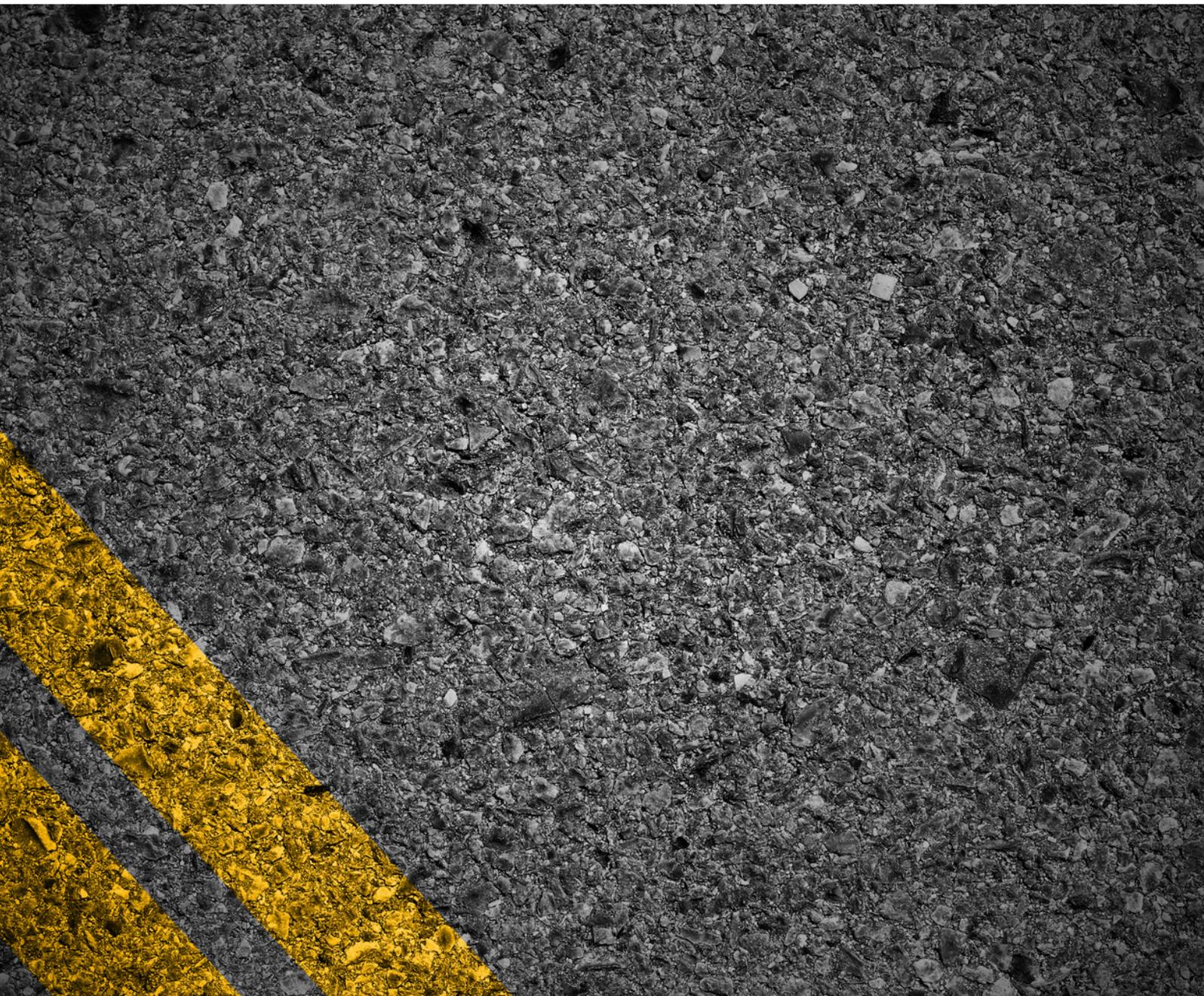


**LA UPRL
INFORMA**

 quirónprevención

SENSIBILIZACIÓN PRÁCTICA PARA DISMINUIR LA SINIESTRALIDAD VIAL



Desde el Centro de Formación en Emergencias, Conducción y Protección Civil de Ilunion se lleva a cabo una labor de formación, entrenamiento y reciclaje de personal, tanto del sector público como del privado, dedicado a cualquier tipo de intervención en emergencias.

En concreto, desde la escuela de conductores Escuela de Conducción y Seguridad, por la que pasan más de 2.500 alumnos al año, se trabaja a través de diferentes cursos, desde lo más básico, hasta experiencias simuladas de posibles accidentes con el objetivo de ayudarles a reaccionar de manera adecuada ante una situación de emergencia.

Cuando alguien obtiene el permiso de conducir ya está oficialmente habilitado para circular, pero aún le queda un largo camino por recorrer hasta llegar a conseguir ser un buen conductor. Este objetivo se alcanza no sólo con el paso del tiempo, también es importante adquirir conocimientos complementarios a los aprendidos en la Autoescuela.

