



El “Estudio de Fatiga y Conducción 2008”, revela que el 78% de los conductores castellano-leoneses ha sufrido somnolencia al volante

La Campaña “Un refresco, tu mejor combustible”, en Valladolid

- La campaña, organizada por el RACE y ANFABRA, pretende concienciar a los conductores sobre la importancia de evitar la fatiga al volante mediante el descanso, la realización de ejercicios de estiramiento y la ingesta de refrescos.
- Desde el jueves 31 de julio hasta el domingo 3 de julio, se instalará un stand de formación teórica y práctica en el Centro Comercial Equinoccio Park de Valladolid, donde, entre otras cosas y con la ayuda de dos simuladores de conducción, se mostrarán los efectos de la fatiga al volante.

Valladolid, 31 julio de 2008. Prevenir la fatiga al volante podría reducir significativamente el riesgo de sufrir un accidente durante los desplazamientos estivales. Según el “Estudio de Fatiga y Conducción 2008”, elaborado por el RACE, Real Automóvil Club de España y ANFABRA, la Asociación que agrupa a los fabricantes de bebidas refrescantes, el 78% de los conductores castellano - leoneses ha sufrido somnolencia al volante y el 73% ha sufrido pérdida de concentración, lo que manifiesta unos síntomas claros de haber conducido bajo los efectos de la fatiga en su grado más extremo. Sin embargo, según estudios médicos y psicotécnicos, la fatiga se puede evitar con sencillas medidas preventivas como parar cada 200 kilómetros o 2 horas de conducción, realizar unos ejercicios de estiramiento y beber un refresco, para mantener una buena hidratación y despejarse.

En España, la fatiga causa el 30% de los accidentes de tráfico, lo que la sitúa como la cuarta causa de siniestralidad mortal en nuestras carreteras. Falta de descanso, calor, deshidratación, sueño, consumo de alcohol, etc. son algunos de los factores que provocan su aparición. Pero los conductores castellano - leoneses siguen sin ser conscientes del riesgo que supone sufrirla durante la conducción. Así, un dato relevante de la encuesta en Castilla y León fue observar que el 56% de los conductores paran cada 2 horas, mientras que un preocupante 10% para a partir de las cuatro horas de conducción o no para en ningún momento. En este sentido, los datos revelan que el 33% de los conductores castellano - leoneses ha iniciado un viaje tras la jornada laboral.

Si consideramos la percepción de situaciones de riesgo, para los castellano - leoneses el momento más peligroso de un viaje, con un 44%, lo sitúan tras una retención, seguido del riesgo al final del recorrido, y cuando anochece.

Al preguntarles por las medidas que adoptan cuando se notan fatigados, el 47% de los conductores opta por escuchar música, el 43% habla con el copiloto y un muy bajo 35% toma un refresco y camina. Sólo parar a descansar, recuperar el tono físico e ingerir un refresco ayuda a prevenir la fatiga.

En cuanto a las causas de la fatiga, los castellanos - leoneses consideran lo que más influye en su aparición es la falta de descanso antes de salir (89% de las respuestas), seguido por el conducir tras una comida copiosa, beber alcohol y no descansar durante el viaje.

La Campaña en Valladolid

A la pregunta de qué medidas consideran que se deberían adoptar para reducir la siniestralidad asociada a este factor de riesgo, los encuestados en Castilla y León han respondido, con un 89%, que se deberían intensificar las campañas informativas. En este sentido, y para enseñar a los usuarios a identificar las señales de la fatiga durante la conducción y concienciar de la importancia de prevenirla, el RACE y ANFABRA, lanzan la tercera edición de la Campaña informativa “Un refresco, tu mejor combustible”.

Partiendo de los resultados de los estudios y de la percepción de los conductores, la Campaña pretende informar al usuario desde la proximidad. Por ello, y tras el éxito de ediciones anteriores, se continuará con el método que el RACE lleva practicando desde hace años, que incorpora formación teórica y práctica.

Esta acción de concienciación se lleva a cabo en el **Centro Comercial Equinoccio Park de Valladolid durante los días 31 de julio, 1 y 2 de agosto, en horario de 11 a 14 y de 16:30 a 21 horas**, para posteriormente recorrer otras ciudades españolas. En el área de formación teórica y práctica, coordinado por especialistas en seguridad vial, se incluyen siguientes actividades:

- **Charlas formativas** sobre los riesgos de la fatiga en la conducción.
- **Vídeos divulgativos** en los que se ve gráficamente el desgaste físico y psíquico durante una conducción prolongada.
- **Materiales** didácticos en los que se dan consejos prácticos para aprender a detectar sus síntomas y recomendaciones para prevenir sus consecuencias.
- **Simuladores de conducción** en los que los visitantes podrán comprobar sus habilidades en la conducción y ver cómo afecta la fatiga en la disminución de los niveles de alerta y en la capacidad de reacción.

Para más información:

RACE Departamento Comunicación Corporativa
Tel. 91 594 77 02. comunicacion@race.es

ANFABRA. Gabinete de Prensa
Tel. 91 552 62 75
comunicacion@anfabra.es