



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

FUNDAMENTOS

Diariamente los accidentes de tránsito son noticia. Es más, se sabe que la muerte en choques es la principal causa de muerte no natural en la Argentina y las cifras no hacen más que ascender: los accidentes graves aumentaron casi un ochenta por ciento (80%) en tres (3) años.

La Argentina se encuentra en el ranking de los países con mayor índice de mortalidad por accidentes de tránsito: con una tasa de 26 personas fallecidas cada 100.000 habitantes, supera a España (12), EEUU (14), Paraguay (12), Uruguay (17), Chile (13) y Brasil (17).

Según estudios realizados entre las aseguradoras, los accidentes pasaron de ser 70.137 en el año 2003 a 126.016 en el 2006, el crecimiento representa un setenta y nueve coma sesenta y siete por ciento (79,67%).

La suba fue escalonada y constante, en el 2004 hubo 87.234 accidentes, (veinticuatro coma treinta y cuatro por ciento (24,34%) más que en 2003), en 2005 los choques subieron a 103.872 (19,07 por ciento más) y en el 2006 se alcanzó el pico de 126.016 (crece en veintiuno coma treinta y un por ciento (21,31%).

El presente año no apunta a ser mejor, según datos del Instituto de Seguridad Vial (ISEV) en enero los accidentes graves aumentaron en todo el país un 35 por ciento con respecto al mismo mes del 2006 y según la ONG Luchemos por la Vida, en lo que va del 2007 (Junio) murieron 3169 personas en accidentes de tránsito.

Según las estadísticas del Registro Nacional de Antecedentes de Tránsito y el Consejo Federal de Seguridad Vial, en la provincia de Río Negro, en el 2005, murieron 80 personas, 72 en accidentes en rutas y 8 en zonas urbanas y según Luchemos por la Vida en el año 2006, el número de víctimas fatales llegó a 122. Lo que determina, en relación con la cantidad de habitantes, que Río Negro sea la provincia que registra mayor cantidad de víctimas fatales en accidentes de tránsito. Los mismos registros oficiales, del año 2004, indican que nuestra provincia duplica al resto de las patagónicas en cantidad de muertes en accidentes de tránsito, mientras que con relación a Santa Cruz la diferencia es aún mayor.

En comparación con la vecina Provincia de Neuquén, mientras en esta última mueren 13 personas cada 100.000 habitantes producto de accidentes viales, en Río Negro



Legislatura de la Provincia de Río Negro

la cifra es de 20. Curiosamente, ambas provincias superan el índice de Capital Federal, que con 3 millones de habitantes y un parque automotor 11 veces más grande que Neuquén y que Río Negro, el año pasado registró una tasa de 8 víctimas cada 100.000 habitantes.

La ruta 22, la más transitada de Río Negro sigue siendo el escenario de la mayor cantidad de

En cuanto a los distritos con más colisiones. CESVI (Centro de Experimentación, Investigación y Seguridad Vial) los ordena de la siguiente manera, de acuerdo con el porcentaje en que ocurrieron la mayor cantidad de hechos: Buenos Aires treinta y dos por ciento (32%), Santa Fe catorce por ciento (14%), Córdoba trece por ciento (13%), Entre Ríos once por ciento (11%), Tucumán ocho por ciento (8%), Corrientes y Capital Federal cinco por ciento (5%) cada una, Misiones cuatro por ciento (4%), Río Negro tres por ciento (3%), resto cinco por ciento (5%).

En cuanto a las causas de accidentes, las cifras de CESVI muestran que el gran culpable es el conductor: noventa por ciento (90%) de los choques se deben al factor humano, cinco por ciento (5%) al vehículo y cinco por ciento (5%) a caminos y clima.

Las fallas humanas más repetidas, según esta misma entidad son: 41% de las fallas humanas que llevan a los accidentes es la invasión de carril. Siguen: la distracción diecinueve por ciento (19%), la velocidad inadecuada dieciséis por ciento (16%), las maniobras abruptas diez por ciento (10%), distancia inadecuada seis por ciento (6%), prioridad de paso no respetada cuatro por ciento (4%), cansancio cuatro por ciento (4%). Obviamente, estarían incluidas dentro de estas fallas las causadas por la ingesta de alcohol.

Las estadísticas son preocupantes y no incluyen el porcentaje, también importante, de quienes sufren lesiones graves en los accidentes y que a causa de ellas mueren al poco tiempo. Los números tampoco registran la cantidad de hombres, mujeres y niños que quedan discapacitados o con graves secuelas para el resto de la vida producto de las lesiones provocadas, al margen de los costos no sólo para la salud de las personas sino para el sistema de atención.

De acuerdo con Alberto Silveira, titular de Luchemos por la Vida, comparativamente, "estamos en una situación muy grave, tenemos 10 veces más muerte en accidentes de tránsito que en la mayoría de los países desarrollados en relación con los vehículos que circulan". Para el experto, un agravante es que en los últimos 20 años los accidentes



Legislatura de la Provincia de Río Negro

disminuyeron en el mundo "pero nosotros estamos en una meseta alta con tendencia ascendente que crece lentamente, a un ritmo de 3 a 4% anual".

Unos 10 mil muertos anuales, 120 mil heridos de distinto grado y miles de discapacitados hablan a las claras de la gravedad de esta epidemia. Las pérdidas económicas del tránsito caótico y accidentes de tránsito superan los 10.000 millones de dólares anuales.

Algunas conclusiones podemos obtener de las cifras disponibles:

- a) Durante la Guerra de Malvinas cayeron 649 argentinos. Cada mes, mueren 629 ciudadanos en las calles nacionales, o sea cada mes se pierde una nueva guerra.
- b) 3400 muertos equivalen a la caída de 25 aviones de pasajeros llenos (de 136 asientos cada uno). Sin embargo nadie tiene la misma aprehensión al subirse a un auto que al subirse a un avión.
- c) En cuanto a los heridos, no sólo muchos quedan discapacitados de por vida, sino que hay secuelas psicológicas graves, incluyendo a sus familiares.
- d) No es menor el daño económico, por destrucción de bienes materiales y por costo de oportunidades de días laborables perdidos, incluyendo la menor producción de los discapacitados.

La contabilidad de chicos que mueren en accidentes de tránsito es, sin duda, el lado más penoso.

Una estimación del Instituto de Seguridad Vial (ISEV) da cuenta de que cada año mueren en accidentes de tránsito más de 1.200 chicos menores de 15 años, lo cual representa el quince por ciento (15%) del total de muertes. La mitad de ellos son peatones, es decir que mueren como consecuencia de un atropellamiento.

El dato no es sorprendente ya que, en el contexto de una sistemática violación de normas de seguridad vial por parte de automovilistas y peatones, es común observar que muchos vehículos transportan menores en el asiento delantero y que muchos adultos cruzan las calles en forma imprudente llevando chicos de la mano o en sus brazos. Esto significa que los adultos, lejos de instruir a los menores en las reglas de seguridad, los educan en el sentido contrario.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

Las estadísticas hablan de los muertos, de los heridos, pero no de los sobrevivientes, de los que pierden un hijo, una esposa, un hermano, un amigo, un padre. No hablan de aquellos que quedan con su vida partida en dos.

Las causas de esta gran tragedia son múltiples: el exceso de velocidad y de alcohol, la falta de mantenimiento de los vehículos, la falta de controles adecuados, el incumplimiento de las reglas de tránsito, la escasa educación vial, la sobreexigencia a los choferes de camiones y autobuses, el uso del teléfono celular como elemento de distracción, entre otras.

Es cierto que el estado y las autoridades tienen en todas estas muertes, gran responsabilidad, que muchas rutas y calles no están en buen estado ni están bien señalizadas. Los controles suelen ser escasos y poco efectivos. La mayoría de la población no conoce con certeza variados aspectos de la normativa de tránsito.

También es cierto que la licencia de conducir no se hace con responsabilidad, ni con la suficiente preparación.

Es preciso reconocer que nos encontramos ante una epidemia que tiene dimensiones preocupantes. Es urgente implementar medidas correctoras que permitan encauzar el problema de inmediato.

Por su propia complejidad, este problema no tiene una solución única. Al contrario, se debe actuar en múltiples frentes, de forma simultánea y coordinada.

Es necesaria una acción conjunta que incluya medidas en el campo de la educación y de la formación, también son necesarias las charlas de sensibilización, las evaluaciones psicofísicas adecuadas y homogéneas en todo el país y la efectiva aplicación de las normas.

Las acciones que se emprendan deben ser continuas y extenderse en el tiempo. Un cambio de este tipo sólo puede operarse a largo plazo a partir de todos los actores implicados y de un esfuerzo pedagógico permanente.

Será posible encauzar el problema partir de un cambio de actitud general que apunte a modificar las conductas de riesgo.

El conjunto de la sociedad debe censurar las conductas de riesgo, el exceso de velocidad, la conducción bajo los efectos del alcohol o las drogas o cualquier otro



Legislatura de la Provincia de Río Negro

comportamiento temerario. Estas deben transformarse en conductas de desprestigio social.

Los siniestros de tránsito se producen por una sumatoria de factores predeterminados y evitables y se advierte con claridad que las consecuencias irreparables, consistentes en pérdidas de vidas humanas, lesiones discapacitantes y daños materiales, significan la vulneración de los derechos a la seguridad, a la salud, al goce de la vida digna.

No se ha llegado a este preocupante nivel por obra y gracia del azar, sino por la existencia de innumerables inconductas de quienes no acatan, en todo o en parte, las reglamentaciones viales vigentes; por falta de sanciones por quienes tienen la facultad para hacerlo, y por la desidia manifiesta de aquellas autoridades que no se esfuerzan en imponer la sana costumbre de hacer respetar la ley.

La política de seguridad vial forma parte de la política general de protección de los Derechos Humanos. Es función indelegable del Estado nacional garantizar el ejercicio del derecho a la circulación en condiciones que aseguren la integridad de las personas que transitan por la vía pública.

Es de destacar la iniciativa del Defensor del Pueblo de la Nación quien en su proyecto "Porque la Vida vale -Plan Integral de Seguridad Vial propone la declaración de la Emergencia Vial en todo el territorio nacional, la creación de una Autoridad Nacional de Seguridad Vial que dependa directamente del Presidente de la Nación, la instrumentación de un Plan Nacional de Educación Vial y de un Programa de Información y Difusión sobre la prevención de siniestros viales, la unificación de criterios y requisitos para la expedición por parte de las autoridades competentes de la licencia de conducir en el territorio nacional, la participación de las empresas concesionarias de la red vial nacional en todas las actividades comprendidas en la ley y la priorización en la ejecución de obras en la red vial nacional.

La presente norma tiene por objeto actualizar en algunos aspectos nuestra ley 2942, que adhiere a la ley Nacional N° 24449 (de Tránsito) y agrega, como anexo, El Manual de Educación Vial de la Provincia de Río Negro, cuya lectura será de gran importancia para todos los que habitamos la misma.

Sea cual fuere nuestra edad y a la luz de las trágicas cifras que tenemos en este aspecto de nuestra



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

realidad, es imprescindible que recibamos educación vial urgentemente, y que la pongamos en práctica con celeridad.

Apuntamos a que este aspecto de nuestra formación, no sea contemplado como menor, sino que revista tanta importancia como cualquier otro, ya que sin educación y cumplimiento no lograremos revertir la situación por la que cada día las rutas de nuestro país son el escenario de una tragedia funesta y repetida.

Por ello:

Co-autores: María Inés García, Jorge Pascual



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

**LA LEGISLATURA DE LA PROVINCIA DE RIO NEGRO
SANCIONA CON FUERZA DE
L E Y**

Artículo 1°.- Modificar en forma integral la ley 2942, de acuerdo al texto que a continuación se transcribe.

**LEY DE TRANSITO DE LA PROVINCIA DE RIO NEGRO
TITULO I DISPOSICIONES GENERALES**

Artículo 1°: Adhesión - La presente cumple con lo establecido en el artículo 91 de la ley nacional 24.449 y demás disposiciones complementarias, modificatorias o reglamentarias de la misma, en cuanto sean de aplicación pertinente en jurisdicción del Estado Provincial y de acuerdo a la presente ley.

Artículo 2°: Competencias- Se establecen las siguientes competencias exclusivas de las autoridades intervinientes en materia del tránsito público:

- a) En materia de las condiciones de seguridad, requisitos para circular y todo otro requerimiento sobre límites de emisión, ruidos y radiaciones parásitas de los vehículos, la Dirección General de Transporte debe reglamentar y ejecutar las normas establecidas al respecto, en lo que sea de aplicación en jurisdicción del Estado Provincial, como así, el juzgamiento de las infracciones a las mismas.
- b) En lo referente a la estructura vial, las franquicias al tránsito para máquinas especiales y/o agrícolas, señalización vial y publicidad en la vía pública, la Dirección Provincial de Vialidad, debe reglamentar y ejecutar las normas establecidas al respecto, en lo que sea de aplicación en jurisdicción del Estado Provincial, como así, el juzgamiento de las infracciones a las mismas.
- c) Es autoridad de aplicación y comprobación de las normas en materia de seguridad y circulación del tránsito público, que en el presente y su reglamentación se establecen, la Policía de la



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

Provincia, dando intervención a las autoridades que en materia de tránsito corresponda, en los casos específicos que se establezca, como así, el juzgamiento de las infracciones a las mismas.

Sin perjuicio de lo que se establece en el párrafo anterior, el Poder Ejecutivo, puede celebrar convenios en los términos del artículo 2° de la ley n° 24449 y su reglamentación, con ratificación de la Legislatura Provincial conforme al artículo 181, inciso 13) de la Constitución Provincial.

Artículo 3°: Del Registro Provincial de Antecedentes de Tránsito - Se Crea el Registro Provincial de Antecedentes del Tránsito, el cual debe funcionar en el ámbito de la Dirección de Seguridad -Departamento Tránsito-, de la Policía de la Provincia.

Artículo 4°: Funciones - El Registro Provincial de Antecedentes de Tránsito tiene las siguientes funciones:

- a) Registrar los datos personales de los infractores, las infracciones cometidas y las sanciones que se apliquen, los accidentes ocurridos en el territorio provincial y demás información útil a los fines del presente.
- b) Efectuar las estadísticas accidentológicas, debiendo coordinar su actividad con el Registro Nacional de Antecedentes del Tránsito.
- c) El Registro debe ser consultado por cada municipio, previo a cada trámite de obtención de la licencia de conducir, su renovación o al dictado de sentencia.

Artículo 5°: Evaluación - Sin perjuicio de la intervención judicial correspondiente, la Dirección de Seguridad -Departamento Tránsito es la encargada de evaluar los accidentes de tránsito, a los fines estadísticos y determinar las conclusiones que permitan aconsejar medidas para su prevención.

Artículo 6°: Educación - El Consejo Provincial de Educación, debe instrumentar la implementación de la Educación Vial, como temática a tratar en la enseñanza preescolar y, como materia obligatoria, en los niveles primario y secundario.

Artículo 7°: Educación y Capacitación - Se debe implementar, a través de los organismos provinciales intervinientes en materia de tránsito, la efectiva puesta en marcha de lo dispuesto en los artículos 9°, incisos a)



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

b) c) d) y e), 10 y 12 de la ley n° 24449, conforme se reglamente.

Artículo 8°: Inspección y autorización - La Dirección General de Transporte de la Provincia, instrumenta y realiza la inspección técnica periódica sobre los vehículos, transportes de pasajeros y/o de cargas respectivamente, sometidos a la jurisdicción provincial y/o nacional cuando correspondiere, en coordinación con el Ente Nacional Auditor, creado por el Decreto Nacional n° 646/95.

TITULO II BASES PARA EL PROCEDIMIENTO

CAPÍTULO I PRINCIPIOS PROCESALES

Artículo 9°: Principios básicos - Sin perjuicio de la reglamentación de la presente ley, se deben observar los siguientes principios básicos:

- a) Asegurar el debido proceso y el derecho de defensa al presunto infractor.
- b) Tener por válidas las notificaciones efectuadas, con constancia de las mismas, en el domicilio fijado en la licencia de conducir del presunto infractor, o en el legal o real que posea y fuese por él denunciado en el acta de comprobación respectiva.
- c) Conferir al otorgamiento del acta de comprobación, con constancia de recepción, fuerza de notificación suficiente, para que el presunto infractor presente el descargo ante la autoridad de juzgamiento, en el plazo que se reglamente.
- d) Cuando no se identifique al infractor, la presunción en la comisión de la falta debe recaer en el propietario del vehículo.

Artículo 10: Excepciones - Quedan exceptuadas de las normativas del artículo anterior, las infracciones al tránsito, que estén reguladas por legislación específica, en virtud de la actividad que desarrollen los respectivos infractores.

CAPITULO II MEDIDAS CAUTELARES



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

Artículo 11: La autoridad policial de aplicación debe retener:

a) A los conductores:

1. Que sean sorprendidos "in fraganti" en estado de intoxicación alcohólica, estupefacientes u otras sustancias que disminuyan las condiciones psicofísicas normales, por el tiempo necesario para recuperar su estado normal, según certificación médica y a disposición del Juez de Paz de esa jurisdicción, conforme a la aplicación del Digesto Contravencional -ley 532-.
2. En los demás casos que correspondiere la aplicación del Digesto Contravencional -ley 532-, por el tiempo necesario para disponer su presentación ante el Juez de Paz del lugar de cometida la infracción.

b) A los vehículos:

1. Que no cumplan con las exigencias de seguridad dispuestas en la presente y que pongan en peligro cierto la seguridad del tránsito, por el tiempo necesario para la reparación del defecto, para lo cual se debe facilitar al infractor la posibilidad de hacerlo, lo que se debe disponer en la reglamentación pertinente; sin perjuicio de labrar el acta de comprobación de la respectiva falta.
2. Conducidos por conductores sin la correspondiente licencia o cuando sea evidente la disminución de las condiciones psicofísicas exigidas al serle otorgada la misma, hasta su regularización, sin perjuicio de labrar el acta de comprobación si correspondiere.
3. Que hayan sido equipados con dispositivos no autorizados y que su uso implique un peligro potencial para la seguridad del tránsito, estén o no, en funcionamiento, por el tiempo necesario para su retiro, para lo cual se facilitará al infractor la ocasión de hacerlo, lo que se dispondrá en la reglamentación pertinente.
4. En infracción a las reglas sobre transporte de pasajeros, de carga general y/o peligrosa, dando intervención de inmediato a la autoridad correspondiente.
5. Abandonados en la vía pública de su jurisdicción, los que son remitidos al asiento de la Unidad, dando conocimiento al propietario si fuere habido, sin perjuicio de labrar el acta de comprobación y/o actuación judicial si correspondiere.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

6. Que no acrediten constancia de haber sido sometidos a la revisión única periódica, conforme lo reglamente la autoridad competente, una vez puesto en marcha el procedimiento de la misma.

