



Facultad de Ciencias de Salud

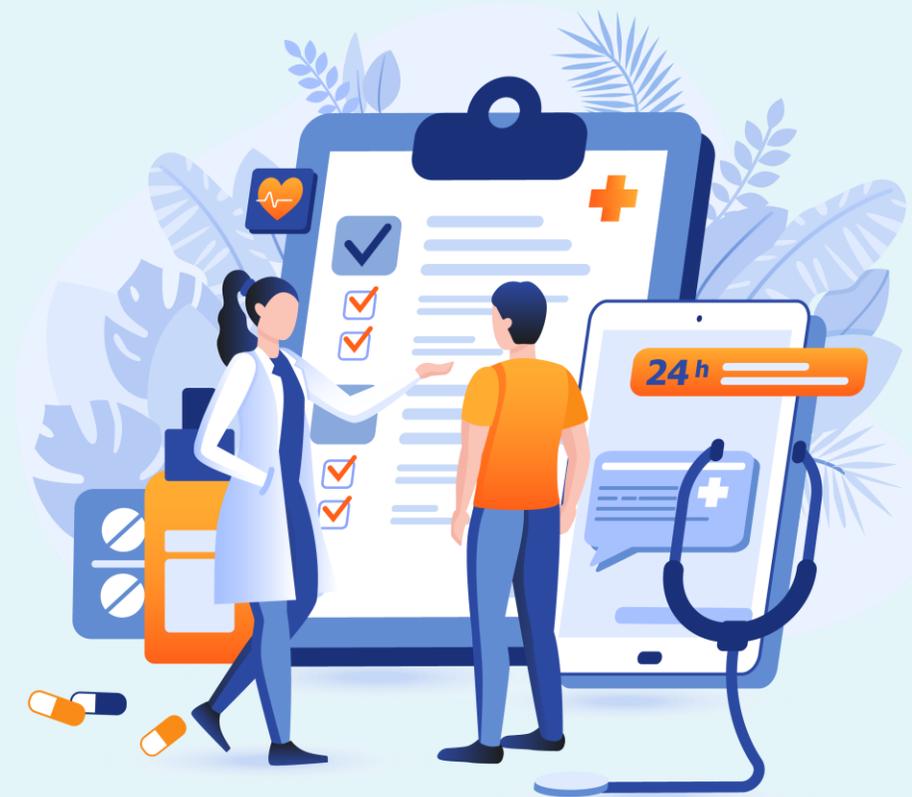
Salud Integral

Prevención de accidentes de tránsito



ÍNDICE

1. Agenda pedagógica
2. Factores y conductas de riesgo en la vía pública
3. Fuente SAT
4. ¿Qué es un accidente de tránsito?
5. Factores y conductas que provocan accidentes
6. Causa número uno de muertes en hechos de tránsito
7. ¿Qué factores influyen sobre la velocidad?
8. Punto ciego o área ciega
9. Recomendaciones generales





COMPETENCIA



Evalúa la importancia de la prevención para el cuidado de la salud, tomando en cuenta las áreas de adicciones, accidentes y violencia.



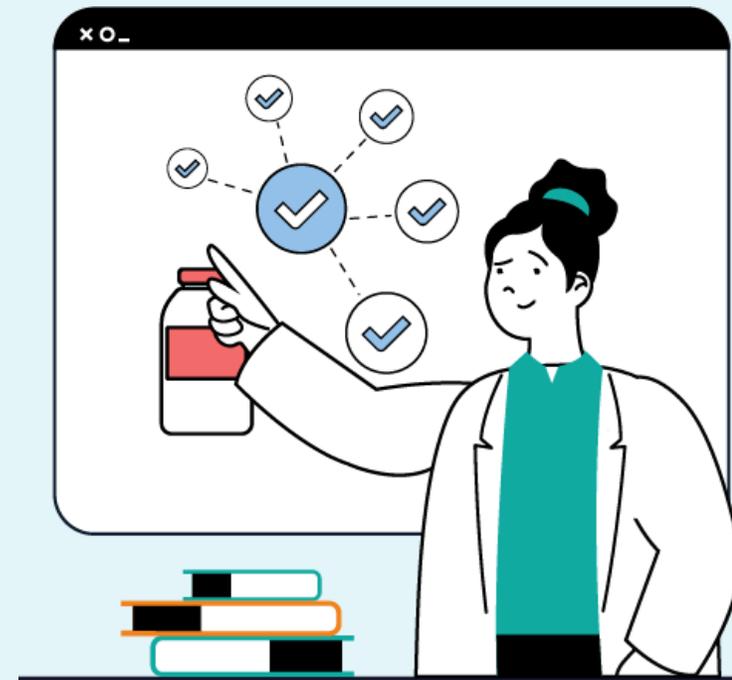


CONTEXTO



AGENDA PEDAGÓGICA

- Bienvenida
- Prevención de accidentes
- Definición y epidemiología de los accidentes
- Conductas y factores de riesgo relacionados con accidentes
- Intervención



