

PARTE 3

CONSEJOS PARA CONDUCIR CON SEGURIDAD

CAPÍTULO 8 / CONDUCIR A LA DEFENSIVA

La mayoría de los conductores son buenos conductores. Pero incluso los mejores conductores pueden cometer errores ocasionales. Los equipos pueden fallar, las condiciones meteorológicas pueden ser adversas y algunos conductores ignoran las reglas de tránsito o conducen de manera errática. Para evitar cometer errores o verse involucrado en una colisión debido al error de alguien más, aprenda a conducir a la defensiva.

- Esté preparado y prevenido.
- Mantenga la velocidad correcta.
- Señale antes de dar vuelta o cambiar de carril.
- Deje suficiente espacio.
- Use su cinturón de seguridad.
- No conduzca si está muy cansado, si tomó medicamentos o si ha consumido bebidas que contienen alcohol.
- Mantenga su vehículo en buenas condiciones.
- No use dispositivos móviles de mano mientras conduce.

PREPARACIÓN Y PREVENCIÓN

Debe sentarse en una posición cómoda, pero vertical, y mantener las dos manos en el volante. Encorvarse en el asiento del conductor o usar una sola mano en el volante hace que sea más difícil, o incluso peligroso, controlar su vehículo.

Las condiciones del tráfico cambian constantemente. Siempre esté atento al camino frente a usted. No enfoque toda su atención en el camino ni el vehículo que está enfrente. Mire hacia adelante para que pueda prevenir o moderar los posibles problemas.

Mantenga sus ojos en movimiento, note lo que está ocurriendo en los lados del camino, y revise detrás de usted con los espejos cada pocos segundos.

Anticipe los errores de otros conductores, ciclistas y peatones, y piense en lo que hará si ocurre un error. No asuma que un conductor que se aproxima a una señal de STOP (ALTO) o YIELD (CEDA EL PASO) en un camino lateral realmente va a hacer alto o ceder el paso. Es mejor asumir que el otro conductor no hará alto.

DISTRACCIONES PARA EL CONDUCTOR

Una distracción es cualquier cosa que aleja su atención de la conducción. Conducir distraído puede causar colisiones, que tengan como resultado lesiones, muertes o daños materiales. Quitar sus ojos del camino o las manos del volante causa riesgos obvios al conducir. Las actividades mentales que lo distraigan de la conducción son igual de peligrosas.

Cuando conduzca:

- No use teléfonos celulares, ni envíe o lea mensajes de texto.
- Evite discusiones y conversaciones estresantes o emocionales con los pasajeros.
- No coma mientras conduce.
- Asegúrese de que los niños estén sujetos correctamente.
- Lleve a sus mascotas en una jaula o perrera portátil.

Debe enfocar su atención en la conducción. Usted es responsable de operar su vehículo de manera segura.

CONDUCTORES AGRESIVOS

La conducción agresiva incluye el exceso de velocidad, que a menudo hace que conduzca demasiado cerca del vehículo de adelante, los cambios muy frecuentes o rápidos de carril sin señalarlos, rebasar por el acotamiento o en partes del camino que no están pavimentadas, o ser una molestia para los automovilistas, ciclistas o peatones que no se quitan del camino. Los conductores

agresivos a veces se pasan señales de alto y luces rojas, rebasan autobuses escolares detenidos, no se mantienen a la derecha, conducen bajo los efectos del alcohol y las drogas, y conducen de manera temeraria. Algunos conductores agresivos tratan de hacer daño a otro conductor, y así es como la conducción agresiva se convierte en ira vial.

Para evitar la ira vial, a veces es mejor no hacer contacto visual con otro conductor. El otro conductor puede interpretarlo como un reto.

Cuando un conductor agresivo lo confronte:

- No haga contacto visual.
- Permanezca tranquilo y relajado.
- Trate de alejarse de manera segura.
- No desafíe a un conductor agresivo aumentando la velocidad o tratando de mantener su posición en su carril.
- Use el cinturón de seguridad y pida a sus pasajeros que también lo hagan.
- Ignore los gestos y gritos y no los corresponda.
- Reporte a los conductores agresivos a las autoridades policíacas y dé una descripción del vehículo, su ubicación, sus placas de circulación y la dirección en la que se trasladaba.
- Si un conductor agresivo lo sigue, no se detenga ni salga de su vehículo. Conduzca a la estación de policía más cercana.
- Si un conductor agresivo está involucrado en una colisión, deténgase a una distancia segura del lugar de la colisión. Cuando llegue la policía, informe del comportamiento que atestiguó por parte del conductor.

