



Les distraccions al volant produeixen més del **30% dels accidents de trànsit**.

Entre els principals factors externs que poden facilitar que el conductor perdi la seva atenció en conduir es troben: **parlar per telèfon sense** utilitzar un dispositiu **mans lliures** o **llegir missatges de text**, així com **fer ús del GPS** durant la conducció.

➔ Riscos de l'ús del telèfon mòbil o del GPS al volant:

L'ús del telèfon mòbil o del GPS **augmenta considerablement el risc de materialitzar-se un accident**. Els principals riscos del seu ús al volant són els següents:

- **L'usuari aparta la vista de la carretera** durant el seu ús, **perd la capacitat de concentració** davant del volant, i pot tenir una **distracció física** donat que ha de **treure les mans del volant** per emprar aquests dispositius.
- **Redueix la capacitat per mantenir** una posició correcta al **carril**.
- **Incrementa el temps de reacció** per detectar i respondre a **situacions inesperades** relacionades amb la conducció.
- **Genera reaccions de frenada més lentes** amb frenades més intenses i distàncies d'aturada més curtes.
- **Redueix la capacitat per mantenir la velocitat adequada** (normalment se circula pitjor durant el seu ús).
- **Incrementa el temps de reacció en llegir els senyals de trànsit**, o fins i tot pot no veure-les.
- **Redueix el camp de visió** (és a dir, el conductor acostuma a mirar més enllà de la perifèria o pels miralls).
- **Redueix la percepció del conductor d'allò que passa al seu voltant**.





Recorda: La seguretat és el primer. **El mal ús del telèfon mòbil en conduir multiplica per 23 el risc d'accident** segons la DGT.

> Segons les normes de trànsit, **no podem manipular cap dispositiu electrònic** (inclòs el GPS) **quan impliqui apartar les mans del volant**. Sí que és legal fer-ho amb dispositius **mans lliures** o sistemes de control de veu.

> **Tampoc es poden fer servir en cas d'estar aturats en un embús o en un semàfor.**

> Hem de ser molt curosos a l'hora de col·locar el telèfon/GPS, ja que **poden dificultar la visió**.

> El més adient és col·locar-lo **a l'altura del quadre de comandament**, on no ens restarà visió de la carretera. També és convenient situar-lo **a la banda dreta**, perquè a l'esquerra podria dificultar la visió del mirall retrovisor exterior.

> **El maneig del GPS s'ha de fer abans de començar el viatge i sempre amb el vehicle aturat.**

➔ **Recomanacions al volant respecte al mòbil/GPS:**

> **Mai utilitzis el mòbil/GPS mentre condueixes.**

> **Silencia els avisos** i posa el mòbil en un lloc on no el vegis mentre condueixes.

> **Escriu en el teu estat el missatge "Estic conduint, et truco més tard"**. I evita contactar amb persones que saps que poden estar conduint.

> Si has de fer ús del mòbil de forma forçosa, **utilitza mans lliures i no tinguis converses excessivament llargues.**