A continuación, hacemos un repaso por algunos consejos de conducción que en ocasiones olvidamos y resultan primordiales:

Posición al volante

Si no vamos correctamente sentados, con el paso del tiempo aparecerá la fatiga o el cansancio, dos factores de riesgo que provocan un número muy elevado de accidentes. Es más, si está postura incorrecta se mantiene a lo largo de los años, corremos el riesgo de sufrir lesiones en el cuello y la espalda, una patología bastante común en los conductores profesionales.

Manejo del volante

Una vez regulado el puesto de conducción, el siguiente paso es manejar correctamente el volante. Si consideramos el volante como la esfera de un reloj, colocaremos una mano frente a la otra a las 09:15 h. Para evitar posibles lesiones ante un giro brusco del volante, los dedos pulgares siempre se colocarán por fuera.

Los movimientos de volante deben ser amplios, precisos y suaves, cualquier giro brusco del volante se transmitirá al vehículo, penalizando su comportamiento dinámico.

Utilización de la vista

Otro capítulo a tener en cuenta es la correcta utilización de la vista durante la conducción, hemos de mirar lejos y no como sucede en muchas ocasiones que fijamos la vista en la matrícula del vehículo que nos precede.

Si utilizamos correctamente la vista, nuestro campo de visión será mayor y podremos anticiparnos a cualquier imprevisto que surja en la carretera.

Conocer el vehículo

Es fundamental conocer el comportamiento dinámico de los vehículos, al fin al cabo estamos manejando una máquina con un peso cercano a las dos toneladas y que se desplaza a velocidades muy elevadas.

Cuando vamos a conducir un vehículo debemos saber cuáles son sus principales características, no es lo mismo manejar un coche de tracción delantera que uno de propulsión o un vehículo industrial que un turismo.

Experiencia ante distintas situaciones

Aparte de los conocimientos teóricos, es crucial que el alumno experimente cómo se comporta el vehículo en distintas situaciones: trazado de curvas, pérdida de adherencia, frenada de emergencia, pérdida de la trayectoria, etc. En esto se basa en gran medida la filosofía de la Escuela, el aprendizaje mediante la experiencia práctica o lo que es lo mismo, que el alumno después de recibir unas nociones teóricas, ponga en práctica las técnicas aprendidas.

La repetición de este tipo de prácticas, posibilitará que el alumno ante una situación de emergencia reaccione correctamente y no de manera instintiva, ya que en la mayoría de los casos no es la correcta. Por ejemplo:

- Ante una **frenada de emergencia**, se puede explicar cómo realizar correctamente una frenada de emergencia; pisaremos fuertemente y al unísono, los pedales del freno y el embrague, fijando la vista hacia donde queremos dirigir el vehículo, giraremos el volante con rapidez y precisión y mantendremos la presión sobre los pedales durante toda la maniobra.

Pero esta explicación no es comparable con las sensaciones que vive el alumno al realizar una frenada de emergencia a 70 km/h y comprobar como el vehículo frena mucho más de lo que podría pensar en un primer momento o al percibir las pulsaciones del sistema A.B.S en el pedal del freno.

- Ante una rotonda con **pavimento deslizante**, el alumno comprobará que, a baja velocidad, unos 35 km/h, no es capaz de controlar el derrapaje del vehículo, y pondrá en valor los conocimientos adquiridos en el aula en cuanto a la importancia de mantener los neumáticos en buen estado y los beneficios de los sistemas electrónicos.

- Ante un **vuelco**, mediante un simulador el alumno experimenta la secuencia completa de este tipo de siniestros. El vuelco de un vehículo es uno de los peores accidentes que se pueden dar, por varias razones. Estructuralmente, la parte más débil del vehículo es el techo y por lo tanto ante un accidente de este tipo tiende a deformarse.

Otro problema añadido, es que en no pocas ocasiones esta deformación del habitáculo provoca que las puertas queden bloqueadas, por lo que tendremos que optar por abandonar el vehículo por alguna de las ventanillas laterales o por la luna trasera.

No debemos perder tiempo y energía en intentar fracturar la luna delantera, ya que por normativa se trata de un cristal laminado que no se puede romper fácilmente.

A los alumnos se les enseña como abandonar el vehículo sin más daños que los propios del accidente. Si nos encontramos bocabajo, sujetos por el **cinturón de seguridad** y soltamos el anclaje, las lesiones en el cuello pueden ser muy graves. De ahí la importancia de aplicar unas sencillas técnicas para salir del vehículo con total seguridad.

- Para concienciar al alumno sobre la importancia de llevar siempre colocado el cinturón de seguridad, se realiza una práctica en un simulador de impactos que reproduce un choque frontal a una velocidad entre 8 y 12 km/h. Es importante que todos los conductores sepan que gran parte de los accidentes se producen a velocidades por debajo de 60 km/h, pero no por ello no pueden tener consecuencias graves.

El conocimiento dinámico del vehículo, de los riesgos que conlleva la conducción y la aplicación de técnicas de conducción defensiva, nos harán conductores más seguros y respetuosos con el resto de usuarios de la vía y con el medio ambiente.