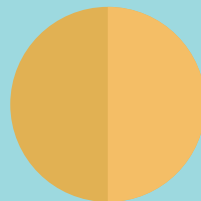


DISTRACCIONS AL VOLANT

“ El mòbil, la distracció més perillosa ”

Unión de Mutuas aposta per la promoció i 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 preveu les distraccions al volant com un factor de risc important. L'objectiu d'Unión de Mutuas és identificar els factors de risc durant els desplaçaments que es fan per motius de treball, per a posteriorment sensibilitzar les persones en hàbits i conductes segures (tant al volant com a peu) que poden reduir el risc d'accident.



Les **DISTRACCIONS** **AL VOLANT.** **ESTADÍSTIQUES**

L'últim informe sobre seguretat vial de l'OMS assenjala que al voltant d'1.250.000 persones moren tots els anys al món com a conseqüència dels accidents de trànsit, i 50.000.000 patixen traumatismes per aquest motiu.

El factor humà és un element fonamental en el 80-90% dels accidents de trànsit. En 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 suficientment conscienciats dels riscos que suposen l'alcohol, les drogues, la velocitat i no fer servir 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.

Les distraccions al volant suposen un 20-30% de tots els accidents de trànsit i estan presents en el 38% dels accidents de trànsit amb víctimes. És, per tant, un dels factors de risc més importants i és responsable d'accidents per eixides de via, col·lisions posteriors i atropellaments.

Les distraccions que afecten vianants i ciclistes (sentir reproductors de música, realitzar telefonades, etc.) també són un motiu de preocupació, especialment a mesura que més persones van a treballar a peu o amb bicicleta.



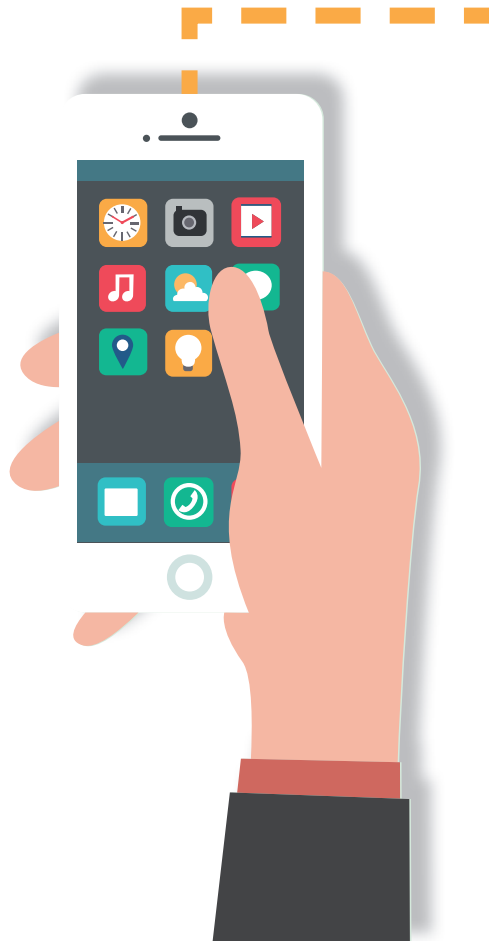
Entre les distraccions més comunes hi ha les que generen els mateixos ocupants del vehicle, els pensaments i les preocupacions personals, la manipulació de dispositius electrònics i l'ús del mòbil, especialment l'enviament de missatges per Whatsapp.

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.

Quan es conduïx, aquests dispositius poden distraure de diverses maneres:

- > **Distracció física:** el conductor ha d'utilitzar una o dues mans per a manipular el dispositiu.
- > **Distracció visual:** els ulls del conductor es fixen en el dispositiu i no en la carretera.
- > **Distracció auditiva:** el conductor centra l'atenció en sons o senyals auditiu i no en l'entorn de la carretera.
- > **Distracció cognitiva:** inclou lapsus en l'atenció i la capacitat de reacció. Es produïx quan es fan dues tasques mentals al mateix temps.



