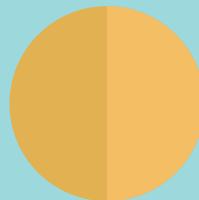


DISTRACCIONS AL VOLANT

“ El mòbil, la distracció més perillosa ”

Unió de Mútues aposta per la promoció i la protecció de la salut i ha implantat el model d'Empresa Saludable d'AENOR, que respecta les indicacions de l'Organització Mundial de la Salut.

"Mobilitat segura i responsable" és un dels projectes inclosos en el marc d'Empresa Saludable i inclou les distraccions al volant com un factor de risc important. L'objectiu d'Unió de Mútues és identificar els factors de risc durant els desplaçaments efectuats per motius de treball, per tal de sensibilitzar posteriorment en hàbits i conductes segures (tant al volant com a peu), que poden reduir el risc d'accident.



Les **ISTRACCIONS** **AL VOLANT.** **ESTADÍSTIQUES**

L'últim informe sobre seguretat viària de l'OMS indica que, a escala mundial, prop d'1.250.000 persones moren cada any com a conseqüència dels accidents de trànsit i 50.000.000 pateixen traumatismes per aquest motiu.

El factor humà és un element fonamental en un 80-90 % dels accidents de trànsit. D'aquest percentatge, hi ha tres errors humans que sumen el 60 % d'aquest tipus d'accidentalitat: alcohol, velocitat i distraccions.

La major part dels conductors creiem que estem prou conscienciats dels riscos que suposen l'alcohol, les drogues, la velocitat i el fet de no utilitzar els sistemes de protecció a l'hora de conduir, però no som tan conscients de les situacions de perill que es generen per les distraccions al volant.

La distracció al volant suposa un 20-30 % de tots els accidents de trànsit i està present en el 38 % dels accidents de trànsit amb víctimes. És, per tant, un dels factors de risc més importants, responsable d'accidents per sortides de via, col·lisions posteriors i atropellaments.

Les distraccions que afecten vianants i ciclistes (escoltar reproductors de música, fer trucades telefòniques, etc.) també són motiu de preocupació, especialment a mesura que més persones van a treballar a peu o en bicicleta.



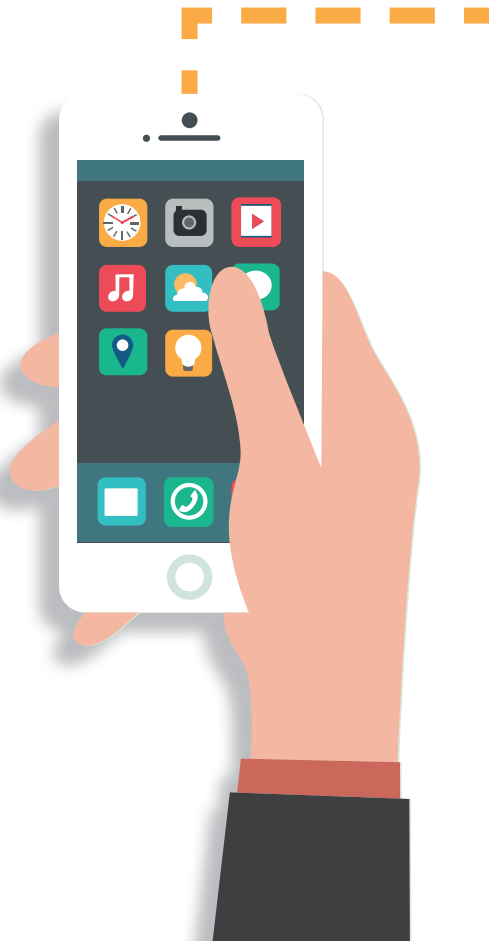
Entre les distraccions més comunes hi ha les que generen els ocupants del vehicle, els pensaments i les preocupacions personals, la manipulació de dispositius electrònics i l'ús del mòbil, en especial l'enviament de missatges a través de WhatsApp.

EFFECTES ADVERSOS DELS DISPOSITIUS

Els dispositius d'informació i comunicació, entre els quals s'inclouen els mòbils, els telèfons intel·ligents i els GPS, estan associats a les distraccions al volant.

Aquests dispositius poden distreure els conductors de maneres diverses mentre condueixen:

- > **Distracció física:** el conductor ha d'utilitzar una mà o les dues per manipular el dispositiu.
- > **Distracció visual:** els ulls del conductor estan fixats en el dispositiu i no en la carretera.
- > **Distracció auditiva:** el conductor centra l'atenció en sons o senyals auditiu en lloc d'estar atent a l'entorn de la carretera.
- > **Distracció cognitiva:** inclou lapsus en l'atenció i la capacitat de reacció. Es produeix quan es fan dues tasques mentals alhora.