Para evitar ser un conductor agresivo:

- Salga de su punto de partida con suficiente tiempo para llegar a su destino sin problemas.
- Ajuste sus horarios para no conducir durante las horas con más tráfico.
- Si va a llegar tarde, llame para avisar, para poder relajarse.

- No conduzca cuando esté enojado, molesto o muy cansado.
- Convierta su vehículo en un lugar cómodo. Escuche música relajante y evite situaciones que le causen ansiedad.
- Cuando conduzca, relájese y este consciente de cómo se sienta. Reclínese en su asiento, no apriete el volante y no rechine los dientes.
- Sea cortés, respetuoso e indulgente con los otros conductores.
- Usted puede controlar la manera en la que reacciona. Si otra persona conduce de manera agresiva, usted no lo haga.

Si usted tiene preferencia, no la considere como un derecho absoluto. Esté preparado para ceder el paso a otros usuarios de la carretera. Es mejor esperar algunos segundos a que pase otro conductor que arriesgarse a participar en una colisión.

IRA VIAL

¿Qué es la "ira vial"? La ira vial es un estado de ánimo enojado y hostil, que puede aumentar hasta provocar actos delictivos violentos o intentos de violencia a causa de la operación de un vehículo automotor. La ira vial puede incluir comportamientos que tengan el fin de provocar a otros o de causarles temor.

La conducción agresiva no es ira vial. No obstante, la conducción agresiva puede convertirse en ira vial. La conducción agresiva generalmente involucra la infracción de una ley de seguridad vial, mientras que la ira vial involucra infringir leyes penales.

¿Quién puede sufrir de ira vial? Puede pasarle a cualquier persona cuando nuestra irritación o enojo hacia otros nos lleva a conductas que representan una amenaza para nosotros mismos y para la seguridad de las vidas de otros, en los caminos o carreteras o cerca de ellos. Es ilegal poner en peligro, amenazar o agredir a otra persona. Estas conductas pueden tener como resultado sanciones severas que incluyen multas, prisión y libertad condicional ordenada por un tribunal. También pueden tener como resultado la revocación o suspensión de una licencia de conducir.

La ira vial puede incluir muchas conductas, tales como:

- Gritos, uso excesivo del claxon o gestos obscenos y amenazas.
- Acciones de conducir, como "cerrar" a otro vehículo, conducir demasiado cerca de él, bloquear a otro vehículo para que no pueda usar un carril, perseguir a otro vehículo o sacarlo del camino, o chocar deliberadamente a un vehículo.
- Cuando detiene un vehículo al lado del camino y se baja para amenazar, atacar, pelear o lesionar a otro automovilista o pasajero, o a un peatón, ciclista u otra persona.

Las investigaciones indican que estar en un estado de ira puede afectar su presión arterial y su capacidad para razonar y tomar decisiones. Como conductor, cometerá más errores. Aumentarán las probabilidades de participar en una colisión vial.

La conducción agresiva y la ira vial pueden hacer que se revoque o suspenda su licencia de conducir, causar problemas entre familiares y amigos, hacer que pierda su empleo y causar problemas legales.

Muchos conductores no reconocen cuando su propia conducción agresiva o ira vial está afectando su capacidad para conducir de manera segura. Las leyes estatales requieren que todos los cursos de prevención de accidentes aprobados por el DMV aborden los riesgos y peligros de la ira vial. Para obtener más información sobre los cursos de prevención de accidentes aprobados por el DMV, visite el sitio web del DMV en <https://dmv.ny.gov/learn-more-about/npip>. También puede comunicarse con uno de los patrocinadores del programa. La información está disponible en cualquier oficina de vehículos automotores del estado o de un condado.

VELOCIDAD

Debe obedecer el límite de velocidad. Si no hay un límite indicado, no conduzca a más de 55 mph (88 km/h). A menudo, el sentido común indica que debe mantener su velocidad por debajo del límite indicado. Por ejemplo, el límite legal en una autopista resbalosa o con niebla podría ser de 55 mph (88 km/h), o incluso de 65 mph (100 km/h), pero la velocidad a la que puede conducir de manera segura sería mucho menor. Incluso si condujera a 50 mph (80 km/h) en esa carretera peligrosa, un oficial de policía podría

aplicarle una boleta de infracción por conducir a una velocidad "poco razonable" para las condiciones.

