

2 Observancia de las regulaciones de tráfico y seguridad del tráfico

- OJO** ▶ Puesto que son muchas las personas y vehículos que usan las vías de tránsito, basta que un solo conductor o peatón transite con arbitrariedad para que el tráfico sea obstaculizado u ocurra un accidente.
- OJO** ▶ Respetar las regulaciones de tráfico es un acuerdo mutuo para que todos podamos transitar con seguridad y fluidez en las vías de tránsito; es un deber básico de todos los miembros de la sociedad.

3 Preparativos necesarios para conducir

1 Preparar un plan de ruta

- OJO** ▶ Un plan de ruta irreal y sin holgura de tiempo, resulta en excesos de velocidad, adelantamientos irrazonables, ignorar las señales de tránsito, dormirse al volante, etcétera, que a su vez son causas de accidentes. Es importante preparar un plan de ruta holgado.
- OJO** ▶ Tanto como para conducir distancias cortas o largas, es necesario preparar un plan de ruta de acuerdo a la habilidad de conducción propia y a las características del vehículo, averiguando de antemano la ruta a seguir, el tiempo necesario, los lugares de descanso y estacionamiento, etc.
- OJO** ▶ Es fácil quedar soñoliento cuando se conduce monótonamente y por mucho tiempo en carreteras principales, etc. Para prevenir la soñolencia, se debe abrir la ventana y dejar entrar aire fresco; si es que se sintiera aunque sea un poco de sueño, se debe parar el vehículo en un lugar seguro y descansar.

2 Recuperar las condiciones físicas

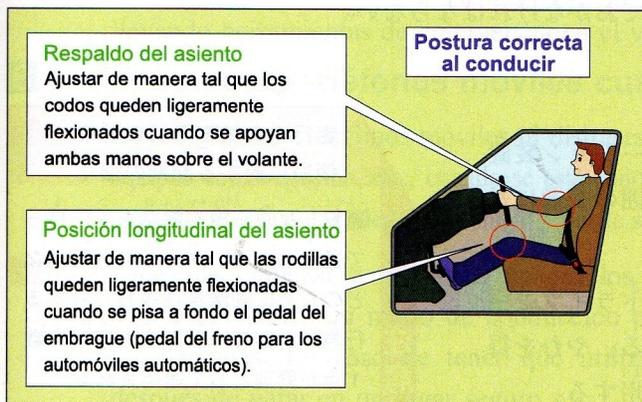
- OJO** ▶ Cuando se está cansado, enfermo, preocupado por algo, etc., el grado de atención disminuye y la capacidad de decisión se debilita, lo que puede llevar a causar un accidente inesperado. Por lo tanto, se debe evitar conducir en estos casos, o hacerlo solo después de recuperar las condiciones físicas.

3 Vestimenta adecuada para conducir, etc.

- OJO** ▶ Cuando se conduce, se debe vestir ropas que faciliten el movimiento. No se debe conducir calzando sandalias de madera japonesas (*geta*), zapatos de taco alto, etc.

4 Postura al conducir, etc.

- OJO** ▶ El primer paso para conducir con seguridad es conducir con una postura correcta y holgada.



Prohibido conducir en estado de fatiga, etc.

- No se debe conducir cuando se está fatigado o bajo la influencia de drogas, estimulantes, diluyentes de pintura, etc.
- Evitar conducir cuando se está tomando remedios que producen soñolencia, tales como remedios para el resfrío, dolor de cabeza, etc.

Prohibido conducir bajo la influencia del alcohol

- No se debe conducir después de haber bebido alcohol, aunque haya sido solo un poco.
- No se debe servir u ofrecer alcohol a las personas que después tengan que conducir, ni pedirles que conduzcan.

Atención