

ACCIDENTALITAT

Els accidents de trànsit representen un greu problema per a la societat, sobretot quan tenen conseqüències greus. La seguretat és un benefici per a tothom, per aquest motiu, hem de ser conscients de la gran importància que suposa prevenir aquest tipus d'accidents.

Els accidents de trànsit causen el 40% de les morts en jornada laboral.

Els factors que intervenen en l'accidentalitat són tres:

- **Factor humà:** Depèn de les actituds i aptituds del **conductor** i el **vianant**.
- **Factor tècnic:** Depèn del bon estat de tots els elements del **vehicle**.
- **Factor ambiental:** Depèn de la **via** i de les condicions meteorològiques.

El factor humà ocasiona entre el 70 i el 90% dels accidents de trànsit. Un comportament adequat, tant del vianant com del conductor, esdevé imprescindible per a evitar accidents.



FACTOR HUMÀ: EL CONDUCTOR/A

Aquest tríptic pretén recordar els factors que el conductor/a han de tenir en compte i que poden influir negativament en la conducció.

Factors que influeixen negativament en la conducció:

1. L' **ALCOHOL**.
2. La **VELOCITAT**.
3. La **FATIGA**.
4. Les **DISTRACCIONS**.
5. L'**AGRESSIVITAT**.

L'alcohol, la velocitat i la fatiga són les causes principals d'accidentalitat en carretera.

4. DISTRACCIONS

Les distraccions fan disminuir la capacitat de resposta. La distracció del conductor es troba present en un de cada tres accidents de trànsit i causa, habitualment, dos tipus d'accidents: la sortida de carretera o la col·lisió amb el vehicle del davant.

Factors que poden provocar distraccions:

Interns

- Mòbils o cigarrets.
- Manipulació de la ràdio.
- Insectes.
- Consulta de mapes.
- Fatiga o alcohol.

Externs

- Buscar un hotel, bar...
- Carreteres molt conegudes.
- Mirar el paisatge.
- Senyalització incorrecta.

És molt perillós conduir utilitzant equips electrònics (telèfon, PDA, navegadors GPS, DVD, ràdio-CD). El conductor/a es distreu. No es pot conduir prou bé amb una mà ocupada.

5. AGRESSIVITAT

L'agressivitat en la conducció s'ha convertit actualment en un fenomen alarmant.

Factors que determinen el nivell d'agressivitat:

- **Estat del conductor:** el conductor/a, si està sota els efectes de l'alcohol o té pressa, sol reaccionar amb més violència.
- **Edat-gènere:** generalment es reacciona més malament davant d'infraccions fetes pels conductors més joves o més grans. A més, també es reacciona pitjor davant les dones que davant els homes.
- **Tipus de vehicle:** es reacciona pitjor davant de col·lectius com els taxistes o davant de conductors que circulen amb un cotxe vell.

TIPUS D'AGRESSIONS MÉS FREQUENTS

%	AGRESSIONS
63	Gestos ofensius i obscens
53	Ràfegues de llum
43	Acostament excessiu
39	Insults i agressions verbals

Plan general de actividades preventivas de la Seguridad Social 2015



SECRETARÍA DE ESTADO DE LA SEGURIDAD SOCIAL

DIRECCIÓN GENERAL DE ORDENACIÓN DE LA SEGURIDAD SOCIAL

© Asepeyo. Mútua Col·laboradora amb la Seguretat Social núm. 151. R6116036. Reservats tots els drets en totes les llengües i països. Fotos shutterstock.com: Bachtub Dmitrii i Lightpoet.

Segueix-nos a:     

Seguretat viària

Factor humà: El conductor/a



ASEPEYO

1. ALCOHOL

L'alcohol és probablement el factor de risc més alt en la conducció. El consum d'alcohol produeix alteracions físiques i psíquiques que perjudiquen greument una conducció segura.

Efectes de l'alcohol sobre els conductors:

- Augment de les infraccions
- Alteracions del comportament
- Trastorns motrius
- Augment del temps de reacció i frenada
- Disfuncions sensorials
- Alteracions en la coordinació
- Pertorbacions en el camp perceptiu
- Depressió general

El Reglament General de Circulació estableix:

TAXES PERMESES

Conductors de vehicles particulars i bicicletes	0,5 gr. per litre de sang 0,25 mg. per litre d'aire espirat
Conductors de la resta de vehicles	0,3 gr. per litre de sang 0,15 mg. per litre d'aire espirat
Conductors novells	0,3 gr. per litre de sang 0,15 mg. per litre d'aire espirat

El risc de tenir un accident havent consumit alcohol augmenta exponencialment a mesura que s'incrementa la concentració en sang.