Para mantener un buen flujo vial, algunas carreteras también tienen límites de velocidad mínima. Si conduce a una velocidad menor a la mínima, puede interferir con el flujo vial y crear una situación de peligro. Incluso si no hay una velocidad mínima, quienes conducen demasiado lento pueden ser tan peligrosos como quienes conducen demasiado rápido.

Debe saber que algunas ciudades tienen límites de velocidad de menos de 55 mph (88 km/h) que no siempre están señalados. Por ejemplo, en la Ciudad de New York el límite de velocidad es de 25 mph (40 km/h) a menos que haya señales que indiquen otro límite.

DEJE ESPACIO

Cuatro de cada 10 colisiones son por alcance, generalmente porque una persona está conduciendo demasiado cerca del automóvil de adelante. Deje suficiente espacio entre su vehículo y el de adelante, para que pueda detenerse con seguridad si el otro vehículo se detiene de repente. Frene con anticipación y suavidad cuando se prepare para hacer alto o dar vuelta. Así le dará a los conductores que están detrás una advertencia suficiente de que planea reducir su velocidad.

Para tener una buena separación, use la regla de los dos segundos: Seleccione un objeto que esté cerca o sobre el camino, como una señal, un árbol o un puente elevado. Cuando el vehículo de adelante lo pase, cuente lentamente dos segundos. Si llega al mismo objeto antes de que termine de contar, está demasiado cerca del otro automóvil. Cuando hay mal clima y cuando siga a camiones de gran tamaño, aumente la cuenta al menos a tres o cuatro segundos, para dejar espacio adicional.

Si un conductor lo sigue demasiado cerca, muévase a otro carril si es posible, o reduzca la velocidad y orillese para dejarlo pasar. Asegúrese de señalar antes de orillarse y cuando vuelva a incorporarse a la circulación. No frene de manera repentina o innecesaria, ya que podría alterar al conductor de atrás y podría iniciar un incidente de ira vial.

En caso de que tenga que cambiarse de carril con rapidez u orillarse para evitar un peligro, deje espacio de "escape" a su izquierda y derecha.

CINTURONES DE SEGURIDAD, ASIENTOS DE SEGURIDAD PARA NIÑOS, Y BOLSAS DE AIRE

Los cinturones de seguridad salvan vidas y pueden prevenir lesiones graves en colisiones vehiculares. Por este motivo, en el Estado de New York es obligatorio el uso del cinturón de seguridad para los adultos y de cinturones de seguridad, asientos elevadores o asientos de seguridad para los niños en los vehículos automotores.

New York es un estado de "aplicación primaria", lo que significa que un oficial de policía puede pararlo solamente porque uno de sus pasajeros no está usando el cinturón de seguridad. Un oficial de policía puede aplicarle una boleta de infracción por no usar el cinturón de seguridad. Esta ley también se aplica a visitantes de fuera del Estado de New York. Algunos puntos destacados de la ley de sujeción de ocupantes del Estado de New York:

- En el asiento delantero, el conductor y todos los pasajeros deben tener las protecciones adecuadas, una persona por cinturón de seguridad. El conductor y los pasajeros en el asiento delantero que tengan 16 años de edad o más pueden enfrentar una multa de hasta \$50 cada uno por no usar el cinturón.
- En el caso de vehículos conducidos por personas con un permiso de aprendizaje clase DJ o una licencia de conducir clase DJ, todos los ocupantes, sin importar su edad o el lugar en que estén sentados, debe usar un dispositivo de seguridad.
- El conductor debe asegurarse de que todos los pasajeros menores de 16 años obedezcan la ley. El conductor puede recibir una multa de \$25 a \$100 y recibir tres puntos en su licencia de conducir por cada infracción.
- El uso del cinturón de seguridad no es obligatorio en los taxis o vehículos de alquiler, vehículos de emergencia, vehículos modelo 1964 o más antiguos, ni para los pasajeros de autobuses (excepto por los autobuses escolares; un distrito escolar puede ordenar el uso del cinturón de seguridad). Los carteros rurales también están exentos cuando están entregando el correo.

Todos los pasajeros menores de 16 años de edad deben usar un dispositivo de seguridad. Si tienen menos de 4 años de edad, las personas deben estar sujetas en un asiento de seguridad para niños aprobado por el gobierno, que debe estar sujeto a un vehículo con

un cinturón de seguridad o con un sistema de anclaje universal (LATCH). Un niño menor de 4 años de edad que pese más de 40 libras puede viajar en un asiento elevador usando un cinturón de seguridad para cadera y hombro. Un niño de 4, 5, 6 o 7 años de edad debe usar un asiento elevador con cinturón de cadera y hombro, o bien un asiento de seguridad para niños. (El sistema de sujeción para niños debe cumplir con las recomendaciones de estatura y peso del fabricante).