Factores y conductas de riesgo en la vía pública

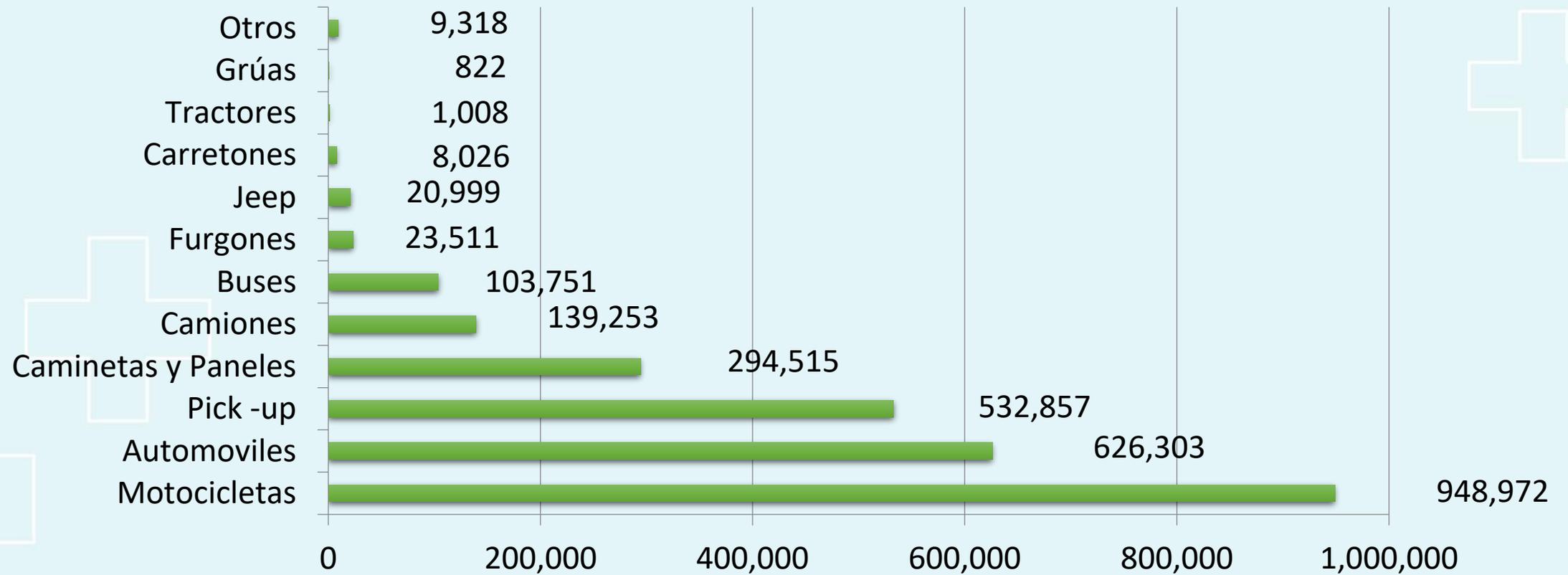


¿Sabes cuántos vehículos
circulan actualmente en
Guatemala?

3,128,962



Fuente SAT



De acuerdo con la Ley y Reglamento de Tránsito, ¿qué necesito para conducir un vehículo por la vía pública?

- Documentos del conductor
- Documentos del vehículo
- Equipamiento básico del vehículo

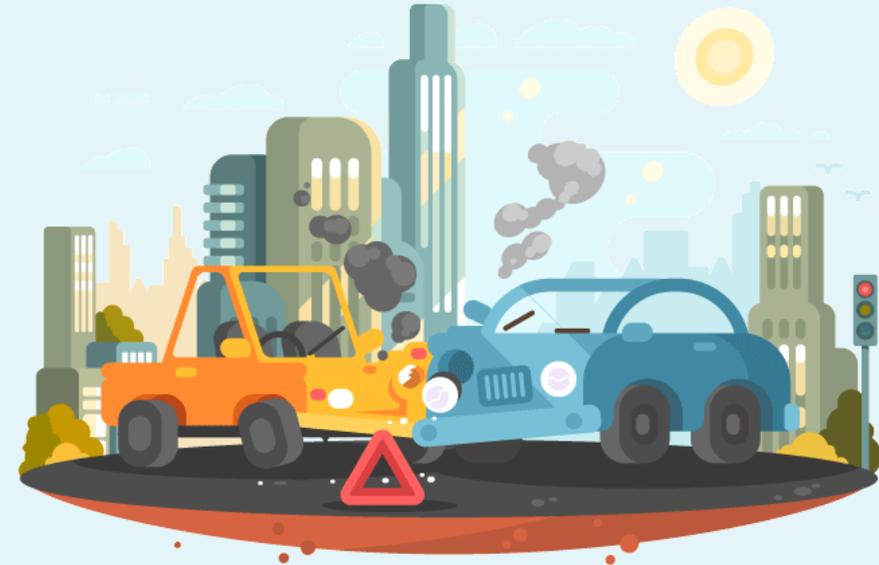


¿Qué es un accidente de tránsito?

ACCIDENTE

Se denomina accidente a un acontecimiento eventual, que muchas veces ocasiona algún daño, o que al menos altera la normalidad de los hechos.

Los accidentes suceden en forma inesperada, y tienen una conexión causal con el hecho imprevisto que lo motiva; un choque automotor, por ejemplo, ocurrirá por accidente si uno de los autos o ambos, colisionan porque una cerrada niebla no les permite ver al otro vehículo o porque se cruza un peatón y el auto, para evitarlo, hace una maniobra embistiendo a otro auto.



Un accidente es un evento no deseado, no planeado del cual resulta lesiones a las personas, daños a la propiedad o pérdidas humanas.

Este accidente puede incidir en la salud psíquica, en la salud física, o por lo menos, generar contratiempos a través de problemas que requieran una solución en el corto, mediano o largo plazo.

En función de evitar estos efectos indeseados, existen algunas normativas a cumplir en algunas áreas de la sociedad.



Tipos de accidentes

1. De tránsito

- Choques
- Atropellamientos
- Volcaduras

2. Laborales o de trabajo

- Quemaduras
- Electrocutación
- Caídas

3. Accidentes en el hogar:

- Intoxicaciones
- Quemaduras
- Heridas
- Torceduras,

4. Accidentes en el campo

- Caídas
- Ataque de animales
- Incendios

5. Accidentes en la infancia

- Caídas, heridas, intoxicaciones.



Prevención de accidentes

El **98%** de los accidentes se podrían prevenir solo con pensar que podría ocurrir.

