra en estado de intoxicación alcohólica cuando la medición de alcoholemia supera las cinco décimas de

gramo por litro (0,5 gr/l) de sangre. Se considera alcoholemia riesgosa entre las cinco décimas (0,5 gr/l) y el gramo (1 gr/l) por litro de sangre; y alcoholemia peligrosa superado el gramo por litro de sangre.

Con una intoxicación alcohólica de entre 0,5 gr/l y 1 gr/l en sangre se procede al secuestro del vehículo y se impone una sanción de multa. Con más de 1 gr/l en sangre se procede al secuestro del vehículo y se incurre en falta grave. La autoridad interviniente retiene la licencia al conductor, e incluso lo podrá arrestar.

Para los conductores profesionales no hay tolerancia alguna, deben registrar siempre 0,0 gr/l de alcohol en sangre, es decir, nunca deben ingerir bebidas alcohólicas antes de conducir. Para conductores de motocicletas, el límite de tolerancia es de 0,2 gr/l de alcohol en sangre. La negativa a realizar el control se considera como falta.

Uso del teléfono celular

El uso del teléfono celular afecta la conducción ya que reduce la atención del conductor durante el manejo. Se desatiende el obrar propio y el alerta preventivo con respecto al comportamiento de otros conductores y/o de peatones.

Por otra parte, cualquier comunicación inesperada que se reciba puede alterar la paciencia y la tensión del conductor, generando ansiedad, obsesión y/o diversos trastornos que afectan la conducción segura.

Por ello, para realizar llamadas o atender el teléfono celular es necesario detenerse al costado de la vía o en donde sea oportuno.

Los medicamentos y la conducción

Existe una gran variedad de medicamentos que pueden afectar gravemente la conducción. Es importante realizar una consulta médica para saber los efectos, consecuencias y/o contraindicaciones que puede ocasionar un determinado fármaco en el organismo y leer

el prospecto correspondiente para saber si afecta o no la capacidad de conducir.

Se consideran alterados los parámetros normales para una conducción segura, cuando existe somnolencia, fatiga o alteración de la coordinación motora, la atención, la percepción sensorial o el juicio crítico, variando el pensamiento y el razonamiento.

Medicinas contra la depresión, trastornos de ansiedad, tensión nerviosa, tratamiento de alergias, virus en general, etc., pueden ocasionar los efectos antes descritos, dependiendo siempre de cada caso en particular.

Las drogas y su relación con los accidentes de tránsito

Al igual que el alcohol y algunos fármacos, las drogas pueden alterar gravemente la capacidad de conducción. Entre las más comunes podemos enumerar las siguientes:

El cannabis, la cocaína, el éxtasis, los alucinógenos y las anfetaminas. Es importante tener presente los peligros concretos y reales que derivan de la conducción bajo los efectos de estas sustancias recordando siempre el riesgo que producen a la salud en su integridad.

Efectos de las drogas

- Alteran la percepción del entorno del tránsito, por ejemplo, la visión de los colores.
- Alteran la percepción del tiempo y del espacio, provocando un mal cálculo de las distancias.

- Dificultan la concentración y aumenta la probabilidad de sufrir distracciones.
- Aumentan el tiempo de reacción, por lo que se recorren más metros antes de poder detener el vehículo ante una emergencia.
- Causan somnolencia.
- Provocan comportamiento más competitivo o agresivo con los demás conductores.
- Causan conductas impulsivas que potencian los errores.
- Provocan la sobrevaloración de las propias capacidades al volante y aumentan la tolerancia frente al riesgo.
- Hacen que se cometan más infracciones y tornan la conducción más peligrosa.