Excepción: Un niño que mida más de 4 pies 9 pulgadas de estatura o que pese más de 100 libras puede usar un cinturón de seguridad que sujete tanto la cadera como el hombro. Si el asiento de seguridad no le queda bien, el niño debe usar un asiento elevador con el cinturón de cadera y hombro.

Cuando conduzca, debe asegurarse de que todas las personas en su vehículo estén sujetas correctamente con un cinturón de seguridad, sistema de sujeción para niños, o asiento para automóvil. Durante una colisión, una persona que no esté sujeta correctamente se convierte en un proyectil y constituye un peligro para todas las personas en el vehículo.

- Para mayor protección, ajuste el reposacabezas de su vehículo, ponga los seguros de las puertas y no deje objetos pesados sueltos en el área de pasajeros. Póngalos en el maletero.
- Las bolsas de aire están diseñadas para funcionar EN CONJUNTO con los cinturones de seguridad, no para reemplazarlos. Una bolsa de aire proteger a un ocupante del asiento delantero en una colisión de frente al inflarse durante el impacto para convertirse en un cojín, de modo que el ocupante no se golpee contra el volante, el tablero o el parabrisas. La combinación de un cinturón de seguridad y una bolsa de aire ofrece la máxima protección, en parte porque ayudan al conductor a mantener el control del vehículo y ayudan a prevenir colisiones secundarias.
- Las bolsas de aire se activan (se inflan con rapidez) desde el volante y/o el tablero. La mayoría de los adultos que estén sujetos correctamente están más seguros en un vehículo con bolsas de aire, pero la presión de una bolsa de aire al inflarse podría lesionar a quienes estén sentados demasiado cerca. Debe dejar al menos 10 pulgadas entre el centro de su pecho y la cubierta de la bolsa de aire. Coloque sus manos en extremos opuestos del volante, en las posiciones de las 3 y las 9 en punto, para mantenerlas fuera del camino si se activa la bolsa de aire.

IMPORTANTE: NUNCA COLOQUE A UN BEBÉ EN UN ASIENTO DE SEGURIDAD QUE VOLTEE HACIA ATRÁS EN EL ASIENTO DELANTERO DE UN VEHÍCULO QUE TENGA BOLSA DE AIRE PARA EL PASAJERO.

CÓMO CONDUCIR CON SEGURIDAD EN ZONAS DE TRABAJO

Las áreas en las que se realizan trabajos de reparación de caminos son peligrosas para quien conduce – y para quien trabaja. Por eso, cuando conduce a exceso de velocidad en zonas de trabajo, la multa se duplica, incluso cuando los trabajadores y los vehículos de trabajo no se encuentren ahí. Puede encontrarse una zona de trabajo en cualquier lugar; es posible que tenga que reducir la velocidad rápidamente o incluso hacer alto. Los carriles de tránsito pueden cambiar o estar cerrados. Los trabajadores y vehículos de trabajo pueden estar en el carril en el que usted circula, o cerca de él. Cuando conduzca en una zona de trabajo, puede hacerla más segura, porque sabe qué hacer.

A menudo se colocan señales naranja en forma de diamante –señales preventivas de "zona de trabajo"– antes de los proyectos de construcción de caminos y de otras zonas de trabajo que cambian el flujo del tráfico. Una señal podría decir "flagger ahead" (abanderado adelante). Un abanderado es un trabajador que le indica que se detenga, avance con precaución o cambie de carril. Un abanderado tiene el mismo nivel de autoridad que una señal, por lo que usted puede recibir una boleta de infracción por desobedecer sus indicaciones. ¡Reduzca su velocidad! ¡Esté alerta! ¡Obedezca las señales!

Consejos para zonas de trabajo:

- Algunas señales pueden indicar una desviación que le permita evitar la zona de trabajo. Si sabe en dónde hay una zona de trabajo adelante, debe tratar de usar una ruta diferente.
- Cuando entre en una zona de trabajo, las señales con luces intermitentes y las señales que advierten "lane closed ahead" (carril cerrado adelante) indican que debe incorporar su vehículo al carril correcto cuando pueda hacerlo de manera segura. No avance con rapidez al final del carril cerrado para tratar de meterse al otro carril. Si se incorpora al carril correcto desde el primer aviso, conducirá de manera más tranquila, eficiente y segura.
- Reduzca su velocidad cuando una señal

indique: "Road Work 1,500 feet" (Zona de trabajo a 1,500 pies) ya que eso significa que su automóvil, a una velocidad de 60 millas por hora, llegará en 17 segundos.