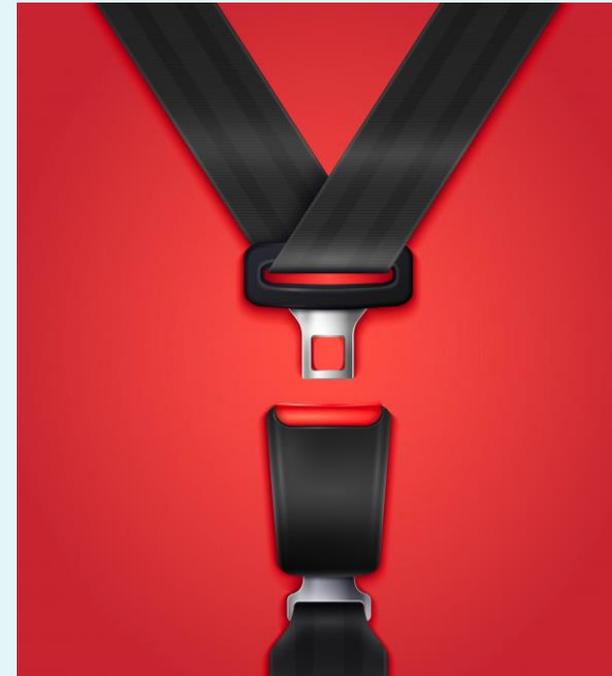
¿Por qué?

Factores personales que afectan

Diversos accidentes son causados por factores personales, es decir, están ligados con el comportamiento humano. Estos factores pueden ser:



- Falta de conocimientos o capacitación
- **Motivación.** El individuo carece de motivación para desempeñar una actividad.
- **Ahorrar tiempo.** Se intenta ahorrar el mayor tiempo posible para terminar una labor. Esto lleva a cometer errores y comprometer la seguridad.
- **Buscar la comodidad.** Algunos elementos de seguridad resultan incómodos y las personas prefieren evitarlos para sentirse más cómodos. Por ejemplo, **evitar el uso del cinturón de seguridad o el casco.**



Accidentes de tránsito

Según la OMS cada año los accidentes de tránsito provocan aproximadamente, **1,30 millones** de muertos y **50 millones** de heridos. Son la principal causa de muerte de la población joven entre los **15 y los 29** años de edad.

Durante el último decenio, y como parte de las iniciativas dirigidas a reducir las muertes y los traumatismos causados por el tránsito, el mundo viene prestando más atención al problema de la velocidad.



Decenas de millones de personas sufren heridas o discapacidades cada año. Los niños, los peatones, los ciclistas y los ancianos son los usuarios más vulnerables de la vía pública.

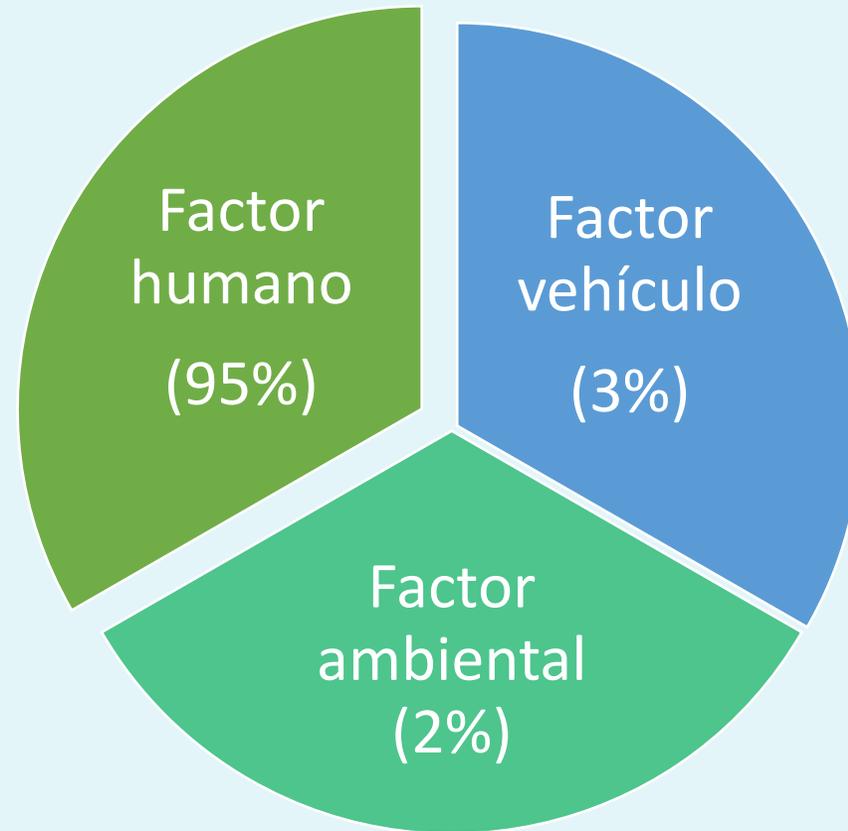


Incidentes más frecuentes

- Salidas de la vía, vuelco y pérdida de control
- Atropellamientos
- Colisiones entre dos vehículos
- Colisiones múltiples o en cadena



Factores y conductas que provocan accidentes



Causas más frecuentes

- **Factor humano:**
 - Distracciones
 - Uso del celular
- **Factor mecánico**
 - No darle el mantenimiento adecuado
- **Factor climatológico**
 - No tener en cuenta el clima y estado de las carreteras