CAPITULO III DE LOS RECURSOS

Artículo 12: Contra toda sentencia de condena, puede interponerse recurso de apelación, en el tiempo y forma que establezca la reglamentación. El recurso interpuesto tiene efecto suspensivo. Contra la resolución que deniegue el recurso de apelación debe proceder el recurso de queja, el que se interpone conforme las modalidades que determine la reglamentación.

TITULO III REGIMEN DE SANCIONES

CAPITULO I CLASIFICACION DE LAS FALTAS

Artículo 13: Las faltas a las disposiciones del tránsito público determinadas en la presente, son consideradas infracciones y por lo tanto pasibles de ser sancionadas. Las mismas se clasifican de la siguiente manera:

a) FALTAS GRAVES

Constituyen faltas graves las que ponen en peligro la seguridad y salud de la población, siendo las siguientes:

1. Conducir violando los límites de velocidad dispuestos y/o señalizados, cuando haya constituido una situación de real peligro para la seguridad del tránsito.
2. Conducir contaminando el medio ambiente, excediendo los límites sobre emisión de ruidos, gases tóxicos y radiaciones parásitas. A los efectos de la presente ley, constituye contaminación del medio ambiente, el incumplimiento de las normas dictadas por la autoridad competente en la materia.
3. Conducir sin tener la edad mínima establecida o hacerlo sin tener la licencia habilitante correspondiente.
4. No cumplimentar las condiciones específicas de seguridad de los vehículos de servicio de transporte público de pasajeros, carga general y/o peligrosas y maquinaria especial.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

5. El adelantamiento indebido a otro vehículo, en circunstancias de implicar un grave peligro para la seguridad de los usuarios de la vía pública.
6. Conducir con impedimentos psíquicos o físicos, en estado de intoxicación alcohólica o por estupefacientes.
7. No respetar la señalización reglamentaria, semaforizada o no, de circulación.
8. Falta de los siguientes dispositivos de seguridad en el vehículo:
 - 8.1. Paragolpes (trasero y/o delantero).
 - 8.2. Limpiaparabrisas, cuando los fenómenos climáticos requieran en forma indispensable su uso.
 - 8.3. Sistema retrovisor.
 - 8.4. Protección contra encandilamiento solar, cuando sea indispensable su uso.
 - 8.5. Falta total de luces, delanteras y/o traseras, en horario nocturno o cuando los fenómenos climáticos lo requieran.
 - 8.6. De luz de freno -stop-.
 - 8.7. De frenos o deficiencias en los mismos.
9. Circular con guardabarros salientes o sin ellos.
10. Circular transportando combustible, que por su octanaje resulte peligroso para la seguridad vial y/o circular utilizando como tanque de combustible, otros elementos que no sean los originales del mismo. Para el caso del transporte de pasajeros queda prohibido transportar cualquier tipo de combustible, sin importar el grado de octanaje que lo compone. De constatarse la infracción a lo dispuesto en los párrafos anteriores, se debe proceder al decomiso del combustible y a su disposición definitiva, de acuerdo a los que establezca la reglamentación.
11. No observar las reglas establecidas para el uso de las luces reglamentarias en el artículo 47 de la ley N. 24.449, cuando haya constituido una



Legislatura de la Provincia de Río Negro

situación real de peligro para la seguridad de tránsito.

12. Trasladarse en motocicletas, ciclomotores, triciclos y cuatriciclos motorizados sin el casco correspondiente.
13. Conducir con vidrios polarizados y/o hacerlo con vidrios que no reúnan las condiciones de transparencia que impone la ley N. 24.449, en sus vidrios parabrisas, laterales, delanteros y luneta trasera.
14. Transportar cargas o elementos a granel, que no se encuentren cubiertos o asegurados para evitar, que se desplacen a la vía pública, siempre que constituya una situación real de peligro para la vida y/o bienes de usuarios de la vía pública.
15. Transportar niños menores de diez (10) años en los asientos delanteros del vehículo.
16. Usar el teléfono celular mientras se circula.
17. Transportar personas en la caja de camionetas o camiones.
18. No llevar colocados los cinturones de seguridad para el conductor y pasajeros.
19. Darse a la fuga en caso de accidente de tránsito.
20. Circular en contramano en cualquier tipo de vehículo, ya sea motorizado o tracción a sangre, con excepción de los vehículos oficiales en situación de emergencia.

b) FALTAS LEVES

Constituye falta leve, toda aquella que, estando prevista en la ley n° 24449 o la presente ley, no esté catalogada como falta grave. Se consideran asimismo faltas leves, las siguientes:

1. Circular con la cédula de identificación del vehículo, vencida.
2. No cumplimentar las disposiciones del Registro Nacional de la Propiedad del Automotor, respecto al grabado de cristales en los vehículos.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

3. Circular por calles, rutas autopistas y caminos del ámbito de aplicación de ésta ley, sin utilizar las luces bajas del vehículo en forma permanente, tanto de día como de noche, independientemente del grado de luz natural o de las condiciones de visibilidad, salvo en el caso de las luces altas.
4. Circular sin el último comprobante de pago del impuesto a los automotores.
5. Estacionar en doble fila y en ochavas.
6. No ceder el paso a peatones en las esquinas.

CAPITULO II DE LA REINCIDENCIA

Artículo 14.- Importa reincidencia, cuando se ha cometido nuevamente una falta de carácter grave, dentro del plazo de un (1) año de cometida la primera infracción.

Artículo 15.- La reincidencia se sanciona: a) La primera reincidencia, con el doble del valor de infracción. b) La segunda reincidencia, con el valor de la infracción más el doble de la misma. c) En caso de nuevas reincidencias, con el valor de la infracción más la cantidad de reincidencias por el valor de la infracción.

Artículo 16.- En caso de concurso ideal -al configurarse varias infracciones en un mismo hecho-, se aplica la sanción correspondiente a la de mayor pena.

**CAPITULO III DE LAS SANCIONES A LAS
NORMAS DE SEGURIDAD Y CIRCULACION**

Artículo 17.- Las sanciones, que correspondan a infracciones cometidas, son aplicadas por personal de la Policía de la Provincia de Río Negro y los agentes de tránsito de cada Municipio según se establezca por vía reglamentaria.

Artículo 18.- Las sanciones por infracciones a las normas de seguridad y circulación del tránsito, son de cumplimiento efectivo, no tienen carácter condicional ni en suspenso y consisten en:

- a) Multa.
- b) Arresto.
- c) Inhabilitación para conducir vehículos.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

Artículo 19.- El valor de la multa se determina en unidades fijas denominadas Unidad de Multa (UM), la cual es equivalente al doble del valor del punto policial, según lo determine la reglamentación. En la sentencia, el monto de la multa se determina en Unidades de Multa y se abona su equivalente en dinero, al momento de hacerse efectivo el pago de la misma.

Artículo 20.- Multa- La reglamentación debe fijar el valor de multa de cada infracción y el correspondiente procedimiento para efectivizar el cobro de las mismas.

Artículo 21.- Valor de la UM - La Dirección General de Transporte y la Dirección de Vialidad de la Provincia, deben establecer el valor de la (UM), en el área de sus respectivas competencias.

Artículo 22.- El arresto procede solamente en los casos contemplados en el Digesto Contravencional, ley n° 532. En tales casos, no se labran actas de comprobación, siguiéndose el procedimiento ordinario, previsto en la citada norma contravencional.

Artículo 23.- La inhabilitación para conducir, sólo se produce ante casos específicamente tipificados en la reglamentación contravencional y penal vigente, adoptándose en tales casos, los procedimientos que las mismas disponen.

TITULO IV DE LOS ANIMALES SUELTOS

Artículo 24.- La autoridad policial, debe arbitrar los medios para retirar los animales sueltos que se encontraren en la vía pública. A tales efectos, debe previamente, coordinar con el Municipio, Sociedad Rural o, en su defecto, con propietarios y/o administradores de campos lindantes donde se encontraren los semovientes, el lugar de encierro de los mismos, quienes asumen la responsabilidad de su cuidado y manutención, hasta la ubicación de sus legítimos propietarios.

Artículo 25.- Los propietarios de los animales, previo al retiro de los mismos una vez encerrados, deben abonar lo correspondiente a la manutención y demás gastos y/o perjuicios que de ello se originare. Sin perjuicio de ello, la autoridad policial debe efectuar el procedimiento previsto en la presente ley.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

Artículo 26.- Si dentro de los veinte (20) días corridos de haberse producido el encierro, el propietario de los animales no hubiese dado cumplimiento a la obligación que se prevé en el artículo anterior o el mismo no hubiese sido ubicado, se debe proceder a la confiscación de los semovientes, conforme se reglamente.

TITULO V

AUTORIDAD DE APLICACIÓN

Artículo 27.- Competencia- Es autoridad de aplicación de la presente Ley el Ministerio de Gobierno de la Provincia de Río Negro.

Artículo 28.- Un porcentaje de los efectivos de la Policía de Río Negro deben ser afectados en forma permanente a tareas de control, prevención y seguridad del tránsito, según se establezca por reglamentación.

Artículo 29.- Representantes- Se Designa a la Dirección General de Transporte, a la Dirección Provincial de Vialidad y a la Policía de la Provincia, como representantes de la Provincia ante el Consejo Federal de Seguridad Vial y Comisión Nacional de Tránsito y la Seguridad Vial.

TITULO VI

FINANCIAMIENTO

Artículo 30.- Financiamiento.- La ejecución de esta ley debe ser financiada mediante:

- a) Los fondos que anualmente le asigne el Poder Ejecutivo en el Presupuesto General de Gastos y Recursos.
- b) Las sumas recaudadas en concepto de las multas previstas en los artículos 18,19 y 20 de esta ley.

Artículo 31.- Destino de los Fondos - Los fondos resultantes del cobro de las multas de competencia de la Policía de la Provincia, deben ser ingresados al Fondo de Reequipamiento y Modernización de la misma. De los mencionados depósitos, la Policía dispone del cincuenta por ciento (50%) para el funcionamiento de la especialidad Tránsito, y, de este porcentaje el veinte por ciento (20%), para gastos de Educación Vial a desarrollar en forma permanente.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

Artículo 32.- La Secretaría de Comunicación Social de la Provincia de Río Negro, debe contar también con un porcentaje del fondo establecido en el artículo 30 de la presente, que es destinado exclusivamente a campañas de prevención de accidentes de tránsito y que debe ser establecido por vía reglamentaria.

TITULO VII

ANEXO

Artículo 33.- ANEXO - Se aprueba el Manual de Educación Vial de la Provincia de Río Negro, como Anexo I de la presente.

TITULO VIII DISPOSICIONES COMPLEMENTARIAS

Artículo 34.- Se sustituye el CAPITULO VIII del Título "del Digesto Contravencional", ley n° 532.

Artículo 35.- Incorpora los artículos 84, 85, 86 y 87 a la ley 532.

Artículo 36.- Deroga el inciso c) del artículo 55 de la ley n° 532.

Artículo 37.- Todo conductor es titular de una licencia para conducir, ajustada a los requisitos previstos en el artículo 14, de la ley n° 24449, conforme se reglamente. Antes de otorgar una licencia, se debe requerir al Registro Provincial de Antecedentes del Tránsito, los informes correspondientes al solicitante.

Artículo 38.- El Poder Ejecutivo debe proceder a reglamentar la presente ley, dentro de los treinta (30) días de su promulgación.

Artículo 39.- Se invita a los municipios de la provincia a adherir a la presente ley.

Artículo 40.- Se deroga la ley 2942 y su decreto reglamentario.

Artículo 2°.- De forma.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

MANUAL DE EDUCACION VIAL DE LA PROVINCIA DE RIO NEGRO

2007

INDICE

Estadísticas de accidentes de tránsito en Argentina	Página 3
Accidentes de tránsito en Argentina	Página 4
Decálogo del buen conductor	Página 5
Normas generales de conducción	Página 5
Conclusión	Página 6
Señales de Prevención	Página 7
Señales de Reglamentación	Página 8
Señales de Información	Página 8
Principales faltas	Página 9
Licencia de conducir	Página 10
Otorgamiento	Página 11
Contenido de la licencia habilitante	Página 11
Categorías de licencias	Página 12
Validez de la licencia	Página 12
Documentación y elementos de seguridad exigibles	Página 12
Los viajes: cómo llegar a destino	Página 13
Ante un accidente de tránsito	Página 14
Para los siniestros graves	Página 14
Velocidad	Página 15
Tabla de metros por segundos recorridos de acuerdo a velocidades utilizadas	Página 16
Tabla de distancia de frenado	Página 16
Marcas en el pavimento	Página 17
Regla de los dos segundos	Página 17
Conducción con distintos factores climáticos	Página 18
Prioridad de Paso	Página 20
Señales ópticas, acústicas y manuales	Página 20
Adelantamiento	Página 21
Diferencia entre parada, detención y estacionamiento	Página 22
Prohibición de Estacionar	Página 23
Luces de uso obligatorio	Página 23
Conducción Nocturna	Página 24
Conducción bajo el efecto de la bebida alcohólica	Página 25
Embragues	Página 26
Frenos	Página 26
Uso de los cinturones de seguridad	Página 26
Air bags	Página 33
Bicicletas y Motos	Página 34
Peatones: principales víctimas de nuestro tránsito	Página 35
Medicamentos y Conducción	Página 36
Los celulares en el automóvil	Página 39
Significación de los accidentes	Página 39



ANEXO I

El objetivo del presente manual es la unificación y actualización de criterios que hagan al conocimiento de la conducción de vehículos un hecho cada vez más seguro. En consonancia con el "Plan Nacional de Seguridad Vial" (2006-2009) y la iniciativa: " Porque la Vida Vale- Plan Integral de Seguridad Vial" se elabora el Manual "Educación Vial de la Provincia de Río Negro" a fin de que conductores y peatones de nuestra provincia conozcan sus deberes y derechos en relación a la circulación vial.

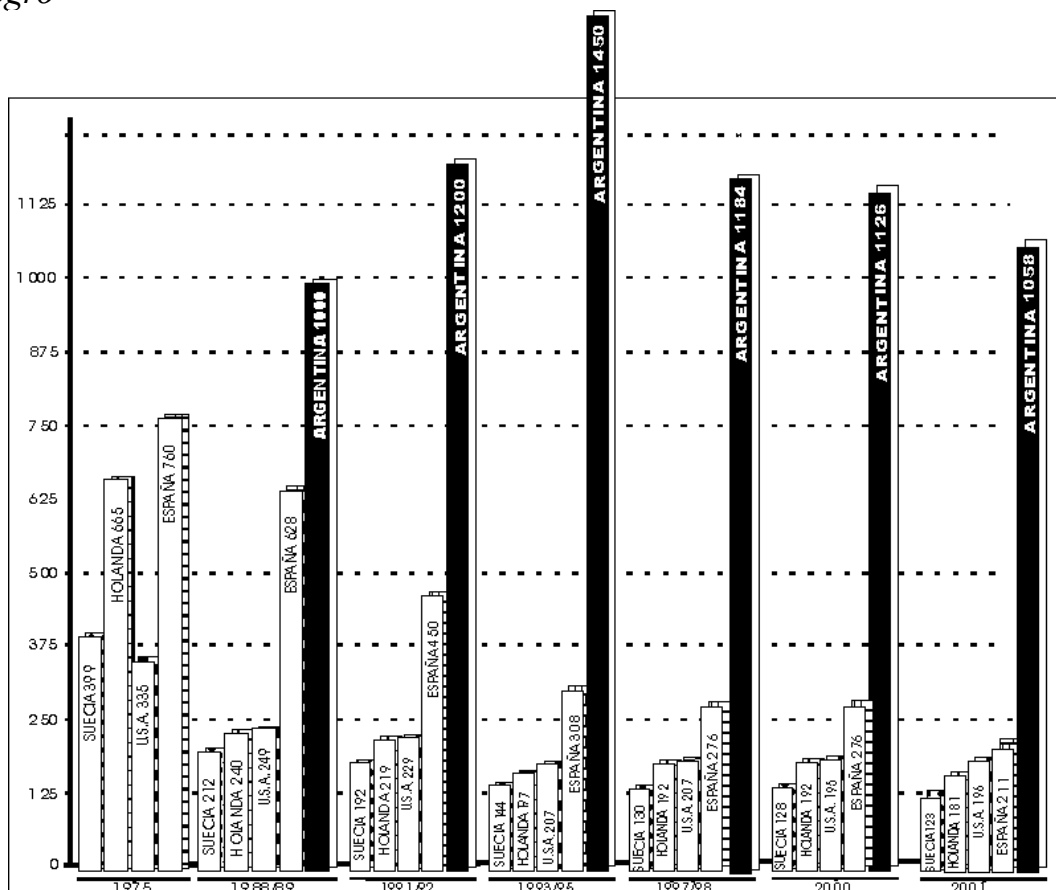
Es importante que este Manual sea conocido por toda la ciudadanía y acompañe especialmente a los conductores en forma permanente.

