

Para llegar seguro, esté alerta y guarde su distancia al conducir

Por Teddi Nicolaus

Quizá recuerde el primer día que le permitieron conducir. Recibir una licencia con su nombre y fotografía le generó emoción y libertad. Pero también conllevaba una gran responsabilidad.

Lamentablemente, decenas de miles de accidentes automovilísticos prevenibles ocurren todos los días en los Estados Unidos y muchas personas pierden la vida. Los problemas de seguridad, como el exceso de velocidad, las distracciones al conducir, así como la conducción bajo los efectos del alcohol, son los principales factores contribuyentes.

“Conducir es una habilidad para la vida y, desde los 16 años hasta el resto de su vida, es probablemente la mayor habilidad que afecta su vida y todo lo demás que hace,” dice Michael Belcuore, gerente de educación vial y operaciones de la Alianza de Clubes AAA de la Asociación Estadounidense del Automóvil.

“Pero también puede ser la habilidad más peligrosa que una persona promedio ejerce a lo largo de su vida,” afirma.

Conducir exige toda su atención. La Administración Nacional de Seguridad del Tráfico en las Carreteras (NHTSA) dice que enviar mensajes de texto es la distracción más grave entre los conductores estadounidenses. Enviar o leer un mensaje de texto quita la vista de la carretera durante cinco segundos. A 55 mph, eso es como conducir la longitud de todo un campo de fútbol con

los ojos cerrados. Algunos estudios sitúan los mensajes de texto mientras se conduce en la misma categoría que conducir en estado de ebriedad.

Prevenir y evitar los accidentes al conducir, que en ocasiones se le conoce como “conducir a la defensiva,” y estar preparado en la carretera para cualquier cosa que pueda suceder puede salvarles la vida a usted y a otros usuarios de las carreteras. Dondequiera que conduzca en los Estados Unidos, el mensaje de Belcuore es el mismo: esté

preparado, esté presente y listo para reaccionar, y sea prudente. Desde adolescentes que se preparan para obtener su licencia hasta personas mayores que conducen desde hace décadas y quieren un repaso, Belcuore enseña a sus estudiantes a “LEER” la carretera o “READ”, en inglés. Este acrónimo es fácil de recordar para ayudarnos a concentrarnos detrás del volante.

◆ **R: “Right speed for right now” o la velocidad correcta en este momento** La velocidad es un aspecto importante que controla un conductor y, con frecuencia, es la causa principal de los accidentes. Esté listo para bajar la velocidad.

“Necesita viajar a la velocidad correcta,” asegura Belcuore. “Si hay algo que cause un riesgo en la carretera, significa que, por el momento, debe ajustar la velocidad a una correcta.”

◆ **E: “Eyes up, brain on” o los ojos al frente y el cerebro encendido** Esté presente cuando conduzca. Conducir cuando

está distraído es un problema en todas partes y la principal causa de accidentes automovilísticos. Asegúrese de que sus ojos estén en la carretera y su cerebro esté presente. Además, no se distraiga con mensajes de texto, música, su GPS u otros pasajeros en el automóvil. No haga varias cosas a la vez mientras conduce y eso incluye el comer. Si tiene sueño, conduzca hasta un lugar seguro, estacione el automóvil y tome una siesta.

◆ **A: “Anticipate another vehicle’s**



move” o anticipe el movimiento de otro vehículo Recuerde que la persona que conduce a lado suyo puede representar un riesgo. Si está preparado para eso, va a ser un mejor conductor defensivo.

“Anticipe el próximo movimiento de otros conductores, esté preparado y piense en lo que pueden hacer y lo que podrían hacer,” explica Belcuore.

◆ **D: “Donut of space around you” o deje una rosquilla a su alrededor** No debe confundirse con la variedad de rosquilla de chocolate. Este tipo de rosquilla se refiere al espacio. Asegúrese de tener espacio en todos los lados de su vehículo, en la parte delantera y trasera.

“De esa manera, si algo sale mal, tiene a dónde ir,” dijo Belcuore. “Eso puede suceder fuera de la carretera, en una mediana o en un arcén, o algo similar.”

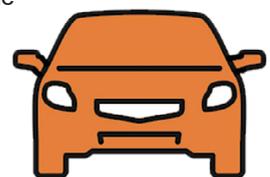
Tener una rosquilla también significa que no está siguiendo al vehículo frente a usted demasiado cerca. Siga siempre la regla de los tres segundos. “Una

buena distancia de seguimiento es de tres segundos detrás del coche que tiene delante y es fácil de hacer,” afirma “Solo elija algo que esté quieto en la carretera. Cuando el automóvil frente a usted pase ese objeto, solo cuente un segundo, dos segundos, tres segundos. Si llega a los tres segundos, está al menos a una buena distancia detrás del automóvil frente a usted.”

También es importante asegurarse de que sus espejos estén colocados correctamente y de que esté eliminando la mayor parte posible del punto ciego lateral.

Si su coche es nuevo, asegúrese de conocer la tecnología, lo que hace y cómo puede ayudarle. La tecnología no conduce el automóvil por usted, pero si se usa correctamente, definitivamente puede ayudarle a mantenerse seguro y a conducir un poco más seguro en la carretera. Pero la tecnología nunca podrá reemplazar esa mirada rápida y fácil por encima del hombro al cambiar de carril, asegura Belcuore.

>> Para obtener más consejos de conducción, visite www.nhtsa.gov



Todas las imágenes son cortesía de iStockphoto. Ilustraciones de Aleksandr Kharitonov; signo de límite de velocidad en zona de construcción de carretera, RyanOverman; dos personas sentadas en un automóvil, JackF; reflejo en el espejo lateral, Jorge Villaiba.