Distracciones de tránsito

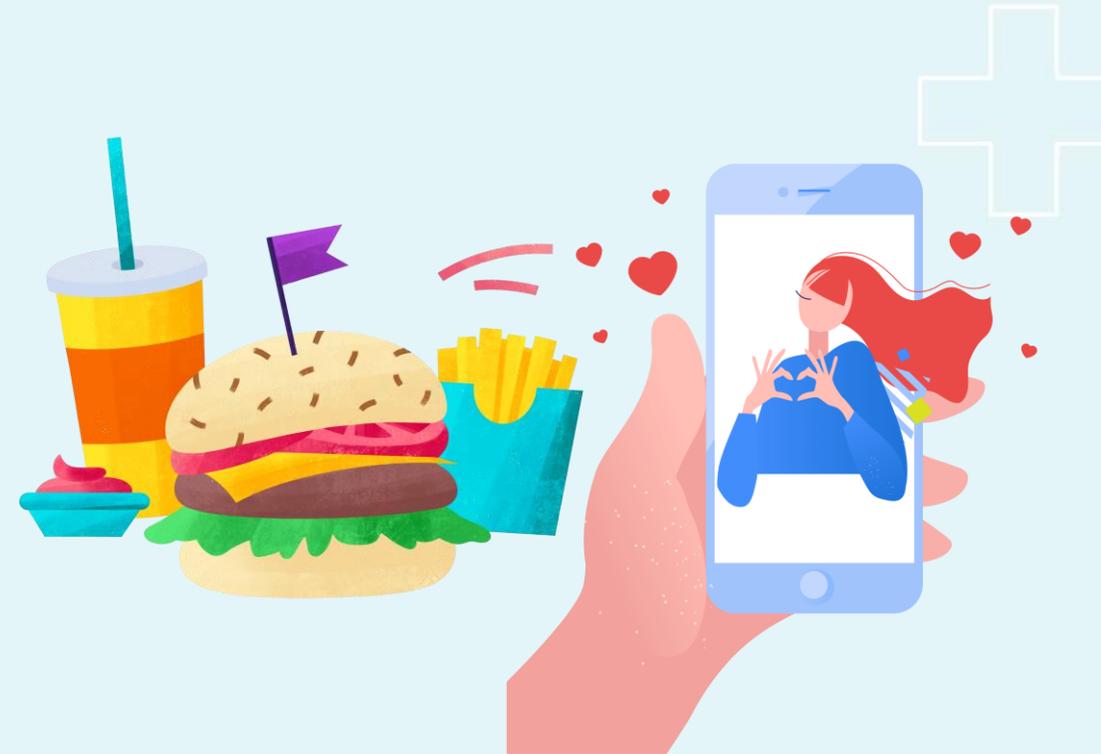
Se entiende por distracción el **desvío de la atención** de todas aquellas actividades esenciales para una conducción segura hacia otra actividad diferente.

Cuando el conductor se distrae, su atención se ve temporalmente dividida entre lo que a menudo se denomina la "tarea principal", esto es, conducir, y otras "tareas secundarias" no relacionadas con la conducción.



Algunas de las principales fuentes internas de distracción en la conducción son:

- Ajustar los mandos que regulan la temperatura del carro.
- Manipular el aparato de radio o de CD.
- Marcar un número o enviar un mensaje de texto en un teléfono celular.
- Comer o beber.
- Mover un objeto en el interior del vehículo.
- Hablar con otro de los ocupantes del vehículo.
- Fumar.
- Hablar por el teléfono celular.
- Utilizar equipos u objetos integrados en el vehículo (por ejemplo, sistemas de adaptación de la velocidad).



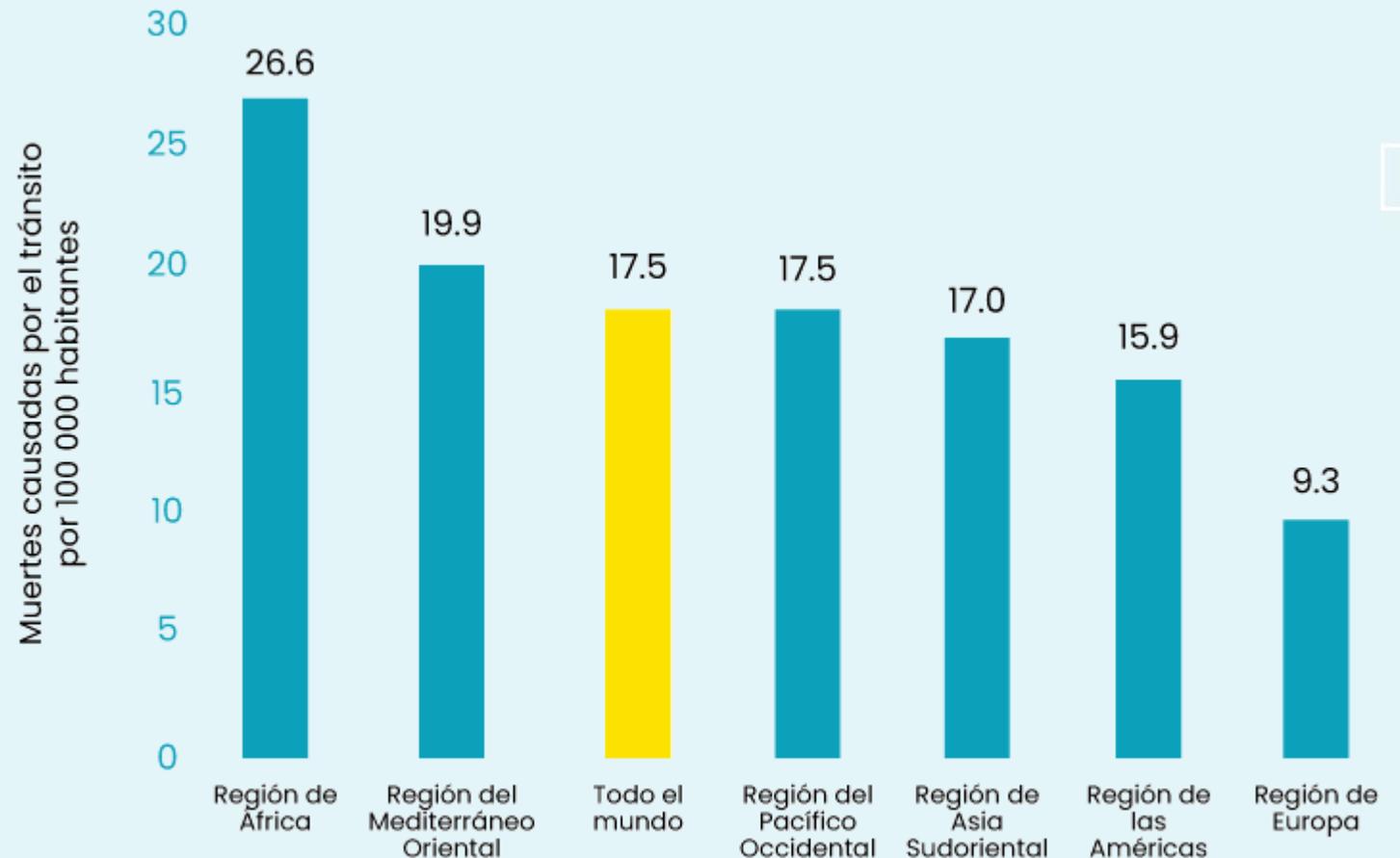
Su papel en la distracción del conductor y, en consecuencia, en los accidentes de tránsito hacen que sea necesario adoptar medidas que permitan frenar su uso durante la conducción.



