

La salud de la conducción en España no es perfecta. Según un estudio de INTRAS para Attitudes, el 77% de los conductores españoles circula bajo estados de estrés y el 22%, bajo estados de depresión. De hecho, casi la mitad de los españoles (44%) se ha sentido alguna vez indispuesto para conducir, pero, a pesar de ello, el 37% de ellos ha seguido conduciendo



El 77% de los españoles conduce con estrés

EL VOLANTE, A TERAPIA

J. M. M.

Fotos: ATTITUDES

Según la Organización Mundial de la Salud, enfermedades mentales y lesiones por accidente de tráfico constituirán los dos principales problemas de salud del primer cuarto del siglo XXI. En España, INTRAS –citando el Libro Blanco de la Depresión– calcula que 6 millones de personas sufren depresión y que el estrés afecta al 10% de la población.

Por ello, Attitudes, la iniciativa social

de Audi, para sus VII Jornadas de Reflexión de Attitudes tituladas “¿El conductor a terapia”?, se planteó, en palabras de Manuel Caballero –director de Audi España–, “saber la forma en que influyen determinados estados de salud en la conducción, en especial estrés, depresión y ansiedad”. Así, el estudio realizado por INTRAS afirma que “el 76,9% de los conductores conduce bajo estados de estrés; el 21,9%, de depresión; y el 11,2%, bajo ansiedad”.

Esto tiene especial gravedad, ya que, según Francisco Alonso –director de Investigación de Attitudes–, “los conductores que asumen más riesgos en la

conducción forman parte, en mayor medida que el resto, de grupos con sintomatología de ansiedad, estrés y depresión”. Y por si esto fuera poco, Alonso añadió un dato de plena actualidad: según la Asociación de Psicología Americana (APA), el estrés aumentará un 15% debido a la crisis, lo que llevará a que “la mitad de las bajas sean por estrés en los próximos años”.

EN TRATAMIENTO. Además, estas enfermedades “que –según Francisco Alonso– no son reconocidas por los conductores como importantes, pero lo son” plantean el problema del tratamiento



➤ Un 30% de los conductores toma medicamentos habitualmente.

farmacológico. Según INTRAS, “un 15% de los conductores reconoce estar medicándose para tratar la depresión, la ansiedad, los trastornos del sueño o para relajarse o dormir”. Este dato es relevante, dados los efectos secundarios de los fármacos sobre la conducción y, en especial, a la luz de que sólo una cuarta parte de los medicamentos advierten sobre su posible relación con la capacidad para conducir, del importante número de personas que se automedican y que desconoce los riesgos de los fármacos sobre la conducción (24% en los casos de trastornos del sueño, 31% en los de relajarse o dormir y 9,7% en los de ansiedad). Y un dato más: en España, un 30% de los conductores toma habitualmente algún medicamento.

INDISPUESTOS PERO AL VOLANTE.

También destaca Attitudes que el 44% de los conductores españoles “se ha sentido alguna vez indispuesto para conducir”, pero, pese a ello, “el 37,5% ha seguido conduciendo”. Incluso, “el 22% sigue conduciendo cuando se encuentra de baja laboral –señaló Francisco Alonso– y lo hace en condiciones que no son ideales. Por ejemplo, muchos aprovechan la baja para ir conduciendo a hacer gestiones para las que nunca encontramos tiempo...” De hecho, según el estudio, sólo el 11% encuentra una clara incompatibilidad entre conducir y estar de baja.

EL 44% DE LOS CONDUCTORES ESPAÑOLES SE HA SENTIDO INDISPUESTO, PERO EL 37,5% HA SEGUIDO CONDUCIENDO

MAYOR IMPLICACIÓN DE LOS MÉDICOS.

Tanto durante los grupos de reflexión como en las mesas redondas, y en el propio estudio, se puso en entredicho el reconocimiento médico-psicológico para la renovación de los permisos de conducción. Así, el 72% de los conductores



- Modificar la manera de percibir la situación. Por ejemplo, si trata de un atasco, pensar “otra vez saldré con más tiempo”.
- Tener pensamientos positivos: “No ocurre nada si llego un poco más tarde”.
- Desviar el pensamiento de la situación estresante, centrado la atención en la tertulia de la radio, por ejemplo.
- Hacer estiramientos, favoreciendo así la relajación.
- Respirar varias veces lenta y profundamente por la nariz, expulsando el aire por la boca.

(Fuente: Attitudes).

lo considera poco exhaustivo, aunque el 84% estaría de acuerdo con que se retirase el permiso temporalmente a quienes la revisión así lo aconsejara.

Así, Pere Navarro, director general de Tráfico, señaló que los Centros de Reconocimiento Médico “son una herramienta muy potente y no le sacamos rendimiento ni de lejos” y destacó la falta de implicación de las autoridades sanitarias de las comunidades autónomas (“en cuatro años, nadie me ha llamado para hablar de ello, y son centros médicos”, decía, subrayando el término).

En esa línea, Jordi Jané, ex-presidente de la Comisión de Seguridad Vial del Congreso, señaló que “la salud tiene mucho que ver con la seguridad” y tras pedir mayor implicación de los médicos, deseó que “¡ojalá todos los que no están bien decidan bajarse del coche! Conducir es un acto voluntario”.

Tanto Emilio Olabarría, presidente de la Comisión de Seguridad Vial del Congreso, como Bartolomé Vargas, fiscal de Seguridad Vial, apuntaron la dificultad de inhabilitar para la conducción a quienes tengan problemas médicos importantes, pero todos apostaron por una mayor información de cómo influyen los fármacos en la capacidad de conducción. En definitiva, en estas jornadas de reflexión se pidió una mayor implicación de los profesionales sanitarios para mejorar la salud vial en España. ♦