



PRESTA

**MUCHA ATENCIÓN**

*a estas consejos*

• Y SOBRE TODO •  
**a la carretera**

¿Conduces ya  
de manera responsable?

*Elige* vivir mejor

Fundación **mapfre**

*Elige*  
vivir mejor



— Por la seguridad de todos, —  
**CONFIGURA EL NAVEGADOR**  
antes de iniciar la marcha.

Logo entidad

Fundación **mapfre**

# 1 Llama solo a tu responsabilidad. Al volante, no hables por el móvil



Recuerda que para evitar riesgos la mejor opción es no utilizar nunca el teléfono mientras conduces.

Si es una llamada imprescindible, utiliza el manos libres y evita las conversaciones largas, ya que no se presta la misma atención a lo que ocurre en la vía.

**Marcar un número de teléfono a 120 km/h supone recorrer una media de 429 metros sin ver la carretera, el equivalente a recorrer 4 campos de fútbol.**



# 2 Luz roja a mandar mensajes de texto

La probabilidad de colisión se multiplica **por 23!**

**Contestar un mensaje de texto a 120 km/h conlleva recorrer una media de 660 metros a ciegas, el equivalente a más de 6 campos de fútbol.**

Y ten en cuenta que este riesgo te afecta también **como peatón:**

No prestas la misma atención a semáforos, señales y vehículos, ya que tu atención está más en la conversación que en lo que está sucediendo a tu alrededor.

También supone un riesgo adicional como peatón ir con los cascos puestos y la música a todo volumen.



# 3 Tus ojos, siempre en la carretera

Si hablas con acompañantes, no te despistes. Mantén siempre una conversación sosegada y evita las discusiones.

**La atención es muy importante para poder reaccionar a tiempo y detener el vehículo.** Las salidas de vía, las colisiones por alcance y los atropellos son los tipos de accidentes que más se producen por distracción.



# 4 Si necesitas comer y beber, no lo hagas nunca en marcha

Mientras conduces, **mantén siempre tus manos en el volante y tu atención en la carretera.**

El acto de comer o de beber, por sencillo que parezca, te hace quitar una mano del volante y la vista de la carretera por unos segundos que pueden resultar cruciales.



# 5 Programa el GPS antes de arrancar

**No lo hagas nunca mientras conduces.** Es muy peligroso, ya que dejas de prestar atención a la carretera durante varios segundos.

Configura la ruta con antelación y programa el trayecto siempre antes de arrancar.



# 6 ¿Fumas? Al volante no

Con un cigarrillo en la mano **no sujetas bien el volante y, además, encenderlo y apagarlo te distrae de la carretera.**

La recomendación general es que, mientras conduces, no realices ninguna otra actividad que implique que una de tus manos se aparte del volante y/o que tu atención se aleje de la carretera. Esto afecta también a actividades como leer durante un atasco, buscar objetos mientras conduces, manipular la radio, cambiar el CD, etc.