Prevención de accidentes

Muertes causadas por el tránsito por 100 000 habitantes, desglosadas por la región de la OMS

Fuente: Informe sobre la situación mundial de la seguridad vial 2015. Ginebra, OMS, 2015.



Sabías que la Velocidad es la...

Causa **NÚMERO UNO** de **MUERTES** en hechos de tránsito.



Una disminución del 5% en la velocidad promedio puede resultar en la reducción de 30% en el número de colisiones mortales



La velocidad

La velocidad es el núcleo del problema de los traumatismos causados por el tránsito. Más precisamente, las velocidades **excesivas** o **inapropiadas** son el factor de riesgo clave de las colisiones, las muertes y los traumatismos causados por el tránsito.

El exceso de velocidad se produce cuando un vehículo circula a una velocidad mayor que la indicada para una vía de tránsito determinada.

Por velocidad inadecuada se entiende la de un vehículo que circula a una velocidad permitida, pero que no condice con las condiciones imperantes en la carretera, el tránsito o el clima.



Un estudio realizado en los países de la OCDE (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos) demostró que, normalmente, entre un **40%** y un **50%** y hasta un 80% de los conductores conducían excediendo los límites de velocidad indicados.

¿Cuál es el efecto de la velocidad sobre las colisiones y la gravedad de los traumatismos causados por el tránsito?

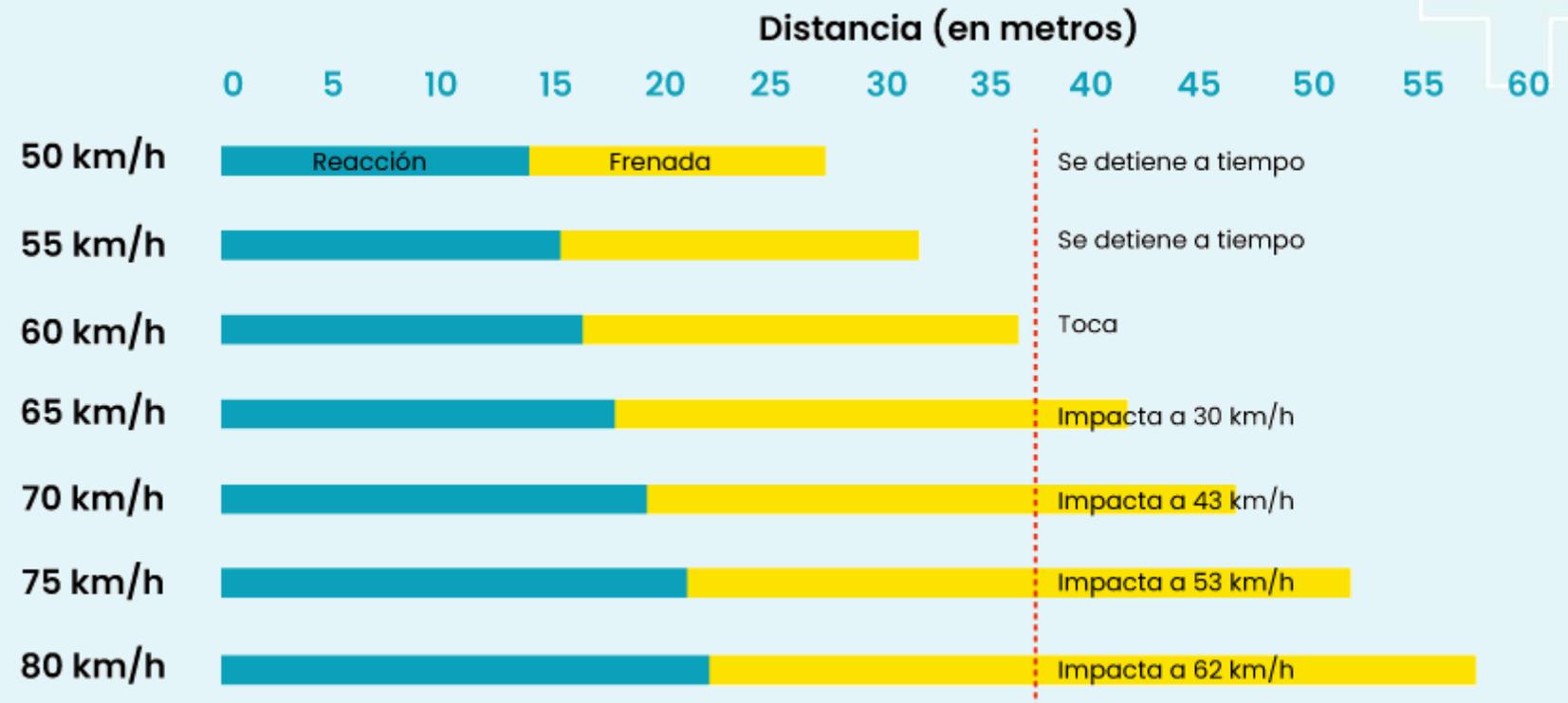
La velocidad es un factor que contribuye a la gravedad de todas las colisiones de tránsito. A medida que aumentan las velocidades promedio, también se incrementan las probabilidades de que se produzca una colisión que resulte en lesiones.



