



CONDUCCIÓN Y SUSTANCIAS

El 48'7% de los conductores fallecidos en 2020, analizados por el Instituto Nacional de Toxicología, dio positivo en alcohol, drogas o psicofármacos. De estos, más del 60%, lo hizo en alcohol, superior al 40% en drogas, y casi un 30% lo hizo en psicofármacos.

El consumo de drogas ha crecido 8 puntos en 10 años. Igualmente, aunque menor, ha sido el crecimiento en el uso de psicofármacos y alcohol a la hora de conducir.

DROGAS

1 DE CADA 4 CONDUCTORES CONDUCE BAJO LOS EFECTOS DE LAS DROGAS.

El tabaco es una droga y la nicotina es un estimulante del sistema nervioso central. En un primer momento te puede parecer que es bueno para conducir, pero la realidad es diferente: **te sientes menos cansado, pero sobrevaloras tus capacidades** y no evalúas bien los riesgos.

No olvidemos tampoco los peligros de fumar mientras se conduce: el simple hecho de encender un cigarrillo y **perder la vista de la carretera**, o de que se te caiga encima la brasa... Y eso sin hablar de los **graves problemas de salud** que provoca.



Cualquier droga, aun en cantidades muy pequeñas, puede **producir estados de euforia o depresión, ansiedad, disminución de la atención, somnolencia, disfunciones en la coordinación de movimientos o alteración de la percepción** de la realidad. Como puedes deducir, con cualquiera de estos síntomas serías un peligro al volante.

Entre 25 y 54 años, la cocaína, el cannabis, anfetaminas y opiáceos, son las drogas ilegales más consumidas en España.



Tipos de drogas

DEPRESORAS	ESTIMULANTES	PERTURBADORAS
Disminuyen o ralentizan las distintas funciones del sistema nervioso central.	Aceleran el funcionamiento normal de tu cerebro y provocan un estado de activación elevada.	Alteran gravemente el funcionamiento del cerebro, dando lugar a efectos muy variados.
Alcohol 	Anfetaminas 	LSD 
Opio y derivados (heroína, morfina, metadona) 	Cocaína 	Mescalina 
Ansiolíticos 	Speed 	Hachís 
Hipnóticos 	Nicotina 	Marihuana 
	Cafeína 	Éxtasis 
	Teína 	Inhalantes 
	Teobromina 	

FO-085-ES/2022-01





CONDUCCIÓN Y SUSTANCIAS

ALCOHOL



EL ALCOHOL ESTÁ PRESENTE EN UN ALTO PORCENTAJE DE LOS ACCIDENTES MORTALES.

Por ello es muy fácil que dicho conductor llegue a pensar que no hay peligro.



No hay una cantidad de alcohol inocua. Existe un límite legal a partir del cual hay sanciones, pero desde la primera copa, desde la primera cerveza, el alcohol juega en nuestra contra. El alcohol disminuye tus capacidades para conducir desde la primera gota y sin que te des cuenta.

Según las encuestas de la DGT, un **42% de los conductores españoles beben y conducen alguna vez.** La mayoría de las veces en las que un conductor bebe y conduce no suele acabar sufriendo un accidente. Por ello, es muy fácil que dicho conductor llegue a pensar que no hay peligro y repita este comportamiento cada vez con más frecuencia. Desgraciadamente, si beber y conducir se convierte en algo habitual, que el accidente se produzca es mera **CUESTIÓN DE TIEMPO.**

En la última actualización de la Ley de Trafico del mes de Marzo 2022, se establece el Alcohol 0 para todos los conductores menores de 18 años.

Igualmente se establece la implantación paulatina del Alcolock como medida de seguridad. Dicho sistema impedirá la puesta en marcha del vehículo en caso de detectar alcohol en la medición.

Tasa de alcoholemia de bebidas más habituales

TIPO DE BEBIDA	CANTIDAD	HOMBRE 70-90 Kg	MUJER 50-70 Kg
 Cerveza 330 ml 5°	1 tercio	0,21-0,28	0,34-0,48
	2 tercios	0,43-0,55	0,68-0,95
	3 tercios	0,64-0,83	1,02-1,43
 Vino/cava 100 ml 12°	1 vaso	0,16-0,20	0,25-0,35
	2 vasos	0,31-0,40	0,50-0,69
	3 vasos	0,47-0,60	0,74-1,04
 Vermú 70 ml 17°	1 vaso	0,15-0,20	0,25-0,34
	2 vasos	0,31-0,40	0,49-0,69
	3 vasos	0,46-0,60	0,74-1,03
 Combinado 50 ml 38°	1 vaso	0,25-0,32	0,39-0,55
	2 vasos	0,49-0,63	0,78-1,10
	3 vasos	0,75-0,95	1,18-1,65
 Licor 45 ml 23°	1 vaso	0,13-0,17	0,21-0,30
	2 vasos	0,27-0,35	0,43-0,60
	3 vasos	0,40-0,52	0,64-0,90
 Brandy 45 ml 38°	1 vaso	0,22-0,29	0,35-0,49
	2 vasos	0,44-0,57	0,71-0,99
	3 vasos	0,67-0,86	1,06-1,48





CONDUCCIÓN Y SUSTANCIAS

MEDICAMENTOS

UN 30 POR CIENTO DE LOS CONDUCTORES CONDUCE TRAS TOMAR MEDICAMENTOS QUE, EN SU MAYORÍA, REDUCEN LOS REFLEJOS.



Medicamentos y conducción no tienen que ir reñidos pero, sin duda, debe haber una especial precaución. Y es que muchos fármacos influyen de una u otra forma en nuestra capacidad para ponernos al volante.

Algunos medicamentos también son drogas que, aunque legales, reguladas y sometidas a prescripción facultativa, pueden alterar la capacidad de conducción. Pero en el fondo da igual si se consideran drogas o no, lo importante es saber el efecto que causan. En este caso, la información es tu mejor arma: lee el prospecto y consulta al médico o al farmacéutico si tienes alguna duda. Y, en todo caso, si no te sientes en plenas facultades físicas o emocionales, no conduzcas.



TAMBIÉN en PEATONES

110 fallecidos por atropello.

El 41,2 % de los fallecidos por atropello, sometidos a autopsia, dieron positivo en alcohol, drogas, psicofármacos, o una combinación de varios de ellos.

Consejos



- **En la medida de lo posible no conduzcas si estás tomando medicamentos. En cualquier caso, si la conducción no puede evitarse, consulta al médico o, al menos, lee las indicaciones del prospecto. Sigue las indicaciones dadas.**
- **No consumas sustancias que afecten a la capacidad de conducir (depresores o estimulantes del SNC, etc.).**
- **Autorecetarse puede ser malo para tu enfermedad, pero también puede causar efectos inesperados que mermen tus capacidades al volante.**
- **No mezcles medicamentos sin consultar al médico o al farmacéutico, y tampoco los mezcles con alcohol o, peor aún, con otras drogas.**
- **En esto, como en casi todo, es bueno conocerse a uno mismo y detectar si una medicina te provoca efectos secundarios adversos.**
- **No quites importancia a las advertencias que se hacen en los prospectos de las medicinas.**
- **Y si tienes una enfermedad crónica, nunca interrumpas el tratamiento por tu cuenta, infórmate muy bien de la influencia que puede tener en la conducción y consulta a tu médico cuando tengas dudas.**