Alcoholèmia (g/l)	Efectes	El risc d'accident es multiplica per:
0,15	Disminució dels reflexos.	1,2
0,20	Dificultat per mantenir la conducció recta. Falsa apreciació de les distàncies.	1,5
0,30	Subestimació de la velocitat. Pertorbació dels moviments.	2,0
0,50	Eufòria. Disminució de la percepció del risc. Increment del temps de reacció.	3,0
0,80	Pertorbació general del comportament.	4,5
1,20	Fatiga intensa. Pèrdua de visió.	9,0
1,50	Embriaguesa notòria.	16,0
3,5	Coma.	-
4,5	Mort.	-

2. VELOCITAT

Més del **30% dels accidents** que es produeixen a les carreteres i més del 13% en vies urbanes són deguts a un excés de velocitat.

Augmentant la velocitat:

- augmenta el **temps de reacció**.
- augmenta la **distància de frenada**.
- disminueix la **capacitat de resposta**.

Temps de reacció:

Temps que tarda el conductor des del moment que percep el perill fins que comença a accionar el pedal de fre.

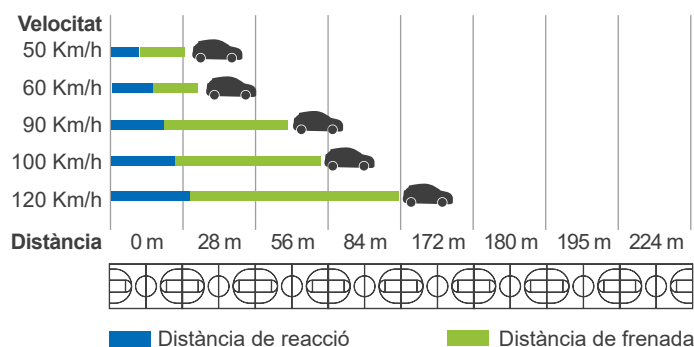
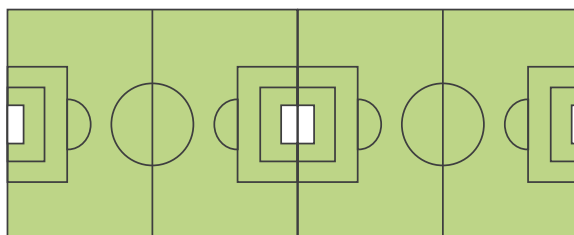
Normalment el temps de reacció és de **0,75 segons**:

- Un vehicle a **40km/h** recorre **8 metres** abans que el conductor/a premi el fre.

Distància de frenada:

Espai que recorre un vehicle des que accionem el fre fins a parar-lo del tot.

- Un vehicle a **120km/h** en una frenada d'emergència recorre 100 metres en 3 segons abans no es para.



Recomanacions de seguretat:

- Respectar els límits de velocitat.
- Adaptar la velocitat a les condicions de la via.
- Col·laborar amb els altres conductors.
- Conèixer les possibilitats de nostre vehicle.

3. FATIGA

La fatiga es troba entre els principals factors de risc al volant. Aproximadament entre el 20% i el 30% dels accidents de trànsit que es produeixen cada any són a conseqüència de la fatiga.

Els **efectes que produeix la fatiga** en la conducció són:

- Dificultat per mantenir l'atenció.
- Tensió muscular i rigidesa.
- Disminució de la precisió.
- Respostes errònies.
- Acceptació de més riscos.
- Canvis de conducta.
- Agressivitat.
- Sobrevaloració de les pròpies capacitats.

Símptomes de la fatiga:

- Als **ulls**: parpelleig constant i pesantor, mala fixació de la vista, fregar-se els ulls massa sovint.
- A les **orelles**: errors d'audició, xiulets estranys, més sensibilitat als sorolls.
- **Físics**: pressió al cap i temples, sensació de braços adormits, caiguda del cap, moviments en el seient.
- En la **conducció**: variació injustificada de la velocitat, lleugera desviació de la trajectòria, distància de seguretat insuficient, pèrdua de sensació de velocitat, canvis de marxa a destemps.

Factors que incrementen la fatiga:

Vehicle	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Excessiu soroll i vibracions. ▪ Il·luminació insuficient. ▪ Calor excessiva. ▪ Poca ventilació.
Via	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conducció nocturna o amb clima advers. ▪ Conducció per carreteres desconegudes o molt transitades.
Conductor	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Edat. ▪ Poca experiència. ▪ Mala col·locació del seient. ▪ Maldecaps i preocupacions personals.

Prevenió de la fatiga:

- Beure força aigua.
- No conduir més de 8 hores diàries.
- Parar cada 2 hores o cada 150/200 km.
- Fer exercici en les parades.
- No ingerir aliments pesats.
- Conduir amb roba còmoda i a temperatura agradable.