

La experiencia adquirida es buena compañera de viaje, pero no puede ser la única referencia. Los tiempos cambian... Y las normas y la tecnología y nosotros... Por eso, hoy, nada ni nadie puede resistirse a actualizarse. En el tráfico, esta es la clave.

## EN LAS MEJORES CONDICIONES

Nuestras facultades se resienten con el envejecimiento: los reflejos, la vista y el oído o la atención no responden ahora como hace unos años. Es cierto que estos cambios no se producen de una forma brusca, de un día para otro, si no de manera progresiva, muy poco a poco, casi sin darnos cuenta.

Por eso tienen tanta importancia las revisiones médicas: sirven para detectar nuestros "niveles" y actuar en consecuencia. Sólo conociendo perfectamente nuestras condiciones físicas podremos tomar las medidas oportunas.

En todo caso, hay situaciones que son evidentes: para cruzar una calle se necesita más tiempo que antes, incorporararnos a una vía exige más comprobaciones, subir al autobús cuesta cada vez más...

Septiembre 2007



[www.nopodemosconducirporti.com](http://www.nopodemosconducirporti.com)  
[www.permisoporpuntos.es](http://www.permisoporpuntos.es)



**Tu experiencia es el mejor  
seguro de vida.  
No dejes de aprender.**

**No podemos conducir por ti.**



[www.dgt.es](http://www.dgt.es)



## AL VOLANTE

Por su experiencia como conductor, ya sabe que no hay nada más peligroso que el exceso de confianza, sobre todo, en aquellas conductas que son tan habituales que nos hacen perder la sensación de riesgo. Por ejemplo:

- Cuando la vista y el oído van perdiendo agudeza, se necesita más tiempo ante cualquier imprevisto. Controle la velocidad y aumente la distancia de seguridad.
- Es normal que sea más sensible al cansancio y la fatiga. No tenga prisa: en viajes largos redice más paradas y tómese tu tiempo.
- Consulte siempre a su médico sobre lo que está tomando y siga al pie de la letra sus indicaciones. Preste atención a los efectos secundarios de los medicamentos al volante.
- A veces, los elementos de seguridad pueden suponer una cierta incomodidad pero, en caso de accidente, cinturón y casco son tan importantes ahora como siempre.
- Y por último, las normas de tráfico han evolucionado: el uso del móvil, el permiso por puntos... Conocer esos cambios es conducir mucho más seguro.



## A PIE

Muchas veces echamos la culpa de los accidentes al comportamiento de los conductores, pero los peatones tenemos por lo menos la misma responsabilidad (todos lo sabemos) y, además, no tenemos "carrrocera" que nos proteja.

- Sea consciente de que sus reflejos y sus condiciones físicas no son las de antes. Actúe de acuerdo con ello y no corra riesgos que nunca son necesarios.
- En invierno, cuando llueve o hay poca luz, a los conductores les resulta más difícil ver a los peatones, sobre todo si van vestidos de oscuro. Es fundamental tenerlo en cuenta y extremar la precaución.



Las normas, los coches,  
las carreteras, todo cambia.  
Adaptarse es fundamental  
para reducir el riesgo.

- Para cruzar, espere siempre sin bajar de la acera. Recuerde mirar a los dos lados y asegúrese de que los vehículos se han parado antes de iniciar el cruce.
- Los pasos de peatones o semáforos son los lugares más seguros para cruzar. Si no los hay, busque zonas con amplia visibilidad y cruce por el camino más corto, en línea recta.
- Las plazas o glorietas siempre hay que rodearlas y nunca se pueden atravesar. Si no hay acera, recuerde: siempre por el lado izquierdo de la calzada, igual que cuando camina por carretera.



## EN AUTOBÚS

- Espere en la parada, nunca en la calzada. Si hay mucha gente para subir, mantenga la calma: el bus no se va a ir y evitará empujones y agobios, que suponen un riesgo importante.
- Sujétese a las barras en todo momento, especialmente cuando el autobús arranca y se detiene. Prepárese con tiempo antes de llegar a su parada para poder bajar sin prisas.
- Al bajar, espere para cruzar hasta que el autobús se haya marchado. Hacerlo antes, reduce su campo de visión y puede ser muy peligroso.