ESTADISTICAS DE ACCIDENTES DE TRANSITO EN ARGENTINA

El siguiente cuadro muestra los accidentes de tránsito por millón de vehículos ocurridos en nuestro país en comparación con otros países del mundo que tienen mayor densidad de población.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*



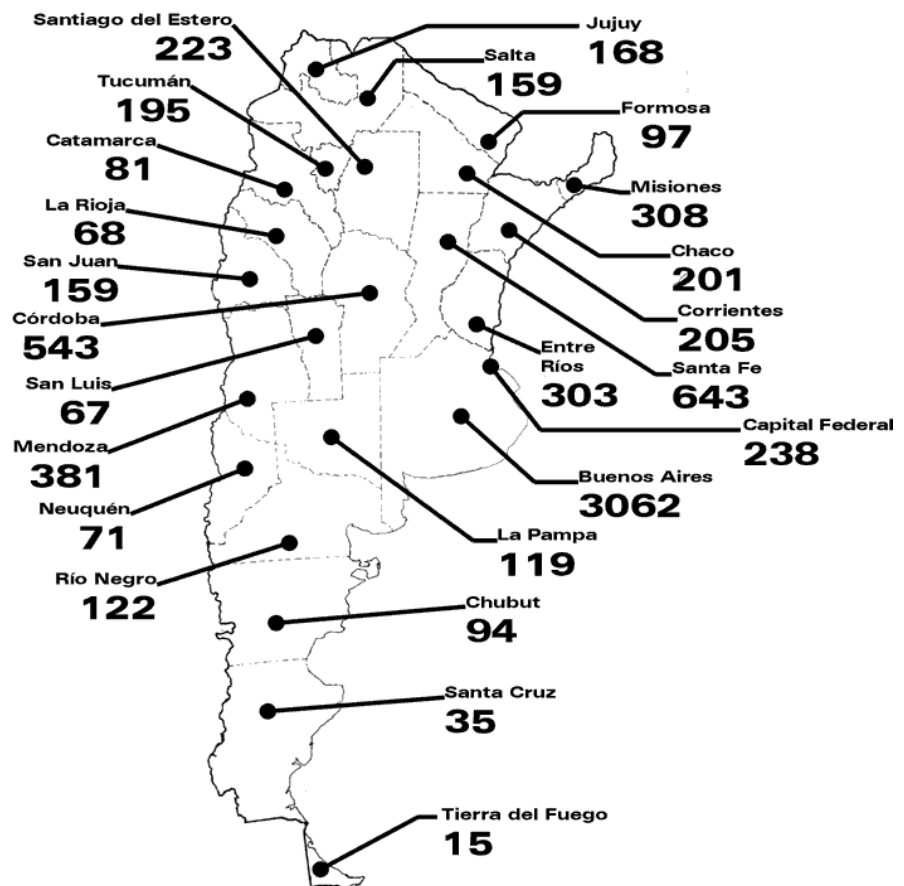


*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

Accidentes de tránsito en Argentina

TOTAL DE MUERTOS EN EL 2006

(Cifras provisionarias al 5/1/2007): 7.557
(Promedio diario: 21 - Promedio mensual: 629)



Estas cifras que, lamentablemente nos colocan en el primer lugar del mundo en relación a muertos por accidentes de tránsito, se deben fundamentalmente a dos motivos:

- 1) Impericia e imprudencia de los conductores.
- 2) Estado de las rutas, que en nuestro país permanecen como fueran diseñadas a principios del siglo pasado, con el desgaste de más de 100 años, sin mantenimiento, soportando en forma permanente transporte pesado debido a la destrucción del sistema ferroviario argentino y además como únicas vías de comunicación del tránsito ligero (automóviles y ómnibus) que está compuesto en general por vehículos de última generación, los que desarrollan altas



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

velocidades, aptos para circular en autopistas y vías rápidas.

DECALOGO DEL BUEN CONDUCTOR

- 1) Conduzca siempre tomando el volante con las dos manos.
- 2) Mire por lo menos dos veces por minuto el espejo retrovisor.
- 3) Antes de iniciar la marcha, colóquese y haga colocar a sus acompañantes el cinturón de seguridad.
- 4) No fume ni hable por teléfono celular durante la conducción.
- 5) No arriesgue jamás la vida de los menores, llévelos siempre en el asiento trasero, en las sillas especiales según su edad y sujetos con el cinturón de seguridad.
- 6) Respete el cruce de los peatones.
- 7) Lleve toda la documentación exigible y los elementos de seguridad establecidos por reglamentación.
- 8) Conduzca constantemente a la defensiva, respetando las velocidades establecidas, la señalización y las indicaciones del personal de control vehicular
- 9) Controle el estado de su vehículo permanentemente.
- 10) Ayude a los accidentados, haga que su conducción sea ejemplo, transmita sus conocimientos y experiencias, y trate de hacer de cada día "UN DÍA SIN ACCIDENTES".

NORMAS GENERALES DE CONDUCCION

La participación en el tránsito de la vía pública exige una precaución permanente y una constante colaboración de los usuarios.

Como usuarios debemos:

- No tener actitudes que pongan en peligro a los demás.
- No causar daños.
- No causar molestias.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

- No entorpecer a los otros usuarios de la vía pública.

Puesto que conducir en forma negligente o temeraria es poner en peligro su propia vida y la de los demás.

- Abra las puertas cerciorándose que ello no implica peligro para los otros usuarios (motociclistas, peatones, ciclistas).
- Nunca abandone sobre la vía pública, objetos o materiales que entorpezcan la libre circulación.
- Balice los obstáculos en la calzada (vehículos inmovilizados).
- Cruce las calles siempre en las esquinas, donde está marcada la senda peatonal y no en la mitad de la cuadra.
- Cerciórese, además, de que el semáforo esté en verde.
- No atraviese un paso a nivel con las barreras bajas.
- Cuando espera un transporte no baje de la vereda. Si el colectivo llegara a parar lejos del cordón, asegúrese que no circule ningún vehículo entre ambos.
- No corra para alcanzar un transporte en movimiento.
- No saque los brazos, ni asome la cabeza por la ventanilla.
- Si luego de descender de un medio de transporte usted cruza la calle, hágalo por detrás del vehículo del que se acaba de bajar.
- Si anda en bicicleta, sea precavido y circule por las sendas habilitadas para tal fin, siempre y cuando no haya un cartel que lo prohíba.
- No escriba sobre las señales de tránsito, ya que dificultará la lectura de quienes necesitan orientarse en la vía pública.

CONCLUSION

Causar daño es:

- Deteriorar bienes ajenos.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

- Lesionar a personas.
- Producir excesiva contaminación, ya sea por exceso de gases o mala combustión, o por uso indebido de la bocina.

Las molestias que ocasionamos pueden ser evitables o inevitables.

Entre las evitables debe considerarse:

- Tocar la bocina innecesariamente.
- Producir nubes de humo por deficiente funcionamiento del motor.
- Acelerar el motor con el vehículo parado.
- Tener deficiente el silenciador.
- Arrojar por la ventanilla todo tipo de objetos o materiales (cigarrillos, pañales, restos de comida).

Son molestias inevitables:

- Hacer sonar la bocina en caso de peligro o el ruido producido en un arranque normal.

Muchas veces circulando en la vía pública también podemos provocar entorpecimientos evitables y entorpecimientos inevitables.

Entre los entorpecimientos evitables podemos considerar:

- Detener la marcha por falta de combustible.
- Desarrollar velocidad muy reducida sin causa justificable.
- Circular por el carril de mayor velocidad a velocidades no correspondientes.
- La circulación de cuatriciclos por la vía urbana y en las zonas balnearias en los espacios de recreación de acampantes y bañistas.
- El estacionamiento y circulación de cualquier vehículo motorizado en las zonas balnearias, destinadas a la recreación de acampantes y bañistas.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

Entre los entorpecimientos inevitables podemos considerar:

- Un defecto mecánico imprevisible.
- Un reventón de neumático o pinchadura.
- Una velocidad reducida causada por maquinaria agrícola que nos precede.
- Una larga fila de vehículos en una pendiente en subida con camiones cargados que no pueden desarrollar más velocidad.
- Los cortejos fúnebres.
- Una manifestación o procesión.
- Un accidente.
- Un vehículo muy antiguo.
- Una ruta en construcción o en arreglo.



Legislatura de la Provincia
de Río Negro

señales de prevención





Legislatura de la Provincia
de Río Negro

señales de reglamentación



señales de información





Legislatura de la Provincia de Río Negro

Se aconseja a los municipios, colocar en las bocacalles en la mano que corresponda a la derecha del conductor, carteles señalizadores que digan "**PARE**". El objetivo de esta recomendación obedece a la necesidad de educar al conductor en la toma de conciencia de que es necesario frenar en las bocacalles.

PRINCIPALES FALTAS

- Falta de Licencia.
- Licencia vencida.
- Licencia adulterada.
- No usar lentes, si así lo establece la licencia.
- Ceder la conducción del vehículo a persona no autorizada.
- Menor de edad conduciendo vehículos.
- Darse a la fuga.
- Circular haciendo zigzag.
- Exceso de velocidad.
- Disputar carreras en la vía pública.
- Vehículo con más pasajeros que los permitidos.
- Llevar pasajeros en las cajas de las camionetas, camiones y casas rodantes.
- Llevar niños menores de 12 años en el asiento delantero.
- Falta de cinturones de seguridad en los vehículos.
- No llevar colocados los cinturones de seguridad conductor y pasajeros.
- Estacionar en doble fila.
- Estacionar en lugares prohibidos con carteles indicadores.
- Estacionar frente a rampas para discapacitados y los lugares asignados especialmente para los mismos.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

- Estacionar sobre salidas de emergencia.
- Estacionar en ochavas.
- Estacionar a menos de cinco metros de la línea de edificación.
- Estacionar sobre la vereda.
- Estacionar alejado del cordón cuneta (más de 30 cm).
- Estacionar frente a garage.
- Estacionar a menos de 10 mts. de postes indicadores de transporte público.
- Marcha atrás pronunciada (más de un vehículo).
- No ceder el paso a peatones en esquinas.
- Circular sin frenos, o con frenos deficientes.
- No funcionamiento del freno de mano.
- Cubiertas con estrías menores a 1,6 mm.
- Cubiertas peligrosas (con manchones, lisas...).
- Chapa patente ilegible.
- Falta de una o dos chapas patente.
- Chapa patente cambiada.
- No haber efectuado el reempadronamiento exigido por el Registro Nacional de la Propiedad del Automotor.
- Falta de espejos retrovisores.(interno y externos).
- Falta de luces reglamentarias(de giro, de patente, de posición y/o estacionamiento, luces bajas, luces altas, luz de retroceso, luz de freno, luz interior).
- Luces cambiadas.
- Exceso de luces (con más luces que las originalmente trae el vehículo).
- Llevar luces rojas en la parte delantera del vehículo.
- Falta de luces intermitentes de emergencia.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

- Reflectores sin cubrir (uso exclusivo en caminos de tierra).
- Falta seguro contra terceros(por vencimiento o carencia).
- Falta de luces en vehículo remolcado.
- Falta de apoyacabeza.
- Falta de matafuegos.
- Matafuegos vencido.
- Falta de balizas.
- Falta de Botiquín de primeros auxilios.
- Escapes deficientes.
- Escapes ruidosos (mas de 90 decibeles).
- Exceso de escape de gases.
- Conducir con fotocopias de documentación o con autorizaciones de gestorias.
- Circular en contramano.
- Cruzar con el semáforo en luz roja.
- Adelantarse en una bocacalle cuando todavía no tiene luz verde para avanzar.
- Adelantarse en zonas prohibidas.
- Uso indebido de la bocina (en la ciudad únicamente en caso de peligro).
- Conducir a una distancia menor de la prudente (un metro por km. de velocidad) del vehículo que lo precede.
- Cruzar el paso a nivel con las barreras bajas.
- Estacionar camiones en la zona urbana, excepto en los horarios establecidos para carga y descarga.
- Transito de camiones en zonas no permitidas y debidamente señalizadas.
- Transportar cualquier carga o elemento que perturbe la visibilidad, afecte peligrosamente las condiciones



Legislatura de la Provincia de Río Negro

aerodinámicas del vehículo, oculte luces o indicadores o sobresalga de los límites permitidos.

- Transportar cualquier tipo de carga sin la debida sujeción que asegure la misma.
- Conducir utilizando auriculares y sistemas de comunicación manual continua.
- Circular con vehículos que posean defensas delanteras, y/o traseras, enganches sobresalientes o cualquier otro elemento que, excediendo los límites de los paragolpes o laterales de la carrocería, pueden ser potencialmente peligrosos para el resto de los usuarios de la vía pública.
- Obstruir la circulación a marcha reducida.
- Hacer doble fila, fingiendo un problema mecánico.
- Adelantarse a otro vehículo por la derecha, salvo en rotondas o lugares de giro a la izquierda.
- No ceder el paso a vehículos oficiales en emergencias.
- No hacer señales para cambiar de dirección y/o para doblar.
- Cortar filas escolares.
- Conducir en estado de alteración física o psíquica.
- No respetar la prioridad de la derecha.

LICENCIA DE CONDUCIR

- La licencia de conductor autoriza para conducir en todo lugar de la República cualquier vehículo del tipo para el cual ha sido otorgada, sea dicho vehículo propiedad o no de quien lo conduzca y aunque estuviere patentado en otra jurisdicción.
- Todo conductor debe ser titular de sólo una licencia. La misma posee una validez máxima de cinco años, lapso que disminuirá con la mayor edad del titular debiendo en cada renovación aprobar el examen psicofísico y demás requisitos establecidos por cada municipio.
- Las personas daltónicas, con visión monocular, sordas y demás discapacitadas que puedan conducir con las



Legislatura de la Provincia de Río Negro

adaptaciones pertinentes, podrán obtener la licencia habilitante específica.

OTORGAMIENTO

- Para iniciar el trámite de otorgamiento para quien solicita la primera vez la licencia de conducir se debe presentar la siguiente documentación:
- Documento nacional de identidad con domicilio en la ciudad de la provincia de Río Negro en que se solicite. Primera y segunda página.
- No hallarse inscripto en el Registro de deudores alimentarios/as morosos/as; se exceptúa a quien solicite la licencia de conducir para trabajar. En este caso se solicitará una licencia provisoria por única vez por 45 días para que regularice su situación.
- Certificado de libre deuda de infracciones.
- Certificado de antecedentes.
- Certificado de aptitud psicofísica.
- Saber leer y escribir.
- Para los menores de 17 años se requiere además autorización firmada por los padres, tutores o encargados y ratificada por la autoridad municipal que otorgue la licencia.
- Aprobación del examen teórico sobre la legislación nacional y provincial de tránsito y el contenido del presente manual.
- Aprobación del examen práctico sobre la idoneidad del solicitante para conducir y del conocimiento sobre el manejo del instrumental correspondiente al vehículo que se conduce.
- Abonar el arancel establecido.

CONTENIDO DE LA LICENCIA HABILITANTE

- La licencia deberá contener los siguientes datos:



Legislatura de la Provincia de Río Negro

- Número en coincidencia con el documento nacional de identidad del conductor.
- Apellido, nombre, nacionalidad, fecha de nacimiento, domicilio, fotografía y firma del titular.
- Categoría de licencia, especificando el tipo de vehículo que lo habilita a conducir.
- Prótesis que debe usar o condiciones impuestas al titular que debe conducir. A su pedido se incluirá la advertencia sobre alergias a medicamentos u otros similares.
- Grupo sanguíneo del titular.
- La voluntad del titular de la licencia de ser o no donante de órganos en caso de fallecimiento.
- Fecha de otorgamiento y vencimiento de la licencia.
- Identificación del funcionario y organismo expedidor.

CATEGORÍAS DE LICENCIAS

- Clase A: ciclomotores, triciclomotores hasta 50cc. (A1 y A2).
- Clase B: automóviles, camionetas con acoplados o casas rodantes motorizadas.
- Clase C: camiones sin acoplados ni semiacoplados, casas rodantes de más de 3500 KG y los comprendidos en la clase B.
- Clase D: transporte de pasajeros, emergencia y seguridad y los comprendidos en la clase B y C.
- Clase E: camiones articulados o con acoplado, maquinaria especial no agrícola y los comprendidos en la clase B y C.
- Clase F: automotores especialmente adaptados para discapacitados.
- Clase G: tractores agrícolas y maquinaria especial agrícola.

VALIDEZ DE LA LICENCIA



Legislatura de la Provincia de Río Negro

Será la siguiente:

➤ Hasta 55 años de edad	5 años
➤ Hasta 60 años de edad	4 años
➤ Hasta 65 años de edad	3 años
➤ Hasta 70 años de edad	2 años
➤ Hasta 75 años de edad	1 año
➤ Desde 75 años de edad	6 meses

DOCUMENTACIÓN Y ELEMENTOS DE SEGURIDAD EXIGIBLES

- Cédula de identificación del conductor.
- Licencia habilitante y correspondiente a la clase de vehículo que conduce.
- Tres últimos recibos de patentes o último (según los controles policiales)
- Seguro contra terceros.
- Matafuego.Linterna.
- Apoya cabezas.
- Cinturones de seguridad (colocados en todos los ocupantes del vehículo.
- Botiquín. Se sugiere: guantes de latex, un paquete grande o mediano de algodón, una caja de gasas estériles, vendas de 7 y 10 cm de ancho, una botella de povidona y una de agua oxigenada, un envase de cinta adhesiva ancha, una tijera pequeña, un tubo de Furacín o Platsul A, alfileres de gancho, un sobre de toallas húmedas descartables.
- Verificación Técnica obligatoria.
- Tarjeta de identificación del equipo y oblea obligatoria en caso de conducir un auto con equipo de gas.

Se sugiere: - Cuarta o barra de arrastre.
- Una manta para lugares de baja temperatura.
- Cable de puenteo.

LOS VIAJES: CÓMO LLEGAR A DESTINO



Legislatura de la Provincia de Río Negro

Conducir no debe ser encarado como un pasatiempo sino como un verdadero trabajo, para el cual debemos prepararnos adecuadamente.

