



**Las distracciones al volante** son la causa de **más del 30% de los accidentes** de tráfico.

Entre los principales factores externos que pueden facilitar que el conductor pierda su atención en la conducción se encuentran: **hablar por teléfono sin utilizar un dispositivo manos libres o leer mensajes** de texto, así como el **uso del GPS** durante la conducción.

## ➔ **Riesgos del uso del teléfono móvil o GPS al volante:**

El uso del teléfono móvil o GPS **aumenta considerablemente el riesgo de sufrir un accidente**, los principales riesgos de su uso al volante son:

- El usuario **aparta la vista de la carretera** durante su uso, **pierde la capacidad de concentración** ante el volante, y sufre **distracción física**, al ser necesario **quitar las manos del volante** para emplearlo.
- **Reduce la capacidad para mantener** una posición correcta en **el carril**.
- **Incrementa del tiempo de reacción** para detectar y responder a **acontecimientos inesperados** relacionados con la conducción.
- **Genera reacciones de frenado más lentas** con frenadas más intensas y distancias de parada más cortas.
- **Reduce la capacidad para mantener la velocidad adecuada** (normalmente se circula más despacio durante su uso).
- **Incrementa el tiempo de reacción ante las señales de tráfico** o no reparar en ellas.
- **Reduce el campo de visión** (es decir, el conductor suele mirar más hacia delante que a la periferia o por los espejos).
- **Reduce la percepción del conductor de lo que ocurre a su alrededor**.





**Recuerda:** La seguridad es lo primero, el mal uso del teléfono móvil conduciendo **multiplica por 23 el riesgo de accidente** según la DGT.

➤ Según las normas de tráfico, **no podemos manipular ningún dispositivo electrónico** (incluyendo el GPS) **cuando implique apartar las manos del volante**. Sí es legal hacerlo con dispositivos **manos libres** o sistemas de control de voz.

➤ **Tampoco pueden usarse estando parados en un atasco o un semáforo.**

➤ Debemos ser muy cuidadosos a la hora de colocar el teléfono/GPS, ya que **pueden dificultar la visión.**

➤ Lo ideal es llevarlo **a la altura del salpicadero**, donde no nos restará visión de la carretera. También es conveniente llevarlo **en el lado derecho**, pues en el izquierdo nos podría obstaculizar la visión del espejo retrovisor exterior.

➤ El **manejo del GPS** debe realizarse **antes de comenzar el viaje y siempre con el vehículo parado.**

## ➤ **Recomendaciones al volante respecto al móvil/GPS:**

➤ **Nunca utilices el móvil/GPS mientras conduces.**

➤ **Silencia los avisos** y pon el móvil en un lugar donde no lo veas mientras conduces.

➤ **Escribe en tu estado** el mensaje **“Estoy conduciendo, te llamo luego”**. Y evita contactar con personas que sabes que pueden estar conduciendo.

➤ Si tienes que hacer uso del móvil de forma forzosa, **emplea manos libres** y **no tengas conversaciones excesivamente largas.**