Un peatón adulto tiene un riesgo de muerte inferior a 20% si es atropellado por un automóvil que se desplaza a menos de 50 Km/h, pero si la velocidad es de 80 km/h el riesgo de muerte es de casi 60%

¿Cuál es la relación entre la velocidad y la distancia de frenado?

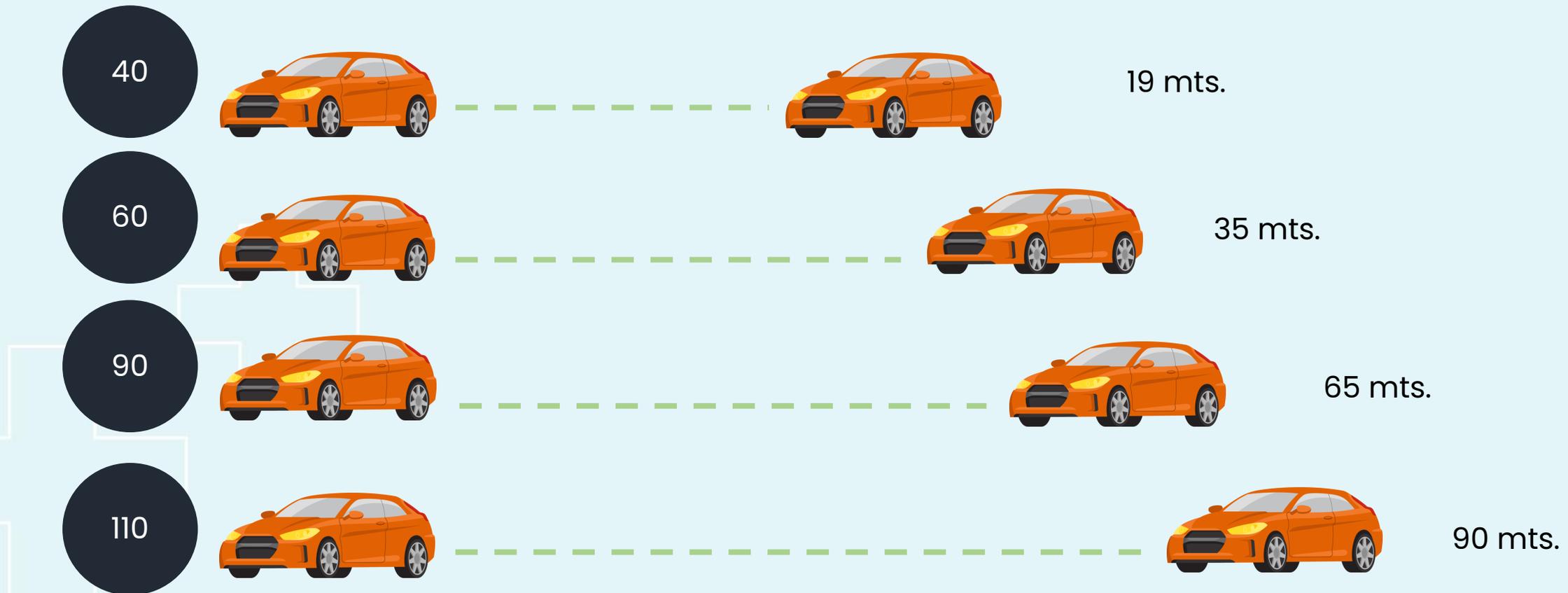
Distancia de detección a distintas velocidades (incluido un tiempo de reacción de aproximadamente 1 segundo)



Cuanto mayor sea la velocidad del vehículo, mayor será la distancia necesaria para detenerlo y, por ende, el riesgo de que se produzca una colisión.