Damos aquí diez consejos elaborados por especialistas en seguridad vial, que tal vez puedan contribuir, de seguirlos al pie de la letra, a disminuir el número de accidentes:

- Iniciar el viaje descansado: nunca debemos sentarnos al volante inmediatamente después de realizar una intensa actividad física o incluso mental. Además, todo aquel que haya estado enfermo recientemente debe tener particular cuidado, la eficiencia física se mantendrá en un nivel inferior al normal.
- Tener cuidado con los medicamentos: este aspecto se expone en este manual en profundidad.
- Manejar de manera uniforme: de esta manera es posible evitar el llamado "malestar de los viajes", principalmente el que afecta a los acompañantes.
- Viajar de día siempre que se pueda: alrededor de la madrugada el ritmo del cuerpo alcanza su punto más bajo, tanto física como mentalmente. La capacidad visual se reduce en la oscuridad y las luces intensas se vuelven particularmente molestas.
- No usar nunca medicamentos estimulantes: estos fármacos son peligrosos, en cambio, no hay inconvenientes en beber café o té, tal como lo hacen muchos corredores de automóviles. Agregándoles un poco de leche, el efecto ligeramente estimulante de estas bebidas resulta más prolongado.
- Hacer muchas paradas breves. Los primeros minutos de una pausa en la conducción son los que más nos ayudan a recuperarnos. Por consiguiente, es preferible detenerse con frecuencia y por intervalos breves.
- Relajar los músculos: practicar ejercicios de relajamiento durante las paradas evita calambres musculares.
- Vestirse adecuadamente: No es aconsejable que el conductor maneje muy abrigado o con ropas que le impidan el rápido movimiento de sus brazos y



Legislatura de la Provincia de Río Negro

piernas. Ninguna mujer debe viajar con tacos altos.

- No manejar con el estómago lleno: la conducción es una actividad que consume muy pocas calorías. Por lo tanto, ingerir hidratos de carbono en pequeñas cantidades antes y durante el viaje. Lo que sí es importante es reponer al organismo los líquidos y la sal eliminados. También es aconsejable comer frutas.
- No probar alcohol, no hablar por teléfono celular ni fumar conduciendo: tratamos estos temas en este manual, pero insistimos que pequeñas dosis de alcohol retardan los reflejos y disminuyen la capacidad visual. El déficit de oxígeno provocado por fumar en exceso aumenta el tiempo de reacción ante un imprevisto. Al encender o apagar un cigarrillo tanto como al hablar por teléfono se produce una distracción que puede resultar fatal.

ANTE UN ACCIDENTE DE TRÁNSITO

Si tiene la desgracia de sufrir un accidente, tome nota de :

- Fecha (día, mes y año) y hora del suceso.
- Lugar de ocurrencia (correctamente individualizado).
- Número de patente, tipo (auto, camión, pick up, etc) marca, modelo y color de otro u otros rodados.
- Nombre y apellido, documento de identidad, número de registro y domicilio del conductor y del propietario (si no coincidiera con el conductor) del otro rodado.
- Nombre, dirección y N° de póliza de la aseguradora del tercero, examinando su póliza o certificado de seguro.
- Magnitud y localización de los daños sufridos por los rodados participantes y su estado general de conservación.
- Nombre, dirección y número de documento de identidad de los eventuales testigos del accidente.
- Efectuar la denuncia del hecho en la dependencia policial competente para el lugar del accidente.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

- Efectuar la denuncia ante su compañía aseguradora dentro del tercer día del siniestro.

PARA LOS SINIESTROS GRAVES

Una colisión de tránsito puede tener distintas consecuencias: daños materiales, personales, y ambos.

En todos los casos se deberá cumplimentar:

- Señalizar la zona para que no se produzcan más accidentes.
- Hacer una evaluación del hecho ocurrido, cantidad de víctimas, estado de las mismas.
- Llamar inmediatamente a emergencias BUSCAR y a la Policía BUSCAR.
- Mientras espera el servicio de emergencias tratar de determinar el nivel de conciencia de las víctimas a través de preguntas puntuales.
- En caso de prever fractura no movilizar la zona afectada.
- Si a consecuencia del impacto se observa que la persona tiene un objeto clavado, nunca retirarlo, podría producirse una hemorragia.
- Si el herido posee casco, no debe retirarlo a menos que haya vómito o asfixia.
- Si la víctima está inconsciente y usted conoce técnicas de reanimación comience a realizarlas.
- Nunca mover al herido para evitar que se perjudique por lesiones ocultas.
- Antes de realizar acto alguno, consultar con un abogado especializado de su confianza, máxime si resultó afectada la vida o la salud de alguna persona.
- No realizar negociaciones con la otra parte o con la compañía aseguradora de la misma sin el previo asesoramiento jurídico.
- Tomar fotos de su rodado, y del otro si fuera posible.
- Tomar nota del estado del tiempo (seco, húmedo, lluvioso, neblina, etc) estado de la calzada



Legislatura de la Provincia de Río Negro

(seca, húmeda, resbaladiza, pavimentada, adoquinada, etc) del desgaste de los neumáticos, del sentido de circulación y velocidad aproximada que llevaban los vehículos, cantidad de manos y/o carriles de cada arteria, intensidad del tránsito vehicular y peatonal y demás circunstancias que obstruyen la normal circulación, resultando de mucha utilidad la confección de un croquis.

USTED TIENE DERECHO A SER INDEMNIZADO por todo accidente que, al presente, no tenga una antigüedad mayor a los 2 años.

VELOCIDAD

Al conducir un vehículo, la velocidad es uno de los factores que más inciden en la seguridad.

Una mala adaptación de la velocidad por parte del conductor tiene frecuentemente como consecuencia graves accidentes de tránsito.

Una velocidad adecuada es:

- No excesivamente rápida.
- No innecesariamente lenta.
- Adaptada a la fluidez del tránsito, respetando las normas vigentes.

La elección de una velocidad adecuada depende de nuestra condición física y psíquica, de nuestra aptitud como conductor, de las características de las calles o carreteras, de las condiciones meteorológicas y ambientales, de la intensidad del tránsito, del estado de nuestro vehículo y de las personas que transportamos.

Mantener una velocidad adecuada exige del conductor una constante atención.

Por el contrario una velocidad anormalmente reducida puede originar:

- Peligro de choque.
- Maniobras precipitadas de adelantamiento.
- Dificultad en el normal funcionamiento del tránsito.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

Una velocidad anormalmente excesiva resulta peligrosa en toda circunstancia de tránsito por la vía pública.

Generalmente la velocidad en la zona urbana está estipulada en 40 kms. Por hora.

Pero esta velocidad no es constante y solamente la podemos desarrollar durante los primeros 70 metros de la calle para luego, ir reduciendo en los últimos 30 metros a no más de 20 kms. Por hora y efectuar el cruce de la calle a no más de 10 o 15 kms. Por hora.

La razón de este enunciado se basa en dos premisas:

La primera, circulando a 40 kms por hora desarrollamos 11 metros por segundo. Tomando como referencia el ancho de una calzada entre 11 a 13 metros resulta que trasponemos la misma en un segundo o menos.

La segunda premisa corresponde a la frenada. En todo acto de frenar hay dos tiempos, un tiempo de reacción representa la distancia recorrida hasta el momento de accionar el freno, es decir cuando va la orden de la cabeza al pie. Y el tiempo de frenado representa la distancia que recorrerá después del frenado hasta detenerse completamente. La suma de las dos distancias recorridas durante el tiempo de reacción y el tiempo de frenado nos da la distancia total recorrida.

A 40 kms. por hora con pavimento seco el tiempo de reacción es igual a 10 metros y el tiempo de frenado a 12 metros, es decir necesitamos 22 metros para detenernos.

Por lo expuesto cruzar una bocacalle a 40 kms por hora es ante la aparición de otro vehículo en sentido contrario un choque seguro.

TABLA DE METROS POR SEGUNDOS RECORRIDOS DE ACUERDO A VELOCIDADES UTILIZADAS.

40 km./hora	11 mts./seg.
60 km./hora	16,5 mts./seg
80 km./hora	22 mts./seg
100 km./hora	27,5 mts./ seg

Los excesos de velocidad son los principales causantes de accidentes fatales en tránsito.

TABLA DE DISTANCIA DE FRENADO



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

Las distancias necesarias para frenar un automóvil se hacen en base al cálculo en metros y realizado con el sistema de frenos y cubiertas en buen estado.

Las tablas que a continuación se detallan representan los distintos recorridos y distancias de frenado con pavimento seco o pavimento húmedo.

Si Ud. conduce a:

20km/h necesita	9,00 mts. para frenar en pavimento seco
20km/h necesita	13,0 mts. para frenar en pavimento húmedo
30km/h necesita	14,5 mts. para frenar en pavimento seco
30km/h necesita	20,5 mts. para frenar en pavimento húmedo
40km/h necesita	22,0 mts. para frenar en pavimento seco
40km/h necesita	32,0 mts. para frenar en pavimento húmedo
50km/h necesita	29,5 mts. para frenar en pavimento seco
50km/h necesita	45,5 mts. para frenar en pavimento húmedo
60km/h necesita	40,0 mts. para frenar en pavimento seco
60km/h necesita	63,0 mts. para frenar en pavimento húmedo
70km/h necesita	50,5 mts. para frenar en pavimento seco
70km/h necesita	81,5 mts. para frenar en pavimento húmedo
80km/h necesita	63,0 mts. para frenar en pavimento seco
80km/h necesita	104 mts. para frenar en pavimento húmedo
90km/h necesita	77,5 mts. para frenar en pavimento seco
90km/h necesita	127,5 mts. para frenar en pavimento húmedo
100km/h necesita	93 mts. para frenar en pavimento seco
100km/h necesita	155 mts. para frenar en pavimento húmedo

UD. DEBE TENER EN CUENTA MIENTRAS CONDUCE:

Usar la luz de guiño siempre que:

- Doble en una esquina,
- Cambie de carril,
- Entre en un estacionamiento.

No estacionar en:

- Las ochavas,
- Doble fila,
- Donde exista línea amarilla,
- Entrada de estacionamientos,
- Sobre la ruta,



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

MARCAS EN EL PAVIMENTO

- 1) Línea longitudinal discontinua: separa carriles de igual sentido de circulación. Puede transponerse únicamente para adelantarse a otro vehículo, o para seleccionar el carril de giro.
- 2) Línea longitudinal continua: delimita el carril, no debe ser transpuesta.
- 3) Líneas longitudinales dobles: dividen las corrientes circulatorias y determinan el límite externo izquierdo del sentido de circulación del tránsito. No deben transponerse ni circular sobre las mismas,
- 4) Senda peatonal: a) bastones transversales a la calzada; b) doble línea paralela. Ambas indican la zona de cruce reservada para peatones. Ud. debe dar paso al peatón siempre.
- 5) Flechas de guía: establecen el sentido de circulación y anticipan los giros permitidos en la siguiente encrucijada.
- 6) Señalamiento en curvas: Doble línea central con trazos continuos y discontinuos en sus extremos. Quien circule del lado de la línea discontinua puede transponerla, no así quien se halle inmediato a la línea continua.
- 7) Cruce ferroviario: demarcación complementaria de los indicadores verticales que destacan la presencia de una vía férrea.
- 8) Líneas oblicuas. Anticipan la presencia de obstáculos o hacen las veces de construcciones físicas, canalizando las corrientes circulatorias. Está prohibido circular sobre las mismas.

LA REGLA DE LOS DOS SEGUNDOS

Para determinar la distancia que debemos llevar del vehículo que nos precede, la "regla de los dos segundos", establece con gran precisión la misma.

Para ello, circulando por ruta, el vehículo que nos precede, pasa una señal, un poste, un puente, un árbol, etc. . Nosotros, que venimos atrás, en ese momento comenzamos a decir, en forma normal, ni pausada ni ligera: "mil ciento uno....mil ciento dos...". Si al decir la palabra "dos" estamos ante del elemento que pasó el vehículo que nos precedíavamos a la distancia correcta....pero si al decir la palabra "dos" ya hemos pasado



Legislatura de la Provincia de Río Negro

la señal, el poste, el árbol, etc.vamos a una distancia peligrosa....debemos por lo tanto, reducir la marcha....y empezar a contar de nuevo...!!!!!!.

La velocidad fuera de la zona urbana, en carreteras o caminos, estará adecuada a la señalización existente. En nuestro país las mismas van desde los 80, 90, 100, y hasta 120 y 130 km/h., de acuerdo al tipo de vías.

La más común es la de 80/110 km/h., generalmente estipulada a lo largo de todo nuestro país.

Pero estas velocidades tampoco son constantes por las agresiones del medio o por el factor tiempo.

CONDUCCION CON DISTINTOS FACTORES CLIMATICOS

a) Lluvia: La lluvia y las carreteras mojadas pueden traer problemas al conducir ya que no se puede parar, acelerar, o hacer curvas regularmente y además la adherencia de los neumáticos a la calzada no es tan buena como en las calzadas secas.

Si comienza a llover cuando está al volante, reduzca la velocidad y sea más cuidadoso.

Cuanto más pesada sea la lluvia más precaria será la visibilidad. Aunque las escobillas de su limpiaparabrisas estén en buenas condiciones, la lluvia pesada podrá dificultar la visión de las placas de señalización, semáforos, marcas en el pavimento, límite de banquetas y hasta de personas que están andando por la calzada. El agua puede afectar a los frenos, los mismos mojados, pueden derivar en accidentes.

Conducir con lluvia entraña:

1. Disminución de velocidad.
2. Disminución de adherencia.
3. Necesitar más metros para frenar.
4. Tener en perfecto estado el equipo desempañador.

b) Niebla: La neblina puede suceder cuando hay mucha humedad en el aire o helada fuerte. Puede ser tan liviana que permita ver a cientos de metros adelante, o puede ser tan espesa que limite la visión a apenas algunos metros.

Cuando conduzca en la neblina, su visibilidad se reducirá rápidamente, los mayores peligros son la colisión con el vehículo a su frente o una colisión por detrás.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

Intente percibir la densidad de la niebla en el camino. Si fuera difícil ver el vehículo de adelante (o por la noche, si fuera difícil percibir las luces traseras) es señal de que la neblina se está volviendo muy espesa.

Recomendaciones:

- Encienda las luces de neblina o el foco bajo, verá mejor y será más visible a los demás conductores.
- No use foco alto. La luminosidad será reflejada por las gotas de agua que forman la neblina.
- Use el desempañador.
- Intente encontrar un lugar para salir del camino, buscando formas de protección como árboles, postes, o cualquier otro elemento que encuentre en función de la seguridad.
- Si la visibilidad estuviera próxima a cero y precisa parar, encienda los faroles, accione el señalador de emergencia.

REFLEXION IMPORTANTE:

Si no pueden salir los aviones y los barcos cuando hay intensa niebla, también se debería prohibir el tránsito automotor en estas condiciones. Las estadísticas nos muestran terribles accidentes o choques con vehículos detenidos en la ruta, por adelantamiento indebido e incluso con el vehículo que circula en nuestra dirección.

c) Hielo y/o nieve: La conducción entraña la posibilidad de salidas bruscas, choques y graves accidentes. Por lo general los caminos con hielo se encuentran en zonas de montaña, con pendientes en subida o bajada muy pronunciada, muy angostos, con curvas pronunciadas o caminos de cornisas.

Consejos:

- Cuando la nevada es copiosa circule con dos ruedas sobre el pavimento y dos ruedas en la banquina, y las cadenas en las ruedas tractoras.
- Evite calzado que impida un buen tacto sobre los pedales y no abuse de la calefacción del coche. El exceso de calor puede producir somnolencia.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

- Un resfriado común tan habitual en la época de frío, potencia los efectos deteriorantes del alcohol.
- Durante el trayecto, infórmese de la temperatura exterior. Si no supera los 3° centígrados está cerca del umbral de la helada y pueden aparecer placas de hielo o de nieve.
- Evite viajar durante la madrugada o las primeras horas de la mañana, es cuando hay más posibilidades de encontrar bancos de niebla y de que se forme hielo en la calzada.
- Si suele equipar a su vehículo con neumáticos de invierno, hágalo un mes antes de que caigan las primeras nevadas, porque sus escamas se afilan al rodar por el asfalto, por lo que el agarre es mayor.
- Reduzca la velocidad en puentes, bajos y proximidades de arroyos donde es más fácil que encuentre hielo.
- Pise el pedal de freno con mucha suavidad para evitar el bloqueo de las ruedas, con ABS pise el freno a fondo.
- Si pierde el control, no frene. Levante suavemente el pie del acelerador e intente controlar el vehículo usando el volante.
- Si hay rodadas en la nieve hechas por otros vehículos circule por ellas. Si no existen rodadas, lleva neumáticos adecuados y la nevada es escasa, circule por la nieve virgen ya que su textura terrosa tiene mayor agarre.
- En caso de derrapar, no frene. Gire con suavidad el volante hacia el mismo lado que se ha dirigido la parte trasera del vehículo.
- Si su vehículo se queda atascado en la nieve, balancéelo atrás y adelante repetidamente usando la marcha atrás y la segunda.
- Si su coche está estacionado y queda bajo una capa de nieve, no la quite hasta el momento de moverlo. Esa capa es el mejor aislante frente a temperaturas aún más frías.
- Si está en medio de una nevada copiosa, levante la antena al máximo y átele algo vistoso para facilitar la localización del vehículo.
- Recargue el tanque con frecuencia. Con el tanque lleno su coche ganará en estabilidad y adherencia. Y en caso de quedar inmovilizado dispondrá de calefacción por más tiempo.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

- Pase una papa cortada por el parabrisas (interior y exterior). Por fuera, repelerá el agua, y por dentro, evitará que el cristal se empañe.
- Un poco de anticongelante y detergente en el agua del limpiaparabrisas mejorará bastante la limpieza del cristal y con ello la visibilidad.
- No utilice agua caliente para lavar un parabrisas helado, podría romper el cristal. Use anticongelante o alcohol.
- Una jeringa con alcohol mezclado con detergente descongelan rápidamente una cerradura congelada.
- Los limpiaparabrisas se vuelven flexibles con un algodón empapado en bebida de Cola.

PRIORIDAD DE PASO

PRIORIDAD DE DERECHA

El dicho popular establece que "El que por derecha viene...derecho tiene a pasar tiene"... pero no siempre es así. Para establecer la prioridad de derecha, hay que partir de la premisa de que los dos vehículos parten de puntos que están imaginariamente a una distancia igual, cada uno de su calle.

