

FICHA 46: Seguridad en la Conducción

- Antes de utilizar un vehículo, asegurarse que ha sido revisado y que se encuentra en perfecto estado de funcionamiento.
- Llevar siempre la documentación del vehículo, el carnet de conducir y el seguro del mismo.
- Asegurarse que el vehículo ha pasado la ITV.
- Comunicar inmediatamente cualquier fallo o anomalía que se detecte en el vehículo para que sea reparada lo antes posible.
- No realizar comidas copiosas antes de conducir y comenzar el viaje descansado.
- Si está tomando algún medicamento, consultar si se puede conducir.
- Usar correctamente el cinturón de seguridad y comprobar que el resto de ocupantes del vehículo lo lleva abrochado.
- Evitar la manipulación de aparatos eléctricos mientras se conduce. Procurar hacerlo cuando se está parado.
- Evitar fumar, comer o beber durante la conducción.
- Realizar paradas cada dos horas, así como en cualquier momento en que se sienta cansado o con sueño.
- Mantener el coche ventilado y a una temperatura entre 21 y 23°C.
- No ingerir alcohol.
- Mantener la distancia de seguridad, esto es una distancia no inferior a dos segundos con el vehículo precedente.
- Adaptarse a la velocidad del tráfico.
- Si las condiciones climatológicas son adversas, extremar la precaución al volante. En caso necesario, detener el vehículo en un lugar seguro y esperar a que mejore el tiempo.



FICHA 46: Seguridad en la Conducción

EN CASO DE AVERÍA:

- Dirigirse a un lugar seguro, procurando no frenar bruscamente y señalizando la maniobra. Una vez detenido el vehículo, encender las luces de emergencia.
- Ponerse el chaleco, tanto si es de día como de noche. Lo más importante es hacerse ver y colocarse en un lugar seguro.
- Colocar los triángulos reflectantes a una distancia de 50 metros.
- Avisar a la compañía de seguros.
- Permanecer en un lugar seguro hasta que llegue la ayuda solicitada.



EN CASO DE ACCIDENTE:

PROTEGER → Detener el vehículo en un lugar seguro que no entorpezca la circulación, ponerse el chaleco y situar los triángulos de señalización a una distancia de 50 m del vehículo accidentado.

AVISAR → A los servicios de emergencia si fuera necesario, llamando al **112**. Pedirán la siguiente información:

- Datos personales.
- Localización del accidente.
- Número de accidentados y gravedad.
- Necesidad de bomberos.
- Número de vehículos siniestrados y características de los mismos.

SOCORRER → Se debe ayudar a las posibles víctimas, siempre en función de nuestros conocimientos y capacidades. Mantener la calma y seguir las siguientes instrucciones:

- No mover a las víctimas y evitar que lo hagan otros, salvo peligro de muerte inminente.
- No retirar objetos que pudieran estar clavados, para no provocar una hemorragia.
- Abrigar al herido si está inconsciente o tiene frío.
- No dar de beber o de comer, ni administrarle medicamentos.
- Esperar a que lleguen los servicios de emergencia.

