

BOLETÍN

E L E C T R Ó N I C O



CONDUCTA VIAL
Quálitás
CERO ACCIDENTES

Año 5 No. 54 marzo 2020

Conducción ecológica eficiente

Si bien cada automóvil tiene un rendimiento estimado por cada litro de gasolina, el estilo de conducción influye notablemente sobre este parámetro. Los diferentes hábitos de conducción optimizan en unos casos y en otros aumentan el consumo real de combustible. En este último caso se provoca además la emisión innecesaria de agentes contaminantes a la atmósfera.

Las emisiones de CO2 provocadas por combustibles fósiles son las causantes de un gran porcentaje de la contaminación ambiental en las grandes urbes, y en los últimos años se ha registrado un incremento desmesurado. Por esta razón se exige a los fabricantes de automóviles crear motores más eficientes en el consumo de gasolina.

Esto, aunado a una conducción eficiente y ecológica, permite reducir notablemente las emisiones, con la ventaja adicional de que este estilo de manejo incrementa la seguridad vial.

Consejos para una conducción eficiente:



◀ **Distancia de seguridad.** Mantén siempre la distancia de seguridad con el auto que te precede, esto evitará frenados bruscos.



◀ **Velocidad media.** Trata de no circular a la velocidad máxima permitida, de modo que **transites a una velocidad media de manera constante** y evites frenar continuamente.



◀ **Manejo a la defensiva.** Adopta el estilo de manejo a la defensiva, es decir, anticipa o prevé lo que pueda ocurrir con base en las acciones de los demás vehículos.



◀ **Ventanillas cerradas.** Si sales a carretera, circula con las ventanillas cerradas, ya que la resistencia del viento frena la inercia de tu vehículo. En este caso es mejor utilizar el aire acondicionado.



◀ **Mantenimiento de tu vehículo.** Además de tener tu auto afinado, es necesario circular siempre con la presión adecuada en las llantas.



◀ **Arranca sin acelerar.** No necesitas usar el acelerador para arrancar tu auto y tampoco esperar a que se caliente. Una vez encendido, inicia la marcha.

La emisión de gases contaminantes está asociada a enfermedades respiratorias, problemas oculares, cardiovasculares y jaquecas. Trabajar juntos en la reducción de emisiones, además de beneficiarnos a todos, nos permitirá combatir los problemas de calentamiento de la atmósfera.

Fuente: Dirección General de Tráfico, España



Consejos de conducción para adolescentes

Una vez que aprobó su curso en la escuela de manejo y obtuvo su permiso de conducir, darle las llaves del auto familiar a tu hijo o hija entraña varios riesgos.

Para mejorar su seguridad, te sugerimos negociar algunas reglas básicas para el uso del vehículo, por ejemplo:



◀ **Conozcan el reglamento de tránsito.** Como está empezando a conducir, tú puedes darle retroalimentación cuando realice alguna maniobra incorrecta.



◀ **Conducción nocturna.** De preferencia, restringe el uso del auto durante la noche y madrugada.



◀ **Acompañantes.** El vehículo nunca debe sobrepasar el número de pasajeros definidos en la tarjeta de circulación.



◀ **Distracciones.** Prohíbele el uso del teléfono celular u otros dispositivos electrónicos en el coche.



◀ **Alcohol.** Prohíbele terminantemente beber y conducir.



◀ **Practiquen con reforzamiento.** El curso de manejo no es suficiente. Pasa tiempo conduciendo con tu hijo o hija, de modo que pueda mejorar sus habilidades antes de hacerlo sin tu compañía.



◀ **Actúa con el ejemplo.** Si tú eres un buen modelo como conductor, fácilmente podrá imitarte.

Fuente: United States Department of Transportation

¡Cuidado con el latigazo cervical!

El efecto de látigo cervical se produce cuando un vehículo recibe un impacto, ya sea en la parte frontal o trasera, a una velocidad de 10 km/h o superior. Entre las lesiones que este evento puede provocar se cuentan: rigidez y dolor de cuello, pequeñas hemorragias internas, hernias de disco, rotura de ligamentos y, en casos extremos, problemas neurológicos graves e incluso parálisis.

Por fortuna la norma mexicana exige desde hace mucho tiempo la instalación de reposacabezas o cabeceras en todos los asientos de los vehículos. Sin

embargo, para que éstas cumplan su función, deben colocarse adecuadamente:

- **Altura:** la parte superior debe estar entre el borde superior de tu cabeza y la altura de tus ojos.
- **Distancia:** la separación entre cabeza y reposacabezas no debe ser superior a 4 cm.

Fuentes: Norma Mexicana NOM-194-SCFI-2014 / Dirección General de Tráfico, España