En este caso, tiene prioridad de paso el vehículo de la "derecha".

En cambio, si el vehículo que está a la izquierda del otro está más avanzado, como por ejemplo al comienzo de la intersección, y el otro el de la derecha, está en el punto indicado anteriormente la prioridad de paso por derecha no se aplica en este caso, teniendo prioridad de paso el vehículo que estaba más adelantado, o sea el de la izquierda.

Ambulancias, bomberos y vehículos policiales en misión específica tienen prioridad de paso. Pero cuando no están en cumplimiento de una emergencia, deben cumplir con las velocidades establecidas. En situación de emergencia pueden cruzar semáforos en luz roja, circular en contramano, etc.

Ante la presencia de los mismos, debemos recostar nuestro vehículo lo más posible al cordón de la vereda, para ceder el paso.

SEÑALES OPTICAS, ACUSTICAS Y MANUALES

Las señales que realiza el conductor las podemos dividir: señales en ruta y señales en ciudad.

Las señales ópticas pueden ser:



Legislatura de la Provincia de Río Negro

- Luz de giro: la usamos cuando:
 - Vamos a girar al doblar una esquina.
 - Vamos a adelantarnos.
 - Cambiamos de carril.
 - Cuando en ruta debemos efectuar un giro a la izquierda, colocamos la luz de giro hacia la derecha y salimos a la banquina, luego colocamos la luz de giro a la izquierda y esperando el paso seguro, efectuamos el giro.
- Luces bajas: deben ir encendidas siempre en ruta, según lo establecido en la ley 25456 que modifica el artículo 47 de la ley 24449.
- Luces altas: se deben utilizar en la ruta y sólo bajarlas cuando nos cruzamos con otro vehículo.
- Luces de freno: el buen conductor debe siempre controlar que las luces de freno estén en buenas condiciones. Indican la actitud del vehículo que nos precede y la nuestra cuando accionamos el freno. Debemos mantener una distancia que responda a la regla de los dos segundos.
- Luces de posición y chapa patente: deben permanecer siempre encendidas.
- Luces intermitente de emergencias: deben usarse para indicar la detención en estaciones de peaje, zonas peligrosas o en la ejecución de maniobras peligrosas.
- Luces de rompenieblas, de retroceso, de giro y adicionales: deben usarse sólo para fines propios.

Las señales manuales son las siguientes:

Señal acústica: la bocina se usa exclusivamente para evitar una situación de peligro. Nunca para anunciarnos en un domicilio, para efectuar el cruce de una bocacalle, para llamar la atención ante una aglomeración de tránsito, para festejos, etcétera.

ADELANTAMIENTO

El adelantamiento es una maniobra que consiste en sobrepasar un vehículo o vehículos que nos preceden, cuando estos circulan a una velocidad inferior.

Como norma general la maniobra de adelantamiento debe efectuarse por la izquierda del vehículo que pretendemos adelantar, pero hay excepciones:

Ejemplo: está permitido adelantar por la derecha, cuando el vehículo que nos precede indica claramente su propósito de cambiar de dirección a la izquierda, se ubica en el centro de la calzada y comienza a disminuir la marcha.

En una rotonda.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

Comprobaciones que debemos realizar antes de adelantarnos en ruta

La mayoría de los accidentes se producen, por adelantamientos indebidos, mal cálculo de distancias, demasiada confianza en nuestro vehículo, visión deficiente, etc y fundamentalmente, por no respetar la señalización. Para efectuar un adelantamiento, debemos tener presente:

- 1) Mirar por el espejo retrovisor si no viene alguien de atrás. Por el lateral, comprobar si no hay alguien ya cerca que no lo tome el espejo interior. Por último, mirar a nuestra izquierda si no nos está pasando otro vehículo.
- 2) Asomar suavemente la trompa de nuestro vehículo para ver si viene alguien de frente. Comprobar además si adelante no va un tren de vehículos. Ver proximidad de curva.
- 3) Calcular la potencia de nuestro motor, para pasar al vehículo que nos precede. Recordar que hoy los camiones desarrollan altas velocidades.
- 4) Verificar el espacio que nos deja el vehículo para sobrepasarlo, y si la ruta está en condiciones. Verificar además la banquina existente para una salida en caso de emergencia.
- 5) Durante el adelantamiento se aconseja no cambiar de marcha.
- 6) Retomar a la derecha después de la maniobra a la misma velocidad a la que se produjo el adelantamiento.
- 7) Advertir a los vehículos que van detrás nuestro, con la luz de giro, nuestra intención de adelantarnos.
- 8) La maniobra de adelantamiento la debemos realizar con:
 - Decisión
 - Seguridad
 - A velocidad notoriamente superior a la del vehículo al que queremos adelantar.

Obligaciones del vehículo adelantado:

- 1) Ceñirse al borde derecho, sin invadir la banquina, esté esta asfaltada o no.
- 2) Reducir la velocidad en caso de comprobar que el vehículo que se adelantó no tendrá el tiempo suficiente.
- 3) No aumentar la velocidad.
- 4) No impedir ni dificultar el adelantamiento.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

Prohibiciones de adelantar

En curvas, puentes, subidas, en bocacalles, en todo lugar donde esté señalizado, ya sea sobre el pavimento con doble línea amarilla o con carteles que así lo indiquen, frente a policías, camineras, frente a colegios en horario de salida de escolares, en túneles, con escasa visibilidad, en paso a nivel, en intersecciones y sus proximidades ESTÁ PROHIBIDO ADELANTARSE.

DIFERENCIA ENTRE PARADA, DETENCIÓN Y ESTACIONAMIENTO

Detención: es la inmovilización de un vehículo por circunstancias de tránsito, o para cumplir algún precepto impuesto por las normas, señales de circulación y de los agentes y/o policías de tránsito.

Parada: es la inmovilización voluntaria del vehículo por un lapso de tiempo breve. Es imprescindible para subir o bajar personas, cargar o descargar cosas. Se debe recordar que durante la parada el conductor no debe ausentarse del vehículo y que no está permitido hacerlo en doble fila.

Estacionamiento: es la inmovilización voluntaria de un vehículo en un espacio destinado a ese propósito. El vehículo no se encuentra en situación de parada o detención.

Se diferencia de la parada en que no tiene limitación de tiempo, el conductor puede ausentarse del vehículo. El estacionamiento puede ser libre, o estar controlado con parquímetros o tarjetas de estacionamiento medido.

Como norma general debemos efectuar el descenso del vehículo por la parte más próxima al borde de la vereda.

Cuando dejamos nuestro vehículo estacionado, debemos evitar:

- a) Que se ponga en movimiento por sí solo.
- b) Que si lo mueven, no sobrepasarse de la línea límite de estacionar.
- c) Dejarlo en "cambio" en una calle sin pendiente.

Antes de abandonar un vehículo debemos:



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

- a) Apagar el motor.
- b) Bloquear la dirección.
- c) Accionar el freno de mano.
- d) Poner la marcha atrás en pendiente en descendente.
- e) Poner primera en pendiente ascendente.
- f) Cerrar puertas y ventanillas.

PROHIBICIONES DE ESTACIONAR

- 1- Frente a garajes donde está la señal correspondiente.
- 2- En puentes.
- 3- En curvas.
- 4- Sobre sendas peatonales, estén pintadas o no.
- 5- Frente a cines en horario de función.
- 6- En doble fila.
- 7- En túneles.
- 8- En paso a nivel.
- 9- En autopistas o vías rápidas.
- 10- Sobre la ruta.
- 11- En intersecciones.
- 12- En ochavas.
- 13- Frente a entradas de emergencias.
- 14- En la banquina para descansar.
- 15- En todo lugar donde está señalizada la prohibición.

LUCES DE USO OBLIGATORIO

Reglamentarias en la parte delantera:

- Dos luces de posición o estacionamiento, blancas.
- Dos luces de alcance medio.
- Dos luces de largo alcance.
- Luces de giro.
- Luz interior.

En la parte trasera:

- Dos luces rojas, dos rojas de freno que cobran intensidad al presionarlo (de día), luz de patente, luz de giro, luz de marcha atrás.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

La luz de largo alcance: se usa para circular en carreteras, siempre que no deslumbre a otros usuarios. Está prohibida la luz de largo alcance en vehículos parados o estacionados, y debemos cambiar a luz de alcance medio cuando circulamos detrás de un vehículo a menos de 150 m. de distancia.

Puede utilizarse en condiciones meteorológicas o ambientales adversas, de manera aislada, o en forma conjunta con el alumbrado de niebla, según las circunstancias.

También puede utilizarse en forma de destellos para advertir, en caso de peligro, la maniobra de adelantamiento, pero nunca con otra finalidad.

La luz de corto alcance: es obligatorio su uso en ruta, tanto de día como de noche, independientemente del grado de luz natural, o de las condiciones de visibilidad que se registren, excepto cuando corresponda la de largo alcance o en cruces ferroviarios.

La luces de posición: deben permanecer siempre encendidas.

CONDUCCION NOCTURNA

"Si de noche debes viajar, el doble de precauciones debes tomar". Así reza el dicho, muy común entre los automovilistas, y efectivamente, siendo la conducción nocturna, mucho más cargada de peligros que la diurna, debemos extremar las precauciones.

En primer lugar, se debe tener presente que el campo visual se reduce al 20%, sin considerar que cualquier deficiencia en las luces de nuestro vehículo, reduce aún más nuestras posibilidades.

La velocidad, en horas de la noche, debe descender a límites aceptables, dentro de los que podamos frenar o efectuar una maniobra sin dificultades. Para determinar la distancia que nos separa del vehículo que viene de frente, consideremos lo siguiente:

- a) Si vemos a o lejos una luz indefinida, sin distinguir la posición de sus faros, podemos adelantarnos al vehículo que nos precede.
- b) Cuando notemos nítidamente los dos faros, uno en cada plano del vehículo que se aproxima, significa que ya no nos da tiempo suficiente para efectuar la maniobra de adelantamiento.
- c) Efectuemos el cambio de luces con la debida anticipación. Es con luz de alcance medio o luz baja, que realmente determinamos las distancias de separación entre vehículos.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

Aunque no es frecuente, muchos automovilistas efectúan el cambio de luz en el momento de cruzarse, provocando el encandilamiento del otro conductor, lo que puede provocar su salida de la ruta, con peligro de vuelco o continuar en ella, pero por el carril contrario.

Debemos efectuar el cambio de luces, cuando uno de los automovilistas lo pide. No esperar a último momento. La negligencia de unos, la salvan la prudencia de otros.

Si el vehículo que viene en sentido contrario, tuviere apagado uno de los focos delanteros, efectuarle un cambio de luces rápidamente, para averiguar a qué lado del vehículo corresponde y así efectuar el cruce con seguridad.

Recordemos que circular sin las luces reglamentarias constituye una falta grave y puede provocar graves accidentes.

- Si viaja con acompañantes, trate de mantener una conversación permanente.
- Si viaja solo, y debe recorrer largas distancias deténgase cada dos horas a descansar, estirar las piernas, incluso correr.
- Si el sueño comienza a aparecer, detenga su vehículo y descanse.
- Un último consejo, no ingiera pastillas para "no dormir", son antagónica con sus reflejos.
- Revise todos los prospectos de los medicamentos que Ud. toma habitualmente para cerciorarse en relación a que los efectos secundarios no disminuyan sus reflejos.
- Conduzca a la defensiva. Recuerde que éste es el período más peligroso.
- No beba alcohol antes de conducir.
- Como la visión puede ser limitada, reduzca la velocidad y mantenga mayor distancia entre el suyo y los demás vehículos.
- En áreas desiertas esté atento a animales sueltos en la carretera .
- Mantenga limpios interna y externamente el parabrisas y todos los cristales de su vehículo. El reflejo de la suciedad por la noche es mucho peor que durante el día. Aún la parte interior puede quedar empañada debido a la suciedad. El humo de cigarrillos también empaña con frecuencia la superficie interna de los cristales, dificultando la visión.
- Recuerde que las luces iluminan mucho menos en las curvas.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

- Mantenga los ojos en movimiento de esta forma es más fácil identificar objetos mal iluminados.
- Así como sus faros deben ser inspeccionados y ajustados con frecuencia, consulte a un oculista periódicamente. Algunos conductores sufren de ceguera nocturna- la incapacidad de ver con luz poco intensa- y ni siquiera saben eso.

Visión nocturna

Nadie tiene por la noche una visión tan buena como la que tiene durante el día, pero a medida que la edad avanza, esta diferencia aumenta aún más. Para ver un mismo objeto un conductor de 50 años puede necesitar dos veces más de luz que uno de 20 años.

Su visión podrá quedar ofuscada temporalmente por las luces de tráfico contrario. Puede llevar un segundo o dos, incluso varios segundos para que sus ojos se adapten a la oscuridad. Al enfrentar luz fuerte (como el de un conductor que olvidó usar foco bajo o de un vehículo con faroles desalineados) reduzca la velocidad. Evite mirar directamente para las luces. Si hubiera una hilera en el tráfico opuesto, esté atento para percibir si alguno de los vehículos está avanzando sobre su carril. Pasado el exceso de luces, espere a que sus ojos se adapten antes de aumentar la velocidad.

CONDUCCION BAJO EL EFECTO DE LA BEBIDA ALCOHÓLICA

Este problema humano representa una tragedia nacional. Es el responsable número uno por el índice de muertes en las rutas, quitando la vida a millares de personas anualmente. El alcohol perjudica tres funciones vitales que una persona necesita para conducir:

- Razonamiento
- Coordinación muscular
- Visión.

Los datos policiales muestran que en aproximadamente la mitad de las colisiones fatales, por lo menos uno de los conductores estaba bajo los efectos del alcohol.

¿Cuál es la cantidad de alcohol considerado excesivo para alguien que va a conducir?

Lo ideal sería que nadie consumiese ninguna bebida alcohólica antes de conducir.

La cantidad de alcohol en la sangre de alguien que esté bebiendo depende de cuatro factores:

- Graduación alcohólica de la bebida.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

- Peso total de la persona.
- Cantidad de alimentos ingeridos antes y durante el consumo de bebida.

Nuestra legislación determina que el límite máximo de alcohol en la sangre es de 0,10%. El límite estará por encima de 0,10% después de tres o seis dosis (en el período de una hora).

Pero la capacidad de conducir queda perjudicada aún cuando el porcentaje de alcohol esté bien por debajo de 0,10%.

**EN NINGUN CASO, LA PERSONA QUE CONDUCE UN VEHÍCULO DEBERIA CONSUMIR BEBIDAS ALCOHOLICAS.
NINGUNA DOSIS FUERTE DE CAFE O DUCHAS PUEDEN ACELERAR EL PROCESO ORGANICO DE LIBRARSE DEL ALCOHOL.**

EMBRAGUE

- No mantenga el pie apoyado en el pedal de embrague mientras esté conduciendo.
- No use el pedal de embrague como descanso del pie. Esto podrá causar su desgaste prematuro.

FRENOS

- Controle habitualmente las pastillas de freno y el líquido de freno en su vehículo.
- Evite frenadas violentas innecesarias. Algunas personas conducen en aceleración excesiva seguida de frenadas súbitas. Los frenos se desgastarán más rápidamente.
- Frenadas de emergencia: la primera reacción es presionar a fondo el pedal de freno. Esto es un error pues las ruedas se bloquean. Use la técnica de frenado gradual. Si escucha o percibe que las ruedas se arrastran alivie el pedal de freno y de esta forma mantendrá el control de la dirección.

USO DE LOS CINTURONES DE SEGURIDAD

El cinturón de seguridad es la herramienta más eficaz en la prevención de las consecuencias de accidentes de tránsito.

Por ello es que muchos países, incluido Argentina, han establecido la obligación legal de su uso.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

Pero más allá de la 'obligación legal', el uso de cinturón de seguridad, para todos los pasajeros de un vehículo, **en forma permanente**, tiene sentido aunque se trate de desplazamientos muy cortos, tanto en zonas urbanas como no urbanas. Cabe recordar que nueve de cada diez accidentes ocurren en zonas urbanas.

Por qué es tan importante el cinturón de seguridad?

Para comprender la importancia del cinturón de seguridad es necesario saber qué ocurre dentro del vehículo durante un accidente. En realidad se producen dos impactos: el primero es el choque o colisión como tal, y el segundo, producido como reacción, es el choque de los ocupantes del vehículo con el vidrio del parabrisas, e incluso fuera del auto. Este segundo impacto es el que causa las lesiones, o la muerte. Las estadísticas demuestran que **una persona despedida fuera del vehículo tiene 5 veces más probabilidades de morir que aquella que permanece en el interior del vehículo.**

¿Por qué sucede esto?

Porque al estar dentro de un vehículo, sus ocupantes se desplazan, sin sentirlo, a la misma velocidad que él. En un choque o colisión el vehículo se detiene inesperada y violentamente por el primer impacto, mientras sus ocupantes siguen "viajando" a la misma velocidad original que se desplazaban; ninguna fuerza actúa sobre ellos para detenerlos, hasta que se estrellan contra el volante, los vidrios o el panel de instrumentos; éste es el segundo impacto. **Un golpe de este tipo yendo a sólo 50 km/hr equivale a caer de boca desde el segundo piso de un edificio.**

El cinturón de seguridad protege al individuo porque impide que se golpee y evita así las lesiones causadas por el segundo impacto.

Investigaciones internacionales han demostrado que mientras aumenta el uso del cinturón de seguridad, disminuyen tanto las víctimas fatales como las lesiones a consecuencia de los accidentes de tránsito.

La siguiente tabla resume los porcentajes de reducción de lesiones por accidentes gracias al uso de cinturón de seguridad:

	PORCENTAJE DE REDUCCION DE
--	----------------------------



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

TIPO DE LESION:	LESIONES EN:	
	CONDUCTOR	PASAJERO
Lesiones al Cerebro	33%	56%
Fracturas de cráneo	18%	18%
Heridas faciales	45%	64%
Lesiones a los ojos	38%	40%
Fracturas faciales	6%	6%
Lesiones a los pulmones	33%	58%
Fuente: "Compulsory Seat Belt Wearing", Report by Department of Transport, Oct. 1985, UK		

A nivel mundial se considera que una tasa de uso de cinturón de seguridad del 90% evitará alrededor del 10% de muertes por accidentes de tránsito.