- La colisión por alcance es la más común en una zona de trabajo. Para evitar participar en una, procure mantener una distancia de frenado de dos segundos o más entre usted y el vehículo de adelante. (Vea "Deje espacio" en una parte anterior de este capítulo). Mantenga una distancia segura entre su vehículo y las barreras viales, los camiones, los equipos de construcción y los trabajadores.
- Algunas zonas de trabajo no son estacionarias, como cuando los trabajadores pintan líneas, reparan baches o cortan hierbas. En esos casos, el tamaño y/o la ubicación de las zonas de trabajo podrían variar. Conforme avanzan los trabajos, el tamaño de la zona de trabajo puede aumentar, disminuir o moverse a diferentes secciones el camino. Los trabajadores pueden estar cerca incluso si no los ve inmediatamente después de las señales preventivas. Obedezca las señales hasta que pase la que dice que la zona de trabajo ha terminado.



CÓMO CONDUCIR EN UNA ROTONDA

Una rotonda es una intersección circular de diámetro pequeño, que obliga a los conductores a reducir la velocidad, por lo general a 30 mph o menos. Los vehículos se mueven en contra de las agujas del reloj alrededor de una isla central redonda, donde el tráfico que se incorpora le cede el paso al tráfico que ya está circulando en la rotonda. Los estudios demuestran que una rotonda puede reducir la cantidad y la intensidad de los accidentes en una intersección, en comparación con las intersecciones controladas por señales de alto o semáforos. Las rotondas ya son más comunes en el Estado de New York y en otros estados.



Al usar una rotonda:

- Al acercarse a la rotonda, busque la calle y las señales de dirección que necesita. Esto le ayudará a determinar cuál salida tomar. Estas señales estarán junto al camino antes de que llegue a la entrada de la rotonda. Reduzca la velocidad al entrar en la rotonda. Una señal, como la que aparece arriba a la izquierda, advierte de una rotonda próxima.
- Cuando llegue a la rotonda, ceda el paso a los peatones y ciclistas. También debe ceder el paso a los conductores que estaban en la rotonda antes que usted. En ocasiones habrá una señal de alto o un semáforo para controlar su punto de entrada. Cuando el nivel de tráfico le deje suficiente espacio y tiempo, puede entrar a la rotonda conduciendo en contra de las agujas del reloj.
- Mientras está en la rotonda, permanezca en su carril hasta que esté listo para salir. Use su direccional derecha para informar a los otros conductores que desea moverse del carril interior al exterior, o si ya está en posición de salir. Comience a señalar en la salida ANTERIOR a la que desea tomar. No cambie de carril ni tome una salida antes de revisar que no haya vehículos que sigan por la rotonda en el carril de al lado o detrás de usted. Esté

atento a vehículos en los "puntos ciegos" que no puede ver en sus espejos. (Para ver más información sobre los puntos ciegos, consulte Vehículos de gran tamaño en el Capítulo 11).

CONDUCIR CON SUEÑO O CANSANCIO

La conducción y el sueño no combinan. Cuando está al volante de un automóvil o camión, la fatiga es peligrosa. Si conduce cuando está cansado, su tiempo de reacción será más lento y no estará tan alerta como debe, y su juicio estará afectado. Al igual que las drogas y el alcohol, la somnolencia puede contribuir a una colisión vehicular.

Síntomas de la fatiga

Los investigadores han descubierto que los siguientes síntomas se relacionan con conductores somnolientos:

- Sus ojos se cierran o pierden el foco por sí mismos.
- Le resulta difícil mantener levantada la cabeza.
- Bosteza constantemente.
- Se distrae con facilidad y se siente desconectado.
- No recuerda haber conducido las últimas millas.
- Se desplaza entre los carriles, conduce demasiado cerca del automóvil de adelante o no ve señales de tránsito.
- Tiene que mover el carro repentinamente para volver a su carril.
- Se ha salido del camino y pasa por los vibradores, que producen un ruido fuerte y vibraciones.

¿Quién tiene más riesgo? Todos los conductores que:

- No hayan dormido suficiente o estén fatigados.
- Conduzcan distancias largas sin tomar descansos.
- Conduzcan toda la noche o en horarios en los que normalmente duermen.