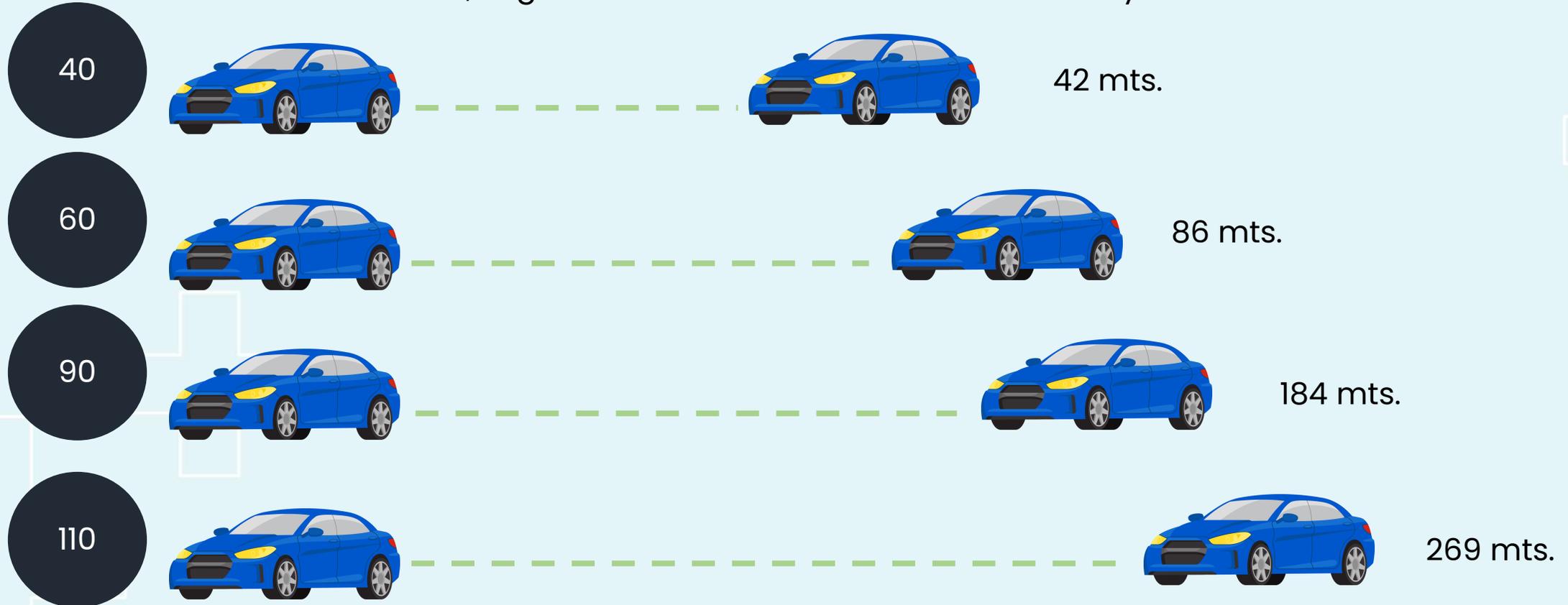
Distancias de frenado

Pavimento seco, camino y clima óptimo.



Distancias de frenado

Pavimento húmedo, según diversas condiciones de humedad y deslizamiento.



Distancia mínima entre vehículos.

3 segundos



¿Qué factores influyen sobre la velocidad?

Además de los límites de velocidad indicados en la vía pública, son varios los factores que influyen sobre la velocidad a la que circula un conductor, como su **edad y sexo**: en la mayoría de los países los conductores más propensos a exceder la velocidad máxima son los **varones** y los **jóvenes** y, por ese motivo, son los que más figuran en las estadísticas de colisiones relacionadas con la velocidad.



Enfoques del control de la velocidad

Construir o modificar las vías de tránsito a fin de incluir características que calmen el tráfico

Fijar límites de velocidad adecuados a la función que cumple cada vía de tránsito

Hacer cumplir los límites de velocidad

Lograr que los dispositivos que nos brinda la tecnología se conviertan en parte integrante de los vehículos

Sensibilizar sobre los riesgos del exceso de velocidad



Sensibilizar sobre los riesgos del exceso de velocidad

Hay que sensibilizar sobre los riesgos de exceder los límites de velocidad y también lograr mayor apoyo del público a la promulgación de nuevas leyes, el empleo de medidas de aplicación más estrictas y el uso de sanciones más contundentes.



Video sobre caídas por celular: 4'30



<https://www.youtube.com/watch?v=SptsuEYLUkM>



Video por imprudencias: 9'18



<https://www.youtube.com/watch?v=VPeyJbcd6Ks>



Punto ciego o área ciega

Los puntos ciegos son áreas de visión no cubiertas por los espejos retrovisores o por la visión directa.

Esto significa que hay zonas que el conductor no ve.



¿Cuántos puntos de área ciega existen?

En autos o vehículos livianos 2



¿Cuántos puntos de área ciega existen?

En vehículos pesados 4



RECOMENDACIONES GENERALES

- Practique la cortesía.
- Ceda la vía.
- Respete al peatón.
- Observe las necesidades el resto de los usuarios.
- SONRIA...su actitud es importante...



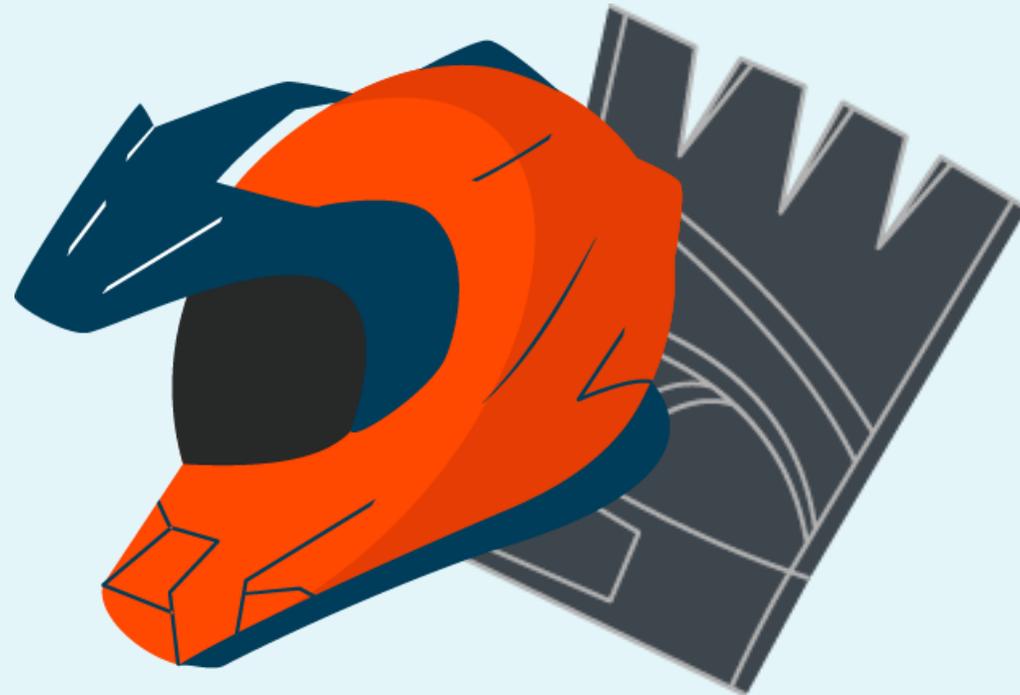
PROTEJASE

- Utilice cinturón de seguridad.
- Utilice casco protector.