En consecuencia, **el uso de cinturón de seguridad es la medida simple más eficaz para reducir el número de fallecidos y lesionados por accidentes de tránsito..**

Si es tan efectivo, ¿por qué entonces la gente se resiste a usarlo?

Mitos y verdades.

Existen muchos mitos en torno al cinturón de seguridad, pero son sólo disculpas.

Estas son las 10 disculpas típicas de quienes no quieren usar cinturón de seguridad:

Mito 1. "Si quedo herido en un accidente, el cinturón dificultará el rescate".

Verdad: Lo que en realidad complica el rescate de las personas heridas son las fracturas múltiples del conductor o pasajeros, producidas al golpearse contra el interior del vehículo. **El cinturón se suelta con un simple clic, o se corta.**

Mito 2. "Podría quedar atrapado en caso de incendiarse el auto".

Verdad: La verdad es que los incendios sólo ocurren en un 0.2% de los accidentes, y aunque estuviera en este caso, el cinturón de seguridad evitaría golpes mayores, fracturas y pérdida de conciencia. **Una persona fracturada o inconsciente es incapaz de reaccionar y salir.**



Legislatura de la Provincia de Río Negro

Mito 3. "Si por el golpe salgo fuera del vehículo, tengo más posibilidades de quedar ileso".

Verdad: Quien, como consecuencia de un choque o colisión, es lanzado fuera del vehículo y se estrella contra el pavimento **tiene 5 veces más posibilidades de morir que aquél que está sujeto con el cinturón.**

Mito 4. "Yo tengo la fuerza suficiente como para controlar el vehículo en cualquier momento".

Verdad: En una colisión, yendo a apenas 20 km/hr, nuestro cuerpo es lanzado contra el volante y el parabrisas con una fuerza que equivale a seis veces el peso del propio cuerpo. Imaginate lo que sucede a velocidades mayores. **El cinturón de seguridad nos sujeta y evita que salgamos disparados contra el panel o fuera del auto.**

Mito 5. "No creo que efectivamente me proteja".

Verdad: Estudios internacionales han demostrado que el cinturón de seguridad reduce las consecuencias de los accidentes incluso a altas velocidades. **¿Quién le dice que no salvaría también su vida?**

Mito 6. "El uso de cinturón de seguridad es importante sólo en la ruta."

Verdad: En Argentina, **más de las tres cuartas partes de los accidentes ocurren en intersecciones;** y del total, **9 de cada 10 ocurren en áreas urbanas, y la mayoría dentro de un radio de 40 kilómetros de los hogares de las víctimas.**

Por otra parte, el 50% de los fallecidos se producen por accidentes ocurridos en áreas urbanas.

Mito 7. "Como nunca me ha pasado nada, no necesito el cinturón de seguridad".

Verdad: Un accidente es un imprevisto. En Argentina nos caracterizamos por pensar "que a mí no me va a pasar", pero **nadie está garantizado de por vida.** Conversá con alguna persona que haya tenido un accidente..., probablemente te dirá que nunca antes tuvo uno. Esa es la regla general, **quien tiene un accidente, seguramente no ha tenido accidentes anteriores.**

Mito 8. "El cinturón de seguridad incomoda y limita movimientos".



Legislatura de la Provincia de Río Negro

Verdad: El cinturón de seguridad, además de sus ventajas preventivas, ofrece mayor estabilidad y comodidad frente a las curvas y las calzadas en mal estado. **Regulalo de modo que te sientas totalmente cómodo dentro de vehículo.**

Mito 9. "El cinturón me ensucia la ropa".

Verdad: Los cinturones de seguridad son lavables. Es lógico que por falta de uso acumulen polvo. **Usándolo lo mantendrá en movimiento y evitará que se ensucie.**

Mito 10. "Es complicado engancharlo".

Verdad: Al comienzo puede resultarte incómodo habituarse al manejo de él. **Pero si vos o tu familia sufren heridas y hospitalizaciones o mueren por no usar cinturón de seguridad será mucho más complicado.**

Consejos:

Usar siempre cinturón de seguridad, ya que la fuerza que se desarrolla durante el inflado de la bolsa es muy grande, y si ésta, impactara directamente sobre alguna parte del cuerpo o tomara a la persona de contragolpe, puede producirle daños importantes y hasta sacarla violentamente del asiento.

Mantener una posición erguida en el asiento y estar a una distancia adecuada con relación a la que puede alcanzar la bolsa cuando se expande, generalmente unos 25 centímetros.

Nunca llevar niños en los asientos delanteros de los automóviles, ya que pueden sufrir graves lesiones si se accionara la bolsa de aire.

Las mujeres embarazadas no deben sentarse en los asientos que estén protegidos por bolsas de aire, si lo hacen deben desactivar el sistema, si se puede en forma directa y si no recurriendo al concesionario.

COMO USAR EL CINTURON DE SEGURIDAD EN FORMA ADECUADA

Para conseguir una protección eficaz con el cinturón de seguridad, observe:



Legislatura de la Provincia de Río Negro

1. Regulación del asiento

En primer lugar posicione el asiento y el respaldo de forma que te sientas cómodo.

Recuerde que **cada asiento y cada cinturón son para una sola persona.**

2. Movimiento del cinturón

Asegúrese que las correas se deslicen suavemente, que el cinturón no esté torcido y que no frote contra ninguna arista rígida.

3. Posición

Cuando uno usa algo por primera vez (corbatas, collares, anillos, etcétera), por lo general se siente incómodo; el uso adecuado ayuda a eliminar la incomodidad. Póngase el cinturón pasando la correa entre la base del cuello y el hombro, observando que lo sujete firmemente pero no lo apriete.

Qué NO hacer con el cinturón de seguridad.

- Nunca lo lleves holgado porque la función del cinturón es protegerte.
- Nunca lo pases por debajo del brazo, porque frente a un impacto no te detendrá eficazmente.
- Nunca lleves niños sobre las rodillas ni los incluyas dentro de tu cinturón.
- Nunca inclines demasiado el respaldo del asiento hacia atrás, porque frente a un impacto podrías deslizarte por debajo del cinturón. (Efecto Submarino)

LOS NIÑOS Y EL CINTURON DE SEGURIDAD

Existen varias recomendaciones importantes que deben considerarse con respecto a la protección de los niños:



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

- * En primer lugar, los niños **SIEMPRE deben viajar en el asiento trasero del vehículo, exceptuándose solamente aquéllos de cabina simple.**
- * Los niños que van en el asiento delantero tienen más probabilidades de resultar heridos o muertos que los que van en el asiento trasero.
- * **SIEMPRE** que viajen en automóvil deben ir con protecciones adecuadas, de acuerdo a su peso y su estatura, según se señala a continuación:

BEBES:

Al conducir un vehículo, nunca lleve el bebé en los brazos, ya que en caso de colisión se volverá tan pesado que no podrá retenerlo. Por ejemplo, en una colisión a apenas 40 km/h., un bebé de 5,5 kg. repentinamente alcanzará un peso de 110 kg. en sus brazos. Será prácticamente imposible asegurarlo.

La manera más eficaz de asegurar un bebé se hace por medio de la utilización de un sistema de protección infantil.

Este sistema, para su hijo, deberá ser colocado en la parte de atrás del automóvil.

El sistema de protección infantil que no está bien fijado se podrá deslizar en caso de colisión o parada súbita, causando heridas a los ocupantes del vehículo. Fije correctamente dicho sistema, aún cuando no esté siendo ocupado por un bebé.

Tenga en cuenta que:

- * Los bebés, desde su primer viaje en automóvil, deben ir en silla de seguridad adecuada, que es la que posee su propio cinturón de seguridad, el que las sujeta desde los hombros hasta la cintura, pasando por el abdomen. **La silla debe estar siempre sujeta con el cinturón de seguridad del vehículo al asiento.**
- * La silla debe ubicarse siempre enfrentando el respaldo del asiento, de forma que el bebé mire hacia "atrás".
- * Si por alguna razón, la silla debe situarse en el asiento delantero, debe mantenerse la posición que hace que el bebé mire hacia el respaldo del asiento.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

- * Si por emergencia el bebé debe ir en brazos del adulto acompañante, éste debe sentarse en el asiento trasero del vehículo.

NIÑOS:

Las caderas de un niño son tan pequeñas que un cinturón normal no permanecerá en la posición baja de las mismas como es necesario. Por el contrario, el cinturón quedará sobre el abdomen del niño. En caso de colisión, el cinturón forzará directamente el abdomen, lo que podrá causar heridas serias o fatales.

- * NUNCA pueden ir sobre las rodillas del conductor o de otro pasajero, tampoco deben compartir un mismo cinturón de seguridad con otra persona.

- * Los niños y niñas de hasta más o menos 5 años deben viajar SIEMPRE en el asiento trasero del vehículo, usando silla de seguridad, mirando ahora hacia adelante y correctamente sujeta con el cinturón del asiento.

- * Una silla de seguridad adecuada es aquella que trae su propio cinturón, pues de nada valdría que la silla fuera sujeta y el niño pudiera igual salir despedido en caso de un choque.

- * A medida que los niños crecen alcanzan estatura suficiente como para sentarse en el asiento trasero del vehículo y usar el correspondiente cinturón de seguridad.

- * Cuando aún son bajitos, se recomienda el uso de almohadones sobre el *asiento*, para que el cinturón de seguridad pase correctamente entre la base del cuello y el hombro, sin incomodarlos.

- * Solamente cuando el niño o niña tiene más de 12 años de edad puede ocupar el asiento delantero, usando SIEMPRE el correspondiente cinturón de seguridad.

¿Cómo deben ser los cinturones de seguridad?

Las normas de seguridad establecen que los cinturones de los asientos delanteros adyacentes a las puertas, deberán



Legislatura de la Provincia de Río Negro

ser de tres puntos, es decir una combinación de cinturones abdominal y diagonal, o arnés, y deberán contar con hebillas de seguridad con botón de abertura rápida.

El cinturón de seguridad es uno de los más importantes medios de seguridad del conductor y de sus acompañantes. Siempre debe ser usado.

Antes de poner el vehículo en movimiento, tire suavemente el cinturón hacia fuera del mecanismo retráctil y encaje en la hebilla.

El cinturón no debe quedar torcido cuando es utilizado, debe quedar ajustado al cuerpo. El respaldo del asiento no debe estar

exageradamente inclinado hacia atrás.

Sentarse en posición reclinada cuando el vehículo está en movimiento, es peligroso ya que el cinturón diagonal puede no ser eficaz porque no está apoyado en su cuerpo.

Todos deben usar los cinturones de seguridad

Nunca se sabe cuándo habrá una colisión. Si hay alguna, no hay como saber si tendrá mayor o menor gravedad.

Las heridas causadas podrán ser mucho peores si nos estuviera usando el cinturón de seguridad. Ud. podrá golpear contra objetos en el interior del vehículo o ser tirado hacia el exterior. En la misma colisión, puede no ocurrir nada si está usando su cinturón de seguridad.

Por qué funcionan los cinturones de seguridad

— Cuando Ud. está dentro o sobre algún tipo de vehículo en movimiento, su velocidad es igual a la del vehículo. Si el vehículo se detiene violentamente el conductor no parará. La persona continuará en movimiento hasta encontrar algún obstáculo, el mismo podrá ser el parabrisas, el tablero de instrumentos o el cinturón de seguridad.

Usando el cinturón de seguridad, la velocidad de su cuerpo disminuye junto con la velocidad del vehículo.

Cómo usar los cinturones correctamente Cinturones de tres puntos

- La parte subabdominal del cinturón deberá estar en posición baja y adyacente a las caderas, tocando los muslos. El cinturón diagonal deberá pasar sobre el hombro y en forma transversal al tórax. Estas son las partes del cuerpo más adecuadas para recibir los esfuerzos ante un impacto.
- Si el soporte diagonal estuviera flojo su cuerpo será llevado hacia delante y puede quedar gravemente



Legislatura de la Provincia de Río Negro

herido o golpeado. Dicho soporte debe pasar adyacente al cuerpo.

- Puede resultar gravemente herido si el soporte diagonal pasa por debajo de su brazo.
- Tampoco le ofrece seguridad un cinturón que esté retorcido. En una colisión el ancho total del cinturón debe absorber el impacto.
- Los cinturones muy desgastados o desgarrados no lo protegerán en una colisión. Si este es el caso de sus cinturones sustitúyalos en forma inmediata.

Uso del cinturón de seguridad en mujeres embarazadas

Los cinturones de seguridad funcionan para todas las personas, incluso en las mujeres embarazadas.

Durante la gestación, siempre que sea posible se debe utilizar el cinturón retráctil de tres puntos. La parte de la cintura deberá ser usada en la posición más baja posible a lo largo de toda la gestación.

La mejor manera de proteger al feto es protegiendo a la madre. En caso de colisión, existen mayores posibilidades de que el feto no sea alcanzado si el cinturón estuviese siendo usado correctamente.

Posición de los pasajeros del asiento trasero

En una colisión, los pasajeros del asiento trasero que estuviesen sin el cinturón de seguridad, pueden ser lanzados hacia el exterior del vehículo o pueden golpear a otros pasajeros del vehículo que están usando el cinturón.

Por lo tanto **TODOS LOS OCUPANTES DEL VEHÍCULO DEBEN LLEVAR CINTURÓN DE SEGURIDAD.**

Por último:

Utilizá el cinturón de seguridad en las vías urbanas e interurbanas. Su uso es obligatorio tanto para el conductor como para el ocupante de asiento delantero, así como ocupantes de los asientos traseros que dispongan de ellos.

Conclusión.

Existen muchas medidas para reducir los accidentes de tránsito y sus consecuencias; sin embargo, **el cinturón de seguridad es la más simple, la más económica y está al alcance de todos los conductores y usuarios de vehículos.** Depende de vos hacer uso de ella.

Si ves que un vehículo se te va a cruzar y vos



Legislatura de la Provincia de Río Negro

inevitablemente lo chocarás, a pesar de tu pericia ya será demasiado tarde para protegerte. ¿No te parece que los dos segundos que requiere colocarse el cinturón de seguridad son una inversión valiosa si se trata de proteger tu vida y la de tu familia o amigos?

AIR BAGS

Las bolsas de aire son un sistema de seguridad pasivo, no sustitutivo del cinturón de seguridad, diseñados para complementar a los anteriores en caso de colisión frontal. Cuando se usan en combinación salvan muchas vidas y evitan muchas lesiones

Consejos:

Usar siempre cinturón de seguridad, ya que la fuerza que se desarrolla durante el inflado de la bolsa es muy grande, y si ésta, impactara directamente sobre alguna parte del cuerpo o tomara a la persona de contragolpe, puede producirle daños importantes y hasta sacarla violentamente del asiento.

Mantener una posición erguida en el asiento y estar a una distancia adecuada con relación a la que puede alcanzar la bolsa cuando se expande, generalmente unos 25 centímetros.

Nunca llevar niños en los asientos delanteros de los automóviles, ya que pueden sufrir graves lesiones si se accionara la bolsa de aire.

Las mujeres embarazadas no deben sentarse en los asientos que estén protegidos por bolsas de aire, si lo hacen deben desactivar el sistema, si se puede en forma directa y si no recurriendo al concesionario.

BICICLETAS Y MOTOS

Tanto las bicicletas como las motos son consideradas, por ley, un vehículo, por lo tanto deben respetar todas las normas de tránsito vigentes. Esto debe ser tenido muy en claro por los conductores ya que pareciera que por ser vehículos menores no debieran cumplir con las leyes de



Legislatura de la Provincia de Río Negro

tránsito. Es más, al ser vehículos en que la exposición del cuerpo del conductor es absoluta, son de riesgo mucho mayor, de modo que ante cualquier accidente las lesiones son muy graves.

- El casco: es de uso obligatorio. No evita accidentes pero salva vidas. En el caso de las motos de mayor cilindrada, en las cuales puede circular más de una persona cada una debe llevar casco.
- Para las motos, recordar que las de 50cc. son para una sola persona y que se debe revisar periódicamente el sistema mecánico y de seguridad.
- No circular nunca contramano, ni por la vereda.
- Los semáforos deben ser respetados estrictamente.
- Si se circula en grupo no se debe jamás hacerlo en pelotón sino en fila india.
- Las motos deben llevar las luces reglamentarias y las bicicletas sus correspondientes ojos de gato.
- Bajo ningún concepto se debe transportar niños en moto.
- Se debe mantener siempre la derecha.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

PEATONES: PRINCIPALES VÍCTIMAS DE NUESTRO TRANSITO

Pasos pequeños o grandes para proteger

Esperan en las esquinas, suavemente adelantan un pie cuando el tránsito disminuye la marcha y retroceden precipitadamente cuando el auto comienza a girar y viene a su encuentro.

Los más vulnerables en la vía pública, los peatones; generalmente abandonados a su propia suerte. En las grandes ciudades representan una parte importante del total de muertos en accidentes de tránsito y, **en nuestro país, el 44 por ciento.** Sin embargo, se les presta poca atención y, si es que se tienen en cuenta, la visión se focaliza más en su comportamiento que en la negligencia de los conductores, muchas veces causa principal de las colisiones fatales entre peatones y vehículos. En nuestro país, de los 7579 muertos en 1998, el 44% fueron peatones. **En cambio, en la ciudad de Buenos Aires el porcentaje de peatones muertos es mucho mayor: 70%, es decir, unos 235 en 1998.** En otros países, sobre el total de muertos en accidentes de tránsito el porcentaje de peatones muertos es mucho menor y es casi inexistente en las grandes ciudades. En EE.UU. por ejemplo, del total de muertos en accidentes, el 13 % fueron peatones, el 12 % en Holanda, el 14 % en Canadá, el 13 % en Bélgica, el 18 % en Austria, el 13 % en Suecia, el 17 % en Suiza **En Noruega, sobre un total de 12.126 personas accidentadas solo un 8.3% fueron peatones.**

Peatones alcoholizados

El alcohol contribuye en un alto porcentaje a la muerte de peatones adultos, sobretodo durante la noche. Investigaciones realizadas mostraron que más del 50 por ciento de los peatones de más de 16 años, atropellados en horarios nocturnos, tenían una alta concentración de alcohol en sangre (BAC de 0,10% o más) **Obviamente, en muchos casos es el peatón el que pierde la vida al ser atropellado por conductores alcoholizados de camiones, automóviles, motos, ciclomotores, bicicletas, etcétera.**

Separación de vehículos y peatones.