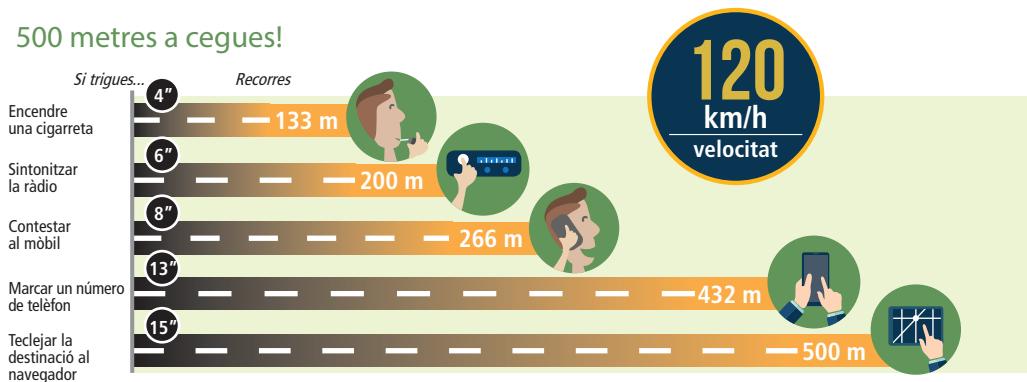


> EL MÒBIL, UNA DISTRACCIÓ PERILLOSA

Una enquesta recent de BP, Castrol i RACE duta a terme a 15 països europeus sobre telèfons intel·ligents i conducció revela que a nou països es considera un problema de seguretat viària "molt important".

Així mateix, un estudi fet a escala europea i elaborat per Ford a partir de 5.000 enquestes indica que el 40 % dels conductors espanyols va reconèixer que llegia missatges de text mentre conduïa, malgrat que el 97 % era conscient del perill.

500 metres a cegues!



CONCEPTES QUE HEM DE CONÈIXER

ENVIAR MISSATGES PEL MÒBIL MULTIPLICA **X 23** EL RISC D'ACCIDENT

Segons un informe de l'AAA Foundation for Traffic Safety, utilitzar el mòbil per enviar missatges compromet tres formes de distracció: distracció visual (mentre es llegeix la pantalla), distracció cognitiva (en elaborar el missatge) i distracció manual (en manipular tecles i botons). Aquestes accions multipliquen per 23 les probabilitats de patir un accident de trànsit.

Per acabar, és important recordar que l'ús del mòbil mentre es condueix es considera una infracció greu i està penat amb multes que puguen a 200 euros i la pèrdua de 3 punts del carnet de conduir.

EL DISPOSITIU DE MANS LLIURES TAMBÉ SUPOSA UN RISC SIGNIFICATIU

L'ús de dispositius de mans lliures no redueix l'impacte sobre el temps de reacció i la distracció del conductor, ja que mentre que el dispositiu de mans lliures evita la distracció física, la conversa interactiva pel mòbil exigeix recursos cognitius.

Parlar pel mòbil, fins i tot amb l'accessori de mans lliures, ha estat identificat com més perillós que conduir ebri.



RECOMANACIONS GENERALS

EVITA LES DISTRACCIONS



- > No parlis ni enviïs missatges de text pel **telèfon mòbil**. Oblida't del mòbil mentre condueixes. L'ús del telèfon mòbil ha de quedar reduït a trucades d'emergència, un cop s'hagi aturat el cotxe per marcar el número.
- > No manipulis **dispositius electrònics** del vehicle. És important mantenir sempre les dues mans al volant. Els dispositius que més distraccions provoquen són el navegador, l'iPod i la ràdio. La configuració de dispositius electrònics com el GPS s'ha de fer abans de fer qualsevol desplaçament i amb el vehicle aturat. No els manipulis durant el trajecte.
- > No consumeixis **begudes o aliments ni fumis**. Ja hem esmentat que és necessari que les dues mans vagin al volant: si bevem, mengem o fumem, una de les mans estarà ocupada i, per tant, el risc d'accident augmenta.
- > No et distreguis amb **els ocupants del vehicle**. Moltes vegades, sense voler-ho, els ocupants del vehicle distreuen els conductors. En cas que els ocupants siguin nens, les distraccions són molt més habituals; 3 de cada 4 conductors que viatgen amb nens es giren o miren pel retrovisor per veure què passa al seient del darrere.
- > **No apartis la vista** del trànsit i de la carretera. La majoria dels conductors sabem que és molt fàcil distreure's i apartar la vista de la carretera. És molt habitual passar per davant d'un accident i deixar de prestar atenció al trànsit; això, de vegades, provoca nous accidents.
- > **Els pensaments i les preocupacions personals** ocasionen distraccions freqüents. Quan conduïm, hem de deixar fora del vehicle les presses, l'estrès i les preocupacions personals.
- > **Assegura l'equipatge, la càrrega**, etc. per no haver d'estar vigilant els desplaçaments que es puguin provocar.

Unió de Mútues, mútua col·laboradora amb la Seguretat Social núm. 267, és una entitat sense ànim de lucre que col·labora en la gestió de la Seguretat Social d'acord amb el que estableix la legislació vigent i presta els seus serveis a les empreses associades, als treballadors per compte propi adherits i als treballadors per compte d'altri protegits.

És una mútua de referència per la qualitat assistencial i l'alt grau de satisfacció dels seus grups d'interès. Prova d'això són els fets assolits en el camí d'Unió de Mútues cap a l'excel·lència.

informació

www.uniodemutues.net



Línia assistencial 24 h
900 100 692
Accediu-hi des del mòbil

