

La UPRL informa



ACCIDENTES DE TRÁFICO

Es el perjuicio ocasionado a una persona o bienes materiales, en un trayecto o transporte.

Gran parte de los accidentes de tráfico son predecibles y evitables, por eso la **PREVENCIÓN ES LO PRIMORDIAL** y en muchos casos se reduciría la gravedad de los mismos.

Tenemos que poner en marcha las soluciones en las que podemos influir personalmente.

Cada año mueren al año unas 3.000 personas en España por accidentes de tráfico, además de unos 140.000 heridos más o menos graves y de ellos 500 quedan paraplégicos.

Se considera problema de Salud Pública.

El 48% de los accidentes laborales son accidentes de tráfico y según el RACE el 10% de los accidentes laborales con baja son por accidentes de tráfico tanto los realizados por motivos de trabajo como los *in itinere*.

Las cifras de accidentes se han reducido desde la implantación del carnet por puntos.

El medio más utilizado para ir al trabajo es el coche, después el transporte público y posteriormente andando. En menor porcentaje moto y bicicleta.

CAUSAS MAS FRECUENTES DE LOS ACCIDENTES

- **Factor humano:** la causa más frecuente.
 - Conducir bajo los efectos del alcohol, estupefacientes o algunos medicamentos.

La UPRL informa

- Maniobras imprudentes.
- Desobedecer señales de tráfico.
- Exceso de velocidad.
- No estar en condiciones físicas o mentales para conducir (fatiga, sueño, enfermedades, ...). -
Distracciones: hablar por el móvil, fumar, ...

• **Factores mecánicos:** Vehículo sin mantenimiento adecuado

• **Factores climáticos:** Lluvia, niebla, hielo...

OTRAS CAUSAS

Defectos en carreteras y señales, así como la mala señalización.

LESIONES MAS FRECUENTES

- • **ESGUINCE CERVICAL O LATIGAZO CERVICAL:** dolor cervical.
- El accidentes de tráfico la causa más frecuente de lesiones en cabeza y cuello.
- • **DORSALGIAS Y LUMBALGIAS:** contracturas musculares, protusiones discales y hernias discales.
- • **CONTUSIONES MULTIPLES.**
- • **FRACTURAS.**
- • **HERIDAS.**
- • **TRAUMATISMOS CRANEOENCEFÁLICOS (TCE):** lesiones cerebrales.
- • **LESIONES NERVIOSAS PERIFÉRICAS,** lesiones medulares que ocasionaran paraplejas.
- • **TRAUMATISMOS VISCERALES:** rotura de las mismas.

¿QUÉ PODEMOS HACER?

• **Disminuir la velocidad,** no ir medio parados, pero sí respetar los límites de velocidad, no por correr más ganamos tiempo, además aumenta el gasto de gasolina.

- • **Usar siempre los cinturones de seguridad o casco.**
- • **No distraernos con el teléfono, GPS, ...**
- • **No realizar maniobras temerarias.**
- • **No conducir bajo los efectos del alcohol, estupefacientes o algunos medicamentos.**
- • **No conducir si estamos cansados o tenemos sueño.**
- • **Mantener el coche en buenas condiciones.**

Hay que tener respeto por la vida propia y la ajena, porque las consecuencias son también para los demás.

COMO DICE EL REFRÁN MÁS VALE TARDE QUE NUNCA