Un método muy efectivo para evitar que el peatón resulte herido o muerto en una intersección, es el de **desplazar la línea blanca de detención de vehículos hacia atrás, antes de la senda peatonal.** Esto aumenta la separación de vehículos y peatones y evita la cantidad de automovilistas que **se detienen sobre la senda peatonal.** Esta medida



Legislatura de la Provincia de Río Negro

permite también retardar el ingreso de vehículos a las intersecciones cuando la luz se torna verde.

Necesidad de las sendas peatonales

Muchos accidentes fatales ocurren cuando **el peatón cruza por la mitad de la calle, fuera de la senda peatonal**, donde los conductores desarrollan una mayor velocidad y tienen menos capacidad de reacción; el peatón aparece inesperadamente, corriendo o saliendo de entre vehículos estacionados, y es muy difícil esquivarlo y evitar embestirlos.

Otros, se producen en intersecciones en las cuales **los vehículos no otorgan la debida prioridad al cruce de peatones, y éstos no prestan demasiado atención** a la posibilidad de que un vehículo que gire, pueda atropellarlos.

En áreas urbanas **donde muchas veces carecen de sendas peatonales**, es imprescindible y de urgente aplicación la demarcación de las mismas, ya que estudios internacionales demostraron que el riesgo que corren los peatones es altísimo cuando no las hay.

Otras medidas

También es muy importante para la seguridad peatonal la construcción de puentes entre edificios, **puentes peatonales y pasajes bajo o sobre nivel**. Al planificarlas, es importante tener en cuenta que dichos pasos deben estar limpios, bien iluminados y ofrecer seguridad al peatón; de otro modo, no los utilizarán.

En las zonas residenciales donde tiene que ser prioritario el paso de peatones, resulta muy conveniente **separarlas de las avenidas de tránsito rápido e introducir serruchos o reductores de velocidad**, que tiendan a desalentar el ingreso a alta velocidad del tránsito, en especial el tránsito de paso, es decir, todo aquel tránsito que no se dirija específicamente a la zona residencial.

Pero hay otras: por ejemplo, sería interesante **utilizar callejones sin salida, calles con muchas curvas o** que no desemboquen directamente en avenidas, **calzadas reducidas y veredas anchas**, o colocar obstrucciones en forma deliberada y cuidadosa para mantener separadas las zonas peatonales y de ciclistas del tránsito vehicular y que obliguen a circular a bajas velocidades, etcétera.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

En las ciudades es aconsejables planificar **grandes áreas peatonales**, (donde, en horarios determinados) esté prohibido el ingreso vehicular.

MEDICAMENTOS Y CONDUCCION

La ingestión de algunos medicamentos puede afectar seriamente la capacidad para conducir vehículos. Muchas personas no lo saben y se arriesgan gravemente conduciendo bajo sus efectos.

Un signo de alerta para la vida

Los medicamentos, herramientas valiosísimas para recuperar o mantener la salud, pueden, en ciertos casos, transformarse en un riesgo para la seguridad e integridad de las personas en el tránsito. Esto ocurre cuando las drogas que componen el medicamento, en sí mismas o asociadas con otros químicos, alteran el estado psicológico y/o físico del conductor en funciones necesarias para conducir.

Legalmente, la ingestión de drogas, impide conducir "cuando altera los parámetros normales de la conducción, cuando existe somnolencia, fatiga o alteración de la coordinación motora, la atención, la percepción sensorial o el juicio crítico".

Son muchos los medicamentos recetados que pueden afectar fuertemente la capacidad de conducir. Por ello es importante consultar al médico cuando un nuevo fármaco es recetado para saber si el mismo puede afectar la conducción, y también es muy útil leer los prospectos del mismo para conocer los posibles efectos negativos sobre la capacidad de conducir. Pero la mayoría de los consumidores no lo hace. Y muchos se automedican, sin conocer los posibles efectos negativos para la conducción.

Medicamentos que pueden interferir en la capacidad para conducir

Si bien es muy amplio el listado de medicamentos potencialmente peligrosos para la conducción, y sus efectos pueden variar según la edad, sensibilidad, tolerancia,



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

estado psico-físico, circunstancias de vida, etcetera, los expertos han realizado listados de diversos de productos especialmente peligrosos y potencialmente peligrosos. Sin agotar en los siguientes cuadros la totalidad de esos medicamentos, resulta interesante comprender que el riesgo de ingerir fármacos y sufrir alteraciones es alto.

Especialmente peligrosos	Potencialmente peligrosos
Analgésicos narcóticos	Anorexígenos
Antiepilépticos (algunos)	Antidepresivos
Antihistamínicos sistémicos	Antidiabéticos
Antitusivos asociados al alcohol	Antiepilépticos
Psicoestimulantes	Antiespasmódicos
Relajantes musculares centrales	Anticolinérgicos
Sedantes-hipnóticos	Antiparquinsonianos
Tranquilizantes	Antitusivos
	Oftalmológicos
	Hipotensores
	Neurolépticos
	antipsicóticos
	Ansiolíticos

Los efectos pueden ser diversos. Entre los más importantes figuran:

- Somnolencia y otros trastornos del sueño
- Alteraciones del sentido de la vista
- Alteraciones del sentido del oído
- Alteraciones psíquicas
- Alteraciones del sentido del equilibrio
- Incoordinación motora
- Modificaciones del nivel de glucosa en la sangre



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

Pero es importante saber que, tanto en el caso del alcohol como en el de las drogas, los primeros efectos psicológicos ya son peligrosos. Por ejemplo, la desinhibición, un aumento de confianza, la caída en los niveles de atención, que no son advertidos por el afectado, motivan en el conductor comportamientos de riesgo (aumento de la velocidad al conducir, sobrepasos audaces, etc).

Algunos ejemplos de los efectos de medicamentos muy consumidos:

Psicofármacos:

-Los ansiolíticos, de uso muy generalizado como tranquilizantes o inductores del sueño, en especial las benzodiacepinas, pueden producir estados de confusión, fatiga muscular, disminución de la capacidad de concentración y somnolencia.

-Los antipsicóticos o neurolépticos, (ej. tioridacida, haloperidol h.) producen como efecto más común la somnolencia y reacciones extrapiramidales tales como, espasmos musculares, agitación, incoordinación motora, etc.

-Los antidepresivos (ej. amitriptilina) y antiepilépticos (ej. fenobarbital) pueden afectar la atención y el estado de alerta.

-Algunos antihistamínicos tipo H1 primera generación, (ej. clorfenamina, difenhidramina, clemizol) muy usados para aliviar los síntomas de gripe o resfriados y las alergias, pueden producir somnolencia .

-Los antiinflamatorios no esteroideos, muy usados para dolores musculares o reumáticos, los anestésicos y los miorelajantes pueden afectar, especialmente, el sentido de la vista y la atención y producir somnolencia, y los últimos pueden producir además, disminución del tono muscular y mareos.

-Ciertos medicamentos para el corazón, en especial glucósidos cardiotónicos, usados para ciertas crisis cardíacas pueden producir somnolencia, y alterar el estado de conciencia y la visión.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

-Ciertos anti-hipertensivos, beta-bloqueantes (ej. propanolol, nevigolol), para el tratamiento de la alta presión pueden producir somnolencia y alteraciones psíquicas y del equilibrio.

-Algunas medicaciones para la sedación de la tos (ej. codeína), o antidiarreicos, pueden producir alteraciones tales como trastornos de la atención, disminución de los reflejos y otros.

Estos son sólo algunos de los medicamentos que pueden afectar la conducción. La mayoría de ellos se potencia, o sea aumenta su efecto, cuando se bebe alcohol simultáneamente, y muchos interactúan entre sí incrementando sus efectos negativos para la conducción cuando se los ingiere juntos.

De todo lo expuesto se deduce la urgencia de contribuir a la protección de los pacientes con el signo triangular de advertencia, que implicará una señal de alerta para el consumidor y su entorno, e incentivará la consulta al médico.

LOS CELULARES EN EL AUTOMÓVIL

El enorme avance de las comunicaciones con el desarrollo de la telefonía celular ha comenzado a generar graves problemas en el tránsito a partir de la instalación de los teléfonos en los automóviles. En nuestro país se está haciendo habitual observar conductores que manejan con una mano, mientras en la otra sostienen el teléfono. El tema se está estudiando en todo el mundo.

Entre los vehículos particulares que circulan por Buenos Aires, diariamente, (unos 1.400.000), hay aproximadamente **30.000 conductores** manejando **con un celular en la mano, simultáneamente y constantemente** con el gran peligro que significa y pese a la expresa prohibición de la ley nacional de tránsito 24.449.

SIGNIFICACIÓN DE LOS ACCIDENTES



Legislatura de la Provincia de Río Negro

La mayoría de las personas piensan que los accidentes son algo como cualquier otra enfermedad. Es decir, es algo que viene de fuera, en lo que la persona no interviene, y por este motivo la persona no tiene la culpa de que sucedan. A todos nos resulta extremadamente difícil y desagradable asumir la plena responsabilidad de nuestra existencia y de cada uno de los hechos que nos suceden. Al contrario, constantemente la tendencia es echar la culpa hacia el exterior.

La idea de que los accidentes son provocados inconscientemente no es nueva. Freud en su "Psicopatología de la vida cotidiana", cita a los accidentes como fruto de un propósito inconsciente. Posteriormente, la investigación psicosomática ha demostrado la existencia de una "propensión a los accidentes": se trata de personalidades que se inclinan a afrontar sus propios conflictos en forma de accidente.

En la mayoría de los accidentes existe un elemento de deliberación, casi siempre inconsciente. En otras palabras, la mayoría de los accidentes están provocados inconscientemente.

Un accidente cuestiona violentamente una manera de actuar o el camino emprendido por una persona. Es una pausa en la vida que hay que investigar. Para ello hay que contemplar todo el proceso del accidente como una obra teatral y tratar de comprender la estructura exacta de la acción y referirla a la propia situación. Un accidente es la caricatura de la propia problemática, y es tan certero y tan doloroso como toda caricatura.

En la vida y en la circulación, una persona puede, por ejemplo, desviarse de su camino, pisar el acelerador, perder el control, el dominio, atropellar a uno, etc. Uno acelera de tal manera que no puede frenar y no sólo se acerca demasiado al que va delante sino también que lo embiste, con lo que se produce una colisión. Este choque produce una contrariedad, los automovilistas suelen chocar no solo con los coches sino también con las palabras.

La pregunta: "Quién tuvo la culpa?", nos da la respuesta clave "no pude frenar a tiempo" indica la persona en algún aspecto de su vida ha acelerado de tal manera que la ha puesto en peligro. Esta persona debería interpretar el accidente como una llamada a examinar todas las aceleraciones de su vida y aminorar la marcha. La respuesta "no lo vi" indica que esta persona deja de ver algo que le incomoda en su vida. Si un intento de adelantamiento acaba en accidente, uno debería pasar revista a todas las "maniobras de adelantamiento" de su vida; el que se duerme



Legislatura de la Provincia de Río Negro

al volante debería despertar cuanto antes también en la vida para no estrellarse. De esta manera podríamos interpretar la variedad de accidentes que se suceden cotidianamente.

Una de las dificultades de la vida humana es reconocer a tiempo la necesidad de cambio. El tratar de continuar en la misma línea por el camino que uno se ha impuesto es un impulso inconsciente, pero también inconscientemente podemos sentir que ese camino no es el indicado. Falta valor para cuestionarlo conscientemente y abandonarlo, porque los cambios generan miedo, así puede suceder que uno sea apartado del camino violentamente por medio de un accidente de circulación.

El ser sincero consigo mismo después de un suceso como este, le demostrará que en el fondo, hacía tiempo que no estaba satisfecho con su camino y deseaba abandonarlo, pero le faltaba valor. A una persona, en realidad, sólo le ocurre aquello que ella quiere. El accidente puede interpretarse como un aviso de abandono de la vieja vía, pero puede no llevar a la ansiada libertad sino a una falta de libertad aún mayor: la de los daños, los heridos y hasta la muerte.

Las personas que generan hechos externos para que los liberen, son aquellas que no desean ni pueden escuchar a su inconsciente sobre la necesidad de cambio. El accidente es "el hecho externo" que sincera esta situación.

Percibiendo el riesgo y sus beneficios

En realidad, en la calle, así como en la casa o en el trabajo, las personas vivimos exponiéndonos a riesgos evitables. Sabemos que nos estamos arriesgando pero lo hacemos igual, porque creemos que el riesgo es ínfimo, y sentimos que tomar ese "pequeño riesgo" nos beneficia. La resultante de esta combinación entre una percepción del riesgo disminuida, es decir, que minimiza el riesgo objetivo, y la percepción del beneficio personal por la toma de este riesgo, genera un comportamiento riesgoso.

En lo concreto, la mamá "sabe" que los chicos van más seguros en el asiento de atrás con cinturón, pero su experiencia vivida le dice que ella nunca chocó y por ende "cree" que nunca lo hará, sus amigas llevan a sus hijos adelante también, lo que refuerza su creencia, (percepción del riesgo disminuida); colocar a su pequeño atrás, en su sillita, lleva tiempo, e implica soportar quejas y lloriqueos, por lo tanto es más fácil y rápido que vaya



Legislatura de la Provincia de Río Negro

adelante (beneficio personal percibido). La posibilidad de ser detenida y que se le labre una infracción (que implicaría un perjuicio potencial percibido) es inexistente, por lo que el resultado es un pequeño librado a su suerte en una frenada brusca o en caso de accidente. El mismo análisis, aunque los argumentos varíen, puede hacerse en todos los casos y en otros, como el de los que violan los semáforos rojos, circulan de contramano, no usan el casco, etcétera.

Las personas, en general, nos arriesgamos porque creemos que ese riesgo es "pequeño" en comparación con los "beneficios" que nos da tomarlo. Y los resultados son los altos índices de morbi-mortalidad que sufrimos.

Una construcción personal y social

El riesgo percibido, tal como lo expresa el psicólogo español Tomás Martínez Jiménez " es un constructo psicológico complejo en el cual, variables como la edad, el sexo, la zona de residencia, la experiencia del sujeto, la educación recibida, las actitudes de los padres, etcétera. Son factores moduladores del mismo", y según Gerald Wilde, creador de "La teoría de la homeostasis del riesgo", se deriva de tres fuentes: a) las experiencias pasadas en el tránsito por la persona, y su entorno, incluyendo en ello las experiencias de "cuasi" accidentes propias y ajenas, la exposición a reportes de accidentes y estadísticas en los medios de comunicación, etcétera, b) el cálculo de la persona del potencial de accidente de la situación inmediata, relacionado con las condiciones del camino, señalización, clima, etcétera y c) el grado de confianza que la persona tenga en cuanto a sus habilidades para la toma de decisiones y control del vehículo para enfrentarse a la situación, (que implica la estimación de la propia capacidad). "Comprender mejor estos procesos psicológicos en juego contribuye a orientar, adecuadamente, las tareas para logros efectivos en pro de la vida."

Contribuir a mejores elecciones

Entonces, si resulta que nos arriesgamos por elección ¿Qué puede hacerse, en el campo del comportamiento humano, para revertir esta situación y reducir los accidentes de tránsito? Sabemos que informar acerca de las normas de tránsito y las conductas seguras, es condición necesaria, pero no suficiente, para lograr cambios de actitudes y comportamientos en pro de la seguridad vial y la prevención de accidentes.

Es necesario:



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

- 1) Reducir la distorsión entre el riesgo subjetivamente percibido y el riesgo objetivo, para que cada persona logre una percepción del riesgo más realista, para la adaptación de su comportamiento en el tránsito. Para ello, existen múltiples recursos, entre los que cabe destacar:
 - a) Campañas de concientización masiva por radio y tv, que por medio de mensajes inequívocos, especifique cuáles son los comportamientos seguros y cuáles las desagradables consecuencias de los que no lo son.
 - b) Difusión en los medios de comunicación de noticias sobre accidentes y estadísticas, con explicitación de las causas de los mismos y sus efectos.
 - c) Generación de espacios educativos de reflexión y discusión grupal sobre el problema de los accidentes, sus causas y la manera de evitarlos, con especial atención en la madurez y realidad significativa de los grupos, (educación vial en escuelas, para niños, adolescentes y padres, educación vial para conductores, etcétera)
- 2) Aumentar la percepción del beneficio personal de conducir seguro por medio de:
 - a) Incentivos positivos (Ej.:descuentos en los costos de los seguros por ausencia de accidentes, premios morales y económicos a los choferes profesionales por la misma causa, etcétera).
 - b) Desestimulación de los comportamientos de riesgo, por parte de las autoridades de aplicación de la Ley, realizando controles sistemáticos y sancionando severamente a los transgresores, sin excepciones; por parte de un Estado que, de este modo, sostiene y jerarquiza la existencia de la ley como factor valioso para el bienestar de la comunidad y como marco de una convivencia armónica y segura entre los integrantes de la sociedad.
 - c) Estas iniciativas son sólo algunas de las mejores posibles, que han sido ejecutadas con muy buenos resultados en diferentes países. Aumentar y ajustar la percepción del riesgo de nuestra población constituye una tarea compleja pero prioritaria, si se quieren disminuir las víctimas del tránsito. Conocer la incidencia de la percepción del riesgo en las conductas promotoras de accidentes, da nueva significación a las tareas preventivas de accidentes,



Legislatura de la Provincia de Río Negro

y obliga al rediseño de las estrategias de acción, tanto cuando se desarrollan las acciones educativas como las de aplicación de la ley.

¡Somos los mejores!

