



Con cero distracciones al conducir todos están seguros

**¿QUÉ SIGNIFICA
DISTRACCIÓN AL CONDUCIR?**



Es cuando el conductor desvía su atención a algo diferente de lo que estaba haciendo, en este caso, a la conducción, de manera que se desconcentra, perdiendo el centro de atención hacia la vía y al entorno

**¿A QUÉ SE ATRIBUYE
ESTA DISTRACCIÓN?**

- Estado mental y emocional
- Acciones del conductor, como uso de celular, conversar con acompañante, discusión con usuarios de la vía, ingerir alimento, fumar o cambiar la radio. Actos cotidianos que afectan el tiempo de reacción frente a una emergencia
- Estado físico del conductor, como fatiga, sueño, cansancio
- Variables del entorno como publicidad en la ruta, paisaje, altas temperaturas, baja iluminación, mala ubicación de señales, congestión vehicular o accidente vial
- Incomodidad en la postura
- Distractores propios del vehículo (acompañantes, objetos sueltos, ruidos, carga, pasajeros)

**¿CÓMO EVITAR LAS
DISTRACCIÓNES
AL CONDUCIR?**

- Señales de otros vehículos: cambio de pista, frenadas, luces intermitentes
- Información en la ruta: límites de velocidad, señales de tránsito, estado de la vía, baches, pavimento resbaloso, vehículos detenidos, accidentes, desvíos, pasos peatonales
- Señales del propio vehículo: velocidad, nivel de aceite, temperatura, agua, luces, gasolina, otros. Además, ruidos y olores extraños que pueden indicar un problema

RECOMENDACIONES



- Estar atento a la vía y su estado, a las señales que se reciben de otros vehículos y usuarios de la vía
- No utilizar el teléfono celular u otro aparato de telecomunicaciones, salvo que tal uso se efectúe por medio de un sistema de "manos libres"
- Evitar conversaciones que puedan provocar una discusión durante el viaje. Evitar un estado alterado o de estrés
- Si va acompañado, pide ayuda para buscar objetos y contestar teléfono
- Antes de comenzar el viaje, ajuste espejos, asiento, cinturón de seguridad, radio y GPS
- Consultar documentos, registros o mapas antes de iniciar la conducción.
- Conducir con volumen de radio moderado, para poder escuchar las alertas del entorno.
- Mantener la cabina ventilada para evitar somnolencia

**CURSOS DE
CAPACITACIÓN ACHS**



- Los trabajadores que conduzcan pueden participar en los cursos relacionados a Conducción Defensiva ingresando a la sección de Capacitaciones en www.achs.cl

Durante el año 2023 se registraron 32.329 siniestros de tránsito donde la causa fue la distracción en la conducción. En comparación al año 2022 existe un aumento de un 3% en esta causa de siniestros viales.

FUENTE: CONASET 2023



NORMATIVA ASOCIADA

DFL 1 del Ministerio de Transporte y Telecomunicaciones el cual fija texto refundido, coordinado y sistematizado de la Ley de Tránsito.