

Salva vidas, maneja con seguridad

No hay nada más importante que llegar a salvo.

Asuntos claves

- Planea tu viaje: inspecciona el vehículo, prepara sistema de navegación y materiales para emergencias;
- Realiza auto evaluación y confirma que estés alerta y listo para manejar;
- Evita todas las distracciones al manejar; tu prioridad es manejar con seguridad;
- Maneja a la defensiva moviendo los ojos en todas direcciones;
- Viaja a velocidad segura para aumentar el tiempo de reacción.

Infórmate antes de salir.

Camina alrededor del vehículo. Revisa la presión de las llantas y los niveles de fluidos del motor. Confirma que las reparaciones estén al día. Confirma que llevas equipo de emergencia en carretera. Limpia el parabrisas para mejor visibilidad.

No manejes

soñoliento. Es peligroso manejar con sueño, es igual que manejar bajo la influencia

de drogas o alcohol. Una investigación descubrió que **cuando estamos despiertos por 24**

horas, llevamos el mismo efecto dañino como cuando manejamos con

0.10 por ciento de alcohol en la sangre. Reconoce los avisos cuando te vas durmiendo al volante.

Prepárate para detenerte en un lugar seguro para echarte una siesta o cambiar conductor cuando sea necesario.

Evita las distracciones.

No uses los teléfonos cuando vas al volante. El uso de teléfonos contribuye un



6 por ciento de los choques automovilísticos anualmente en los Estados Unidos, lo cual equivale a **2600** muertes. Las investigaciones han mostrado que los dispositivos manos libres no ofrecen beneficios de seguridad.



Considera restringir otras distracciones por igual, incluyendo comer, cosméticos y usar el sistema de navegación. Prepárate para el día y planea tu viaje con anticipación.

Cómo manejar a la defensiva.

Echa un vistazo frecuentemente en todas direcciones. Toma en cuenta el tráfico, peatones y obstáculos. Siempre planea una ruta de escape intencional.

Viaja a velocidad segura.

Recuerda, cuando viajas más lento, el tiempo de reacción aumenta y reduce la severidad del impacto.