EQUIPAMIENTO BÁSICO DEL CONDUCTOR

- ✓ Casco certificado siempre en la cabeza
- ✓ Chaqueta adecuada
- ✓ Coderas
- ✓ Guantes
- ✓ Pantalón adecuado
- ✓ Rodilleras
- ✓ Botas (Zapatos altos)



Uso del Casco protector

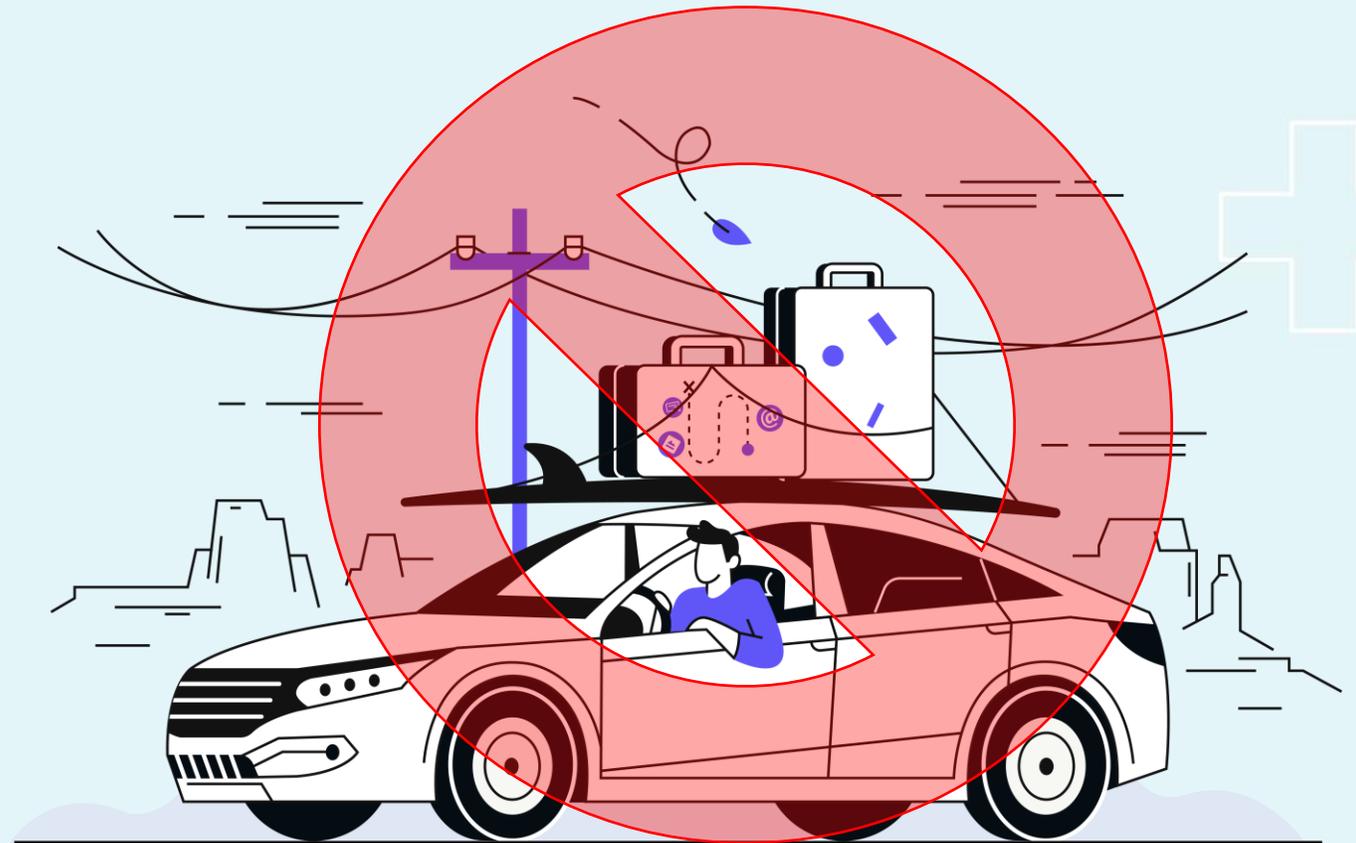
2 años, dependiendo del uso que se le dé y como queda ajustado, es importante que sea certificado D.O.T, SHARP, ECE



Número máximo de
personas a transportar



No sobrecargue los
vehículos



No utilice el celular al conducir



Consejos básicos para evitar hechos de tránsito

Conductores

1. Respetar los límites de velocidad.
2. Si vas a conducir no ingieras bebidas alcohólicas, medicamentos o drogas.
3. No utilices el celular.
4. Revisa tu vehículo antes y después de viajes cortos o largos.
5. No conduzcas si estás cansado o en condiciones climáticas adversas.
6. Muévete a la derecha cuando escuches sirenas y veas luces de los vehículos de emergencia.
7. Utiliza cinturón o casco de seguridad y chaleco.
8. No sobre cargar el vehículo de pasajeros.

Peatones

1. Caminar por los espacios habilitados para la circulación de personas.
2. Utilizar el paso de cebra, si lo hay para cruzar una calle.
3. Utiliza las pasarelas

Pasajeros

1. Utiliza el cinturón o casco de seguridad.
2. No abordes un vehículo que presenta sobre carga de pasajeros.
3. No distraigas al conductor.
4. No abordes vehículos si el conductor está ebrio.



Este material digital es propiedad de la Universidad Rafael Landívar, se comparte por medio de una licencia Creative Commons CC BY-NC-ND del tipo “Atribución-No Comercial-Compartir igual”, la cual permite copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra, mientras se reconozca la autoría original, no se utilice con fines comerciales, ni se realicen obras derivadas.

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/gt/>