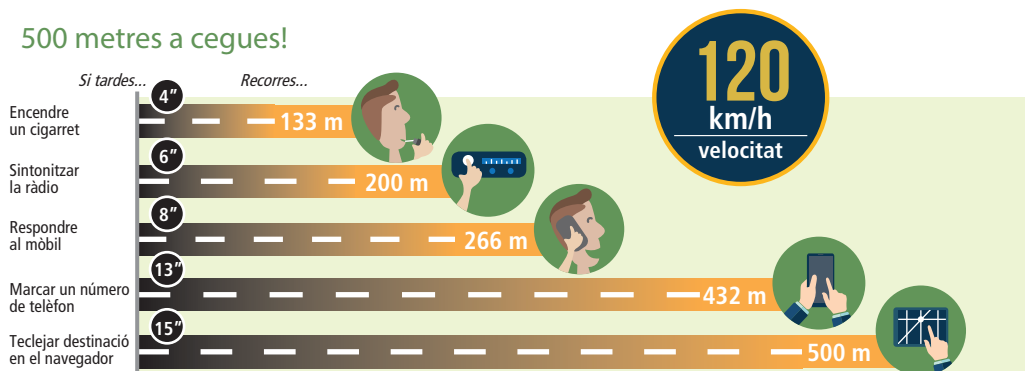


> EL MÒBIL, UNA DISTRACCIÓ PERILLOSA

Una enquesta recent de BP, Castrol i RACE sobre telèfons intel·ligents i conducció duta a terme en 15 països europeus revela que en 9 països es considera un problema de seguretat vial "molt important".

Així mateix, un estudi dut a terme per Ford a Europa a partir de 5.000 enquestes assenyalava que el 40% dels conductors espanyols va reconèixer que llegia missatges de text mentre conduïa, tot i que el 97% n'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 d'AAA Foundation for Traffic Safety, utilitzar el mòbil per a enviar missatges ocasiona tres formes de distracció: distracció visual (mentre es llig la pantalla), distracció cognitiva (mentre s'escriu el missatge) i distracció manual (en manipular teclès i botons). Aquestes accions multipliquen per 23 les probabilitats de patir un accident de trànsit.

Finalment, és important recordar que l'ús del mòbil mentre es conduïx es considera una infracció greu que està penada amb multes que ascendeixen a 200 euros i la pèrdua de tres punts del permís de conduir.

EL DISPOSITIU MANS LLIURES TAMBÉ SUPOSA UN RISC SIGNIFICATIU

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

Parlar pel mòbil, fins i tot amb el mans lliures, ha sigut identificat com més perillós que conduir begut.





RECOMANACIONS GENERALES

EVITA LES DISTRACCIONS

- > No parleu ni envieu missatges de text pel **telèfon mòbil**. Oblideu-vos del mòbil mentre conduïu. L'ús del telèfon mòbil ha de quedar reduït a telefonades d'emergència, i cal parar el cotxe per a marcar el número.
- > No manipuleu **dispositius electrònics** del vehicle. És important mantindre sempre les dues mans en el volant. Els dispositius que més distraccions causen són el navegador, l'iPod o la ràdio. Cal configurar dispositius electrònics com el GPS abans de fer qualsevol desplaçament i amb el vehicle parat. No els manipuleu durant el trajecte.
- > No consumeu **begudes o aliments ni fumeu**. Ja hem indicat que cal que les dues mans estiguen en el volant: si bevem, mengem o fumem, una de les mans estarà ocupada i, per tant, el risc d'accident augmenta.
- > No vos distragueu amb **els ocupants del vehicle**. Moltes vegades, sense voler, els ocupants del vehicle distrauen els conductors. Si els ocupants són xiquets, les distraccions són molt més habituals; tres de cada quatre conductors que viatgen amb xiquets es giren o miren pel retrovisor per a veure el que ocorre en el seient posterior.
- > **No aparteu la vista** del trànsit i de la carretera. La major part dels conductors sabem que és molt fàcil distraure's i apartar la vista de la carretera. És molt habitual passar davant d'un accident, deixar de prestar atenció al trànsit i provocar, de vegades, nous accidents.
- > **Els pensaments i les preocupacions personals** ocasionen distraccions freqüents. Quan conduïm, cal deixar fora del vehicle les presses, l'estrès i les preocupacions personals.
- > **Assegureu l'equipatge, la càrrega**, etc. per a no haver d'estar atent als desplaçaments que pugua provocar.

Unión de Mutuas, 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 servicis a les seues empreses associades, treballadors per compte propi adherits i 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'interés. Una prova d'això són els fets assolits per Unión de Mutuas en el camí cap a l'excel·lència.

informació
www.uniondemutuas.es



Línia assistencial 24 h
900 100 692
Accedix des del mòbil