Cómo se ven a sí mismos los conductores argentinos

Se les preguntó a los conductores en comparación con los demás conductores de vehículos, ¿cómo considera Ud. que conduce? Y ellos respondieron así:

En comparación con los demás conductores de vehículos, ¿cómo considera Ud. que conduce? (*)

	Hombres	Mujeres	Promedio
Mucho mejor	17%	8%	12,50%
Mejor	52%	58%	55,00%
Semejante	30%	33%	31,50%
Peor	--	0,5%	0,25%
No sabe / No contesta	1%	0,5%	0,75%

La mayoría de los conductores de ambos sexos encuestados se consideran mejores o mucho mejores conductores que los demás (67,5%)

¿Cómo se entiende ésto, a la luz de los altísimos índices de mortalidad por accidentes de tránsito?

La sobreestimación de la propia capacidad constituye un factor de importancia en la producción de accidentes, ya que influye en el momento de la toma de decisiones al conducir, en especial al decidir cuestiones que se relacionan con asumir riesgos, tales como la velocidad de conducción, maniobras de sobrepaso, etcetera.

Otra conclusión interesante, es que la sobrevaloración tiende a ser semejante en conductores varones como mujeres, si bien todavía es más pronunciada en los conductores varones.

Los conductores opinan

Las medidas más importantes para disminuir los accidentes de tránsito (Marcaron las tres más necesarias) *



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

1) Brindar educación vial	70 %
2) Incrementar los controles	58 %
3) Endurecer las sanciones	49 %
4) Aumentar la capacitación de los conductores	42 %
5) Mejorar los caminos	40 %
6) Mejorar la señalización	39 %
7) Otras	7 %

(*) Encuestados: 634 conductores particulares y profesionales de la Ciudad de Buenos Aires, realizado por Luchemos por la Vida en 1999.

Estrés al volante

En los tiempos que corren se escucha con mayor frecuencia la palabrita "estrés", "el estrés me mata", "no puedo más con este estrés", "fui al médico y me dijo que es estrés". Y algunas personas comienzan a preguntarse si muchos accidentes de tránsito no tendrán que ver con el estrés.

¿Qué es el estrés?

Es una reacción físico-química del organismo que produce alteraciones físicas y, muchas veces psicológicas, para el enfrentamiento de situaciones nuevas. Tiene como base una respuesta primitiva del organismo, preparatoria para el ataque o la huida, frente a situaciones de peligro. Habitualmente se entiende que el exceso de problemas es el causante del estrés; sin embargo esta creencia es falsa. Si bien es cierto que, por ejemplo, un problema en el trabajo o con la familia, una enfermedad, o la proximidad de un examen pueden desencadenar estrés, el mismo efecto puede producirlo la mudanza a una casa más confortable, enamorarse, conseguir ese trabajo tan ansiado, ganar la lotería o simplemente recibir una invitación a una fiesta. También los cambios evolutivos propios del crecimiento, la pubertad y adolescencia, la menopausia y andropausia y hasta una gripe, propia o de un hijo a cargo, pueden ser generadoras de estrés. Inclusive, aquellas situaciones que aún no se han producido pero son percibidas como posibles problemas futuros, las preocupaciones.

En resumen, **toda situación que altere la rutina cotidiana y requiera de la puesta en marcha de cambios o búsquedas de soluciones resulta potencialmente estresante.** Hablamos de "potencialmente", ya que la intensidad de estrés que un mismo acontecimiento desencadenará variará de una persona a



Legislatura de la Provincia de Río Negro

otra, según las características y estado psico-físico de cada una y la situación personal y ambiental que esté atravesando, que le hará percibir la situación de una manera diferente.

Como toda reacción natural, el estrés cumple una función adaptativa y, en dosis moderadas, la tensión que produce en el organismo tiene carácter funcional, en otras palabras, resulta útil para emprender tareas y resolver problemas. Pero cuando las tensiones se repiten con demasiada frecuencia y/o intensidad a lo largo del día, o se prolongan en el tiempo, terminan afectando la salud, lo que se manifiesta en trastornos varios.

Signos fisiológicos del estrés

Descarga de adrenalina.

Tensión muscular.

Aceleración de la respiración.

Aumento del ritmo cardíaco y la presión sanguínea.

Sequedad bucal.

Sudoración.

Dilatación de las pupilas.

Aumento de la actividad hormonal.

Principales consecuencias psicofísicas del estrés

Trastornos físicos:

Trastornos del sueño (dificultades para dormirse y/o para tener un sueño continuo).

Fatiga o caída de la energía.

Pérdida o exceso de apetito.

Trastornos gastrointestinales (indigestiones, diarreas o constipaciones, úlceras, etcétera).

Trastornos cardíacos.

Dolores de cabeza.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

Trastornos psicológicos:

Ansiedad.

Nerviosismo.

Irritabilidad.

Depresión.

Pérdida del sentido del humor.

Trastornos de memoria.

Dificultades para la concentración y la atención.

Disfunciones sexuales.

Principales consecuencias en el comportamiento:

Disminución de la productividad laboral.

Disminución de la calidad del trabajo.

Dificultades en la relación con los demás.

Olvidos.

Indecisión.

Evitación de responsabilidades.

Accidentes.

Las consecuencias del estrés al volante

Conducir es una actividad exigente y cambiante, por ende, potencialmente estresante.

Conducir es una acción compleja que nos exige mucho más de lo que parece. **Involucra al conductor psicológica y físicamente.** Requiere de concentración y un estado de alerta y atención permanentes. Por ello, el logro de un desempeño correcto depende, no sólo de las habilidades adquiridas por el conductor para dominar su vehículo en



Legislatura de la Provincia de Río Negro

todo tiempo y circunstancia, y del adecuado estado físico para poder percibir adecuadamente las situaciones del camino, sino que también depende de la experiencia, de la clara conciencia de los riesgos de moverse en el sistema del tránsito, y de la madurez y equilibrio emocionales, que harán posible el desarrollo de actitudes y comportamientos seguros. **Un conductor estresado no está en las mejores condiciones para conducir con seguridad ya que las exigencias del tránsito lo sobrepasarán fácilmente, aumentando significativamente la tensión y el malestar interior.**

Un conductor estresado es un conductor en riesgo

Cada dificultad en el camino (un embotellamiento en el tránsito, el auto que lo antecede circulando a menor velocidad, alguien que lo molesta con sus luces, el semáforo en rojo, cambios en el estado del camino, etc.) será causa de excesiva tensión y ansiedad con desencadenamiento de respuestas de riesgo de tipo erráticas y/ agresivas (conducción a excesiva velocidad, sobrepasos y cambios de carril permanentes, conducción encimada al vehículo que va adelante, maniobras bruscas y no avisadas, equivocaciones por distracción, indecisión frente a un imprevisto, etc.). Todas las situaciones descritas son potenciales generadoras de incidentes que derivarán, en muchos casos, en accidentes.

Entonces, teniendo en cuenta las dificultades de la vida de hoy, con mucha gente sufriendo un estado continuo de tensión y exceso de preocupaciones, ¿qué puede hacerse para disminuir el estrés al conducir?

Algunos consejos para reducir el estrés al conducir

- **Primeramente, ser conciente del estado en que se encuentra.** Si usted sabe que está atravesando un momento emocionalmente difícil, si está sufriendo algunos de los síntomas que se detallan más arriba, habrá que extremar las medidas de seguridad al conducir o bien, en situaciones límite, evitar conducir.

- **Planifique cada viaje dándole más tiempo del estimado necesario para ese recorrido.** De esta manera evitará la ansiedad frente a demoras o inconvenientes en el camino. Si va a emprender un viaje prolongado, estime al menos una hora o más de tiempo para imprevistos y no se autoimponga una hora precisa para llegar. Si el viaje es corto, procure salir con varios minutos de antelación.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

- **Disminuya la velocidad y adecúela a las circunstancias del camino, del flujo de tránsito y al estado emocional.**

Está comprobado que a mayor velocidad de circulación, mayor tensión. Por eso, para distenderse es bueno buscar una velocidad en la que se siente que se circula más relajado. Por otra parte, al circular más despacio se tiene más tiempo para reaccionar ante un imprevisto o corregir una maniobra equivocada.

- **Acepte las circunstancias del tránsito.** Esto significa que frente a un embotellamiento, obstrucción, semáforos mal coordinados, flujo de tránsito lentificado, etc, hay que procurar calmarse y no intentar forzar la velocidad de marcha apurando a los otros, violando normas o zigzagueando; pensar que la salud y la seguridad están en juego. Si es necesario, realice ejercicios respiratorios de relajación por medio de inspiración profunda con exhalación lenta. Puede ayudarse escuchando una música agradable y relajante.

- **Frente a un conductor torpe, lento y/o agresivo, no se enganche. Procure evitarlo, según el caso, cediéndole el paso, o sobrepasándolo con precaución y ponga distancia de él.** Piense que su salud y seguridad son su prioridad.

- **Evite discutir con los acompañantes de viaje sobre temas conflictivos.**

- **No atienda el teléfono celular mientras conduce, es fuente de distracción y sumador de tensiones.**

- **Descanse un mínimo de 7 u 8 horas cada noche.** La mayoría de las personas necesitan ese tiempo de sueño para funcionar bien durante el día. Procure tener los mismos horarios para su descanso, de manera de ayudar al funcionamiento de su organismo. Si padece de insomnio o se despierta varias veces en la noche pida ayuda profesional. Un conductor fatigado es un conductor disminuido en su capacidad de conducir.

- **Evite el consumo de alcohol y /u otras drogas desde horas antes de conducir ya que alteran su rendimiento, percepción y capacidad de respuesta al conducir.**

- **Si viaja con niños a cargo, procure que viajen entretenidos y con los cinturones de seguridad colocados.**

CONSECUENCIAS DE LOS ACCIDENTES DE TRANSITO



Legislatura de la Provincia de Río Negro

Las tendencias actuales y proyectadas en la motorización indican que el problema de las lesiones producidas por el tránsito vial empeorará, convirtiéndose en una crisis de salud pública mundial. Los datos de muchos países muestran una clara relación entre los crecientes niveles de motorización y el número de muertes producidas en la carretera.

El rápido ritmo de motorización en muchos países de bajos y medianos ingresos significa que estos países tendrán menos tiempo para encarar el problema del aumento de las lesiones producidas en accidentes de tránsito vial y para mitigar sus consecuencias adversas. Las lesiones sufridas en accidentes de tránsito vial tienen enormes consecuencias sociales y económicas, en los particulares, las familias, las comunidades y las naciones. Además de las consecuencias físicas y psicológicas en las personas directamente afectadas por las lesiones sufridas en accidentes de tránsito, las colisiones en carretera también afectan gravemente a las personas relacionadas con las víctimas. Las familias, los amigos y las comunidades de estas personas también pueden sufrir consecuencias adversas sociales, físicas y psicológicas, a corto y largo plazo.

Por ejemplo, cada año en nuestro país resultan muertas por colisiones de tránsito vial más de 7000 personas, y más de 20000 quedan discapacitadas de por vida. Esto deja a más de 28000 familias con algún miembro fallecido o discapacitado. Con frecuencia, el que resulta discapacitado o muerto es el cabeza de familia. Por consiguiente, además de las consecuencias emocionales, los afectados deben hacer frente a la reducción de los ingresos familiares y muchas veces tienen que lidiar con los sistemas de justicia penal y civil.

Las lesiones producidas por accidentes de tráfico vial también tienen considerables efectos indirectos: pueden afectar a miembros del público aunque ni ellos ni sus familiares estén directamente implicados.

Las lesiones y las discapacidades resultado de las colisiones suponen un gasto importante para las economías, que en esta partida suelen gastar anualmente entre el 1% y el 3% del producto nacional bruto del país. En nuestro país, las estimaciones indican que los costos económicos de las lesiones causadas por accidentes de tránsito ascienden a 10 millones de dólares anuales.

Las consecuencias económicas de las lesiones sufridas en accidentes de tránsito son especialmente nocivas, en particular para los países que luchan para aliviar la



Legislatura de la Provincia de Río Negro

pobreza contra los retos generales que plantea el desarrollo, dado que las personas de los grupos de edad económicamente activos son las más vulnerables a esas lesiones.

La cuestión de la seguridad del tránsito es pertinente para los países que procuran promover el desarrollo sostenible. Se ha recomendado que en los países en desarrollo en rápida motorización, se integren en el desarrollo urbano y la planificación del transporte y que se aumente el recurso al tránsito de masas y a modos alternativos de transporte.

El gasto por la atención de la salud de las víctimas resulta una proporción mínima -apenas 26 millones- frente al costo mayor, el de las vidas perdidas y el de las discapacidades. Se estima que por esta "epidemia silenciosa" que ocurre en calles, rutas y autopistas se pierden anualmente 170 mil años de vida potencial: ésa es la cantidad de años que el conjunto de fallecidos se queda sin vivir. Los cálculos surgen de un estudio encargado por el Ministerio de Salud de la Nación, y aunque son estimaciones conservadoras -según se aclara y no incluyen costos por daños a la propiedad y seguros- sirven para tener una idea de la magnitud del impacto de esta problemática en el país. El relevamiento muestra además que hay un predominio de varones jóvenes tanto entre los lesionados como entre los muertos, y la moto es el medio en el que se accidenta (resultando herido o fallecido) entre un 20 y un 40 por ciento de las víctimas, según las ciudades analizadas. El uso de medidas de seguridad al momento del accidente es mínimo.

Se encuestaron más de 10.000 familiares de víctimas en nuestro país, estos

son algunos de los datos destacados recogidos en esta investigación:

- 80% al 90% de las víctimas no fueron informadas de sus derechos legales.
- La misma proporción no fue informada de la existencia de organizaciones de ayuda.
- El 90% de los familiares de muertos considera que no se ha hecho justicia criminal.
- Del 60 al 75% consideran que los cargos hechos en contra de los ofensores no han sido justos.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

- Cerca del 80% no se han quedado satisfechos con las indemnizaciones por daños y perjuicios ofrecidos por las compañías de seguros.
- La misma proporción considera que la corte no ha hecho justicia financiera.
- La mayoría de las víctimas consideran que, en casos serios, es útil contratar a un abogado desde el principio.
- A pesar de que las víctimas no quedaron satisfechas con las indemnizaciones ofrecidas por las compañías seguros, un tercio de ellas no fueron a la corte porque consideraron que la ley no está a su favor, un tercio por el stress y otro tercio por el costo económico del reclamo legal.

SECUELAS PSICO-FISICAS

- El sufrimiento físico de las víctimas y sus familiares consiste, en su mayoría, en: problemas para dormir, dolores de cabeza, pesadillas angustiantes y problemas generales de salud, asociados al stress y la angustia.
- Muchos de ellos incrementaron el consumo de productos psicotrópicos como tranquilizantes, tabletas para dormir, etcétera.
- Entre la amplia gama de problemas psicológicos de la mayoría de las víctimas predominan: falta de interés, pérdida de confianza en sí mismo, ataques de ansiedad, depresión, fobias, trastornos alimenticios, ira, resentimiento, sentimientos suicidas. Es impresionante que inclusive, luego de muchos años, un cuarto de las víctimas sufren tanto que se sienten suicidas potenciales.
- Una gran mayoría de las víctimas cree que nunca va a disfrutar su vida como antes, especialmente los familiares de muertos.
- la mejor ayuda psicológica es proporcionada por amigos y familias. Lamentablemente la eficiencia de la ayuda proporcionada por profesionales, instituciones y religiones no es suficiente.

Estas investigaciones han demostrado que la gran mayoría de los familiares y víctimas padecen un considerable y dramático declive de su calidad de vida, sostenido en el tiempo, y que la mitad de ellas padecen también un severo empeoramiento de su standard de vida.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

Es triste darse cuenta de la profundidad de la angustia de estas personas. Una gran proporción de ellos sufren desórdenes psicológicos que frecuentemente son intensos, duraderos y hasta permanentes y que causan enfermedades somáticas que empeoran la angustia psicológica. Se entiende que estas consecuencias disminuyen y desaparecen con el tiempo. Sin embargo, nuestras investigaciones han demostrado lo contrario. Los trastornos psicológicos van empeorando con el tiempo y requieren de más asistencia. Estos problemas son frecuentemente exacerbados por las dificultades que, las víctimas y sus familias, encuentran con el sistema legal y las compañías de seguros. Es nuestra obligación mejorar la situación de estas familias y prevenirlas de convertirse en víctimas por una segunda vez, del sistema y la sociedad, incapaz de ayudarlas.

Recomendaciones

- El primer paso es proveer inmediato apoyo emocional y psicológico; luego brindar asistencia judicial y social.
- Es por lo tanto necesario promover la apertura de centros públicos donde las víctimas y sus familias puedan encontrar asistencia gratuita.
- Para mejorar aún más la situación de las víctimas, reformar tanto la legislación criminal como la civil también es necesario.
- También es urgente una reforma fundamental de los sistemas de seguros en la mayoría de los países; muchas víctimas deben esperar años para ser recompensadas, frecuentemente por una cantidad mucho menor a los daños sufridos.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

Bibliografía:

- Isoba, María Cristina. Manual para la conducción segura. (2002). Dosmildos Editora.
- Stress signs. Cedars - Sinai Medical Center. L.A., California, Estados Unidos.
- DSM-IV "Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos mentales" (1995). Editorial Masson.
- Asociación Luchemos por la Vida: revista "Luchemos por la Vida". todos los números.
- Martínez Jiménez, T. "Evaluación de la percepción del riesgo en la Infancia y Adolescencia. Jornadas sobre educación vial en la infancia". Salamanca 1999. España.
- "Intervención en Seguridad Vial desde los profesionales de la salud", Beléndez Gutierrez.. DGT. España.
- "Fármacos y seguridad vial", Verdú Pascual, Fernando y otro. España
- Dethlefsen Thorwald, Rudiger Dhalke- "La enfermedad como camino". Ed. Plaza y Janes.
- Lastreto, Víctor Gerardo, Lozano, Graciela Edith: MANUAL DE CAPACITACION SOBRE EDUCACION VIAL Y SEGURIDAD EN EL TRANSITO. Ed. Muy Util.
- Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Manual del Conductor.
- General Motors Argentina: Manual del Automóvil-Chevrolet, 2000