

REDUCE LA VELOCIDAD. LA VELOCIDAD IMPORTA.

TUS DECISIONES MANEJAN TU SEGURIDAD

La velocidad excesiva ha sido un factor presente en 1/3 de las muertes por colisión en EE.UU. cada año desde el 2005¹. El exceso de velocidad no solo significa superar los límites de velocidad vigentes, sino también circular a una velocidad no acorde con las condiciones meteorológicas y/o con el estado de la carretera. El exceso de velocidad es en sí mismo peligroso y más aún en combinación con otras conductas de riesgo para la conducción.

POR QUÉ EL EXCESO DE VELOCIDAD ES UNA MALA IDEA



1.5 segundos. Tiempo medio que tarda la mayoría de los conductores en reaccionar (en condiciones óptimas).



3 segundos. Tiempo de reacción de un conductor fatigado, distraído o afectado por el consumo de alcohol o drogas.



Frenado. A mayor velocidad, mayor distancia recorrida mientras se procesa lo que ocurre...y más tiempo tardará el vehículo en detenerse.



Pérdida de control del vehículo. Los vehículos de motorizados son más difíciles de maniobrar a velocidades más elevadas, especialmente en cruces de calles o curvas, o cuando es necesario realizar maniobras evasivas.



Mayor velocidad = mayor gravedad de la colisión. En una colisión, cuanto mayor sea la velocidad, mayor será la cantidad de energía que debe ser absorbida por el impacto.



Eficacia de los dispositivos de seguridad. La eficacia del airbag, el cinturón de seguridad y otros elementos como las zonas de deformación del vehículo programada y las barras de protección lateral, es menor a velocidades de impacto mayores.



Traumatismos y muertes. A mayor velocidad, mayor riesgo de colisión y traumatismo. Si se redujera la velocidad general en solo 3 mph (5 km/h), la cifra de traumatismos por colisión podría disminuir casi a la mitad.² El riesgo medio de fallecimiento de un peatón es del 10% a una velocidad de impacto de 24,1 mph (38,8 km/h), del 25% a 32,5 mph (52,3 km/h), del 50% a 40,6 mph (65,3 km/h), del 75% a 48,0 mph (77,3 km/h) y del 90% a 54,6 mph (87,8 km/h).³



Costos. La multas por velocidad pueden dar lugar a un aumento de las primas de los seguros, así como a la suspensión del permiso de conducir, a la apertura de un expediente penal o a la pérdida del puesto de trabajo.

A PESAR DEL RIESGO

45% de los conductores admitieron haber superado en 0 km/h el límite de velocidad permitido en una calle residencial en el último mes.

48% afirmaron que habían excedido en 15 mph el límite de velocidad en una autopista.⁴

5 CONSEJOS PARA EVITAR EL EXCESO DE VELOCIDAD

- 1 Planifica tu ruta.** La planificación anticipada ahorra mucho más tiempo que la velocidad excesiva y probablemente sientas menos necesidad de circular deprisa.
- 2 Vigila el odómetro.** Cuando mires los espejos retrovisores cada 5-6 segundos, según lo recomendado, observa el odómetro para evitar el exceso de velocidad involuntario.
- 3 Usa la velocidad crucero selectivamente.** Fija una velocidad legal y segura, teniendo en cuenta las condiciones de circulación del momento. La velocidad crucero no es recomendable en ciudad, en tráfico intenso, en carreteras con curvas, cuando la superficie esta mojada, resbaladiza, con nieve o hielo, o al transcurrir por zonas montañosas.
- 4 La música que escuchas puede influir en la velocidad.** Considera crear una lista de música especialmente para manejar, o sintoniza música que ayude a relajarte y a mantener la velocidad baja.
- 5 Piensa en el ahorro de combustible.** El exceso de velocidad, la aceleración rápida y los frenazos bruscos pueden reducir el ahorro de combustible entre un 15% y un 30% en desplazamientos por autopista y entre un 10% y un 40% en desplazamientos urbanos.⁶

¿REALMENTE MERECE LA PENA EL TIEMPO QUE AHORRAMOS CON LA VELOCIDAD?

La AAA calculó cuánto tiempo se tarda en recorrer 30 millas a diferentes velocidades.⁵



SEÑALES DE ADVERTENCIA

La mayoría de nosotros nos consideramos bastante buenos conductores y creemos que son los demás los que causan problemas en la carretera. Pero año tras año, el informe anual de la AAA⁷ revela que muchos conductores admiten tener las mismas conductas de riesgo que califican de "inaceptables" en los demás. Presta atención a las señales de advertencia sobre tus prácticas al volante. Señales como:

UNA MULTA POR EXCESO DE VELOCIDAD. Emplea la experiencia como una señal de advertencia de que has podido desarrollar hábitos que necesitas cambiar.

LOS COMENTARIOS DE LOS PASAJEROS. ¿Has tenido la suerte de viajar con un familiar que ejerza de conductor desde los asientos traseros? Por molesto que pueda parecer, a veces te dice lo que necesitas oír.

"A PUNTO DE". ¿Has tenido alguna vez que hacer sonar la bocina, frenar bruscamente o dar un volantazo para evitar una colisión? Analiza la situación para ver qué puedes aprender de cualquier error que pudiste haber cometido que contribuyó a que estuvieras "a punto de" y evita que se convierta en una colisión.

PERSONALIDAD "TIPO A". ¿Eres una persona orientada a los objetivos, con una constante sensación de urgencia y a la que no le gusta el tiempo improductivo? Aunque estas cualidades pueden ser beneficiosas para tu carrera profesional, podrían suponer un mayor riesgo de colisión.⁸ Si este es tu caso, debes ser consciente de los rasgos de tu personalidad que podrían aumentar el riesgo de exceder la velocidad y pensar cómo moderarlos.

⁵IHS Fatality Facts, February 2016, <http://www.ihs.org/ihs/topics/t/general-statistics/fatalityfacts/overview-of-fatality-facts> ⁶Kloeden CN, McLean AJ, Glonek G [2002]. Reanalysis of traveling speed and the risk of crash involvement in Adelaide South Australia. Road Accident Research Unit, the University of Adelaide. ⁷Tefft BC [2013]. Impact speed and a pedestrian's risk of severe injury or death. Accident Analysis & Prevention 50: 871-878. ⁸AAA Foundation for Traffic Safety. [2016]. 2015 Traffic Safety Culture Index. Washington, DC: AAA Foundation for Traffic Safety. ⁹Thomas, J.F., S. Huff, and B. West. 2016. Review of Measured and Modeled Fuel Consumption Changes Due to Aggressive Driving on Conventional and Hybrid Electric Light-Duty Vehicles. Internal Report. Oak Ridge National Laboratory. ¹⁰AAA Foundation for Traffic Safety. [2016]. Speeding, AAA Exchange. <http://exchange.aaa.com/safety/roadway-safety/speeding/#V4PwqkxjD8> ¹¹AAA Foundation for Traffic Safety. "AAA Traffic Safety Culture Index 2007-2015." <https://www.aaa.foundation.org/safety-culture> ¹²Fatima, Batool, Naureen Munawar, and Samira Arshad. "Type-A Behavior and Traffic Accidents." Institute of Clinical Psychology, University of Karachi.