- Tomen medicamentos que causen somnolencia, o beban alcohol.
- Conduzcan sin compañía.
- Conduzcan en caminos largos, rurales o aburridos.
- Sean viajeros frecuentes, como personas que hacen viajes de negocios o que conduzcan distancias largas para ir a su trabajo.
- Sean jóvenes: las colisiones por conducir con sueño son más comunes en los jóvenes, que tienden a dormirse más tarde, dormir demasiado poco y conducir de noche.
- Trabajen en turnos: los conductores que tienen horarios de trabajo no tradicionales tienen un mayor riesgo de participar en colisiones vehiculares relacionadas con fatiga.
- Tengan trastornos del sueño no diagnosticados: la presencia de un trastorno del sueño aumenta el riesgo de colisiones. Si descubre que suele sentirse cansado durante el día o si presenta alguno de estos síntomas con regularidad, podría tener un trastorno del sueño y debe buscar atención médica.
- No depender de la radio, una ventana abierta u otros "trucos" para mantenerse despierto.
- Encontrar un lugar seguro para detenerse y tomar un descanso cuando presente síntomas de fatiga.
- Detenerse en un área segura fuera del tráfico y tomar una breve siesta (de 15 a 45 minutos).
- Beber café u otra fuente de cafeína para aumentar su estado de alerta a corto plazo, si lo necesita. (La cafeína tardará unos 30 minutos en llegar al torrente sanguíneo).

NOTA: Consulte el Capítulo 9 para ver más información sobre los peligros de conducir bajo la influencia del alcohol y otras drogas.

USO DE UN TELÉFONO CELULAR O MÓVIL

Un conductor puede distraerse de la conducción segura al usar un teléfono móvil (como un teléfono celular). En el Estado de New York, hablar o escuchar en un teléfono móvil de mano mientras conduce es una infracción de tránsito. Por la primera infracción podría tener que pagar una multa de hasta \$200 y recibir cinco puntos en su licencia. El teléfono puede tenerse en la mano para activar, iniciar o terminar una llamada. Hay excepciones para llamadas en situaciones de emergencia y para policías y otros oficiales de los cuerpos policíacos, personal de bomberos y operadores de vehículos autorizados de emergencia mientras desempeñan sus funciones oficiales. En el Estado de New York, un teléfono móvil con función de manos libres permite que el usuario se comunique sin usar las manos. Un conductor puede usar un teléfono con manos libres en cualquier momento.

Sancciones por enviar o recibir mensajes de texto, uso de un dispositivo electrónico

En el Estado de New York, es ilegal usar dispositivos electrónicos portátiles, como teléfonos celulares y teléfonos inteligentes, para enviar o recibir mensajes de texto o correos electrónicos mientras conduce. La sanción por la primera infracción es una multa de hasta \$200. Una segunda infracción (cometida en menos de 18 meses) es una multa de hasta \$250. Una tercera infracción o infracción subsecuente (todas cometidas en menos de 18 meses) es una multa de hasta \$450. Además, los conductores con licencias junior o que estén a prueba y que usen un teléfono de mano o que envíen o lean mensajes de texto mientras conducen

Medidas para contrarrestar de manera efectiva

Prevención – Antes de iniciar un viaje, debe:

- Dormir suficiente.
- Hacer planes para conducir con un compañero en viajes largos.
- Programar paradas regulares cada 100 millas o dos horas.
- Evitar el alcohol y los medicamentos (tanto recetados como de venta libre) que puedan afectar su desempeño. Consulte a su médico o farmacéutico acerca de los medicamentos que está tomando. El alcohol amplifica la fatiga e incrementa sus efectos.
- No tendrá toda su capacidad cuando esté enfermo o muy cansado. Después de despertarse, espere al menos 15 minutos antes de conducir.

Medidas para conductores somnolientos

Si sospecha que está somnoliento al conducir, debe:

- Reconocer que podría quedarse dormido y que no puede calcular cuándo podría ocurrir.

recibirán una suspensión por 120 días por la primera condena, y una revocación de por lo menos un año por condenas subsecuentes durante los seis meses siguientes a la restauración de su licencia después de una suspensión.

ESTADO DEL VEHÍCULO

Las leyes del Estado de New York ordenan que todos los vehículos registrados en New York aprueben una inspección anual de seguridad, pero esto no significa que sólo debe revisar el equipo de seguridad una vez al año. Siga el manual del propietario de su vehículo para el mantenimiento de rutina. Lleve el vehículo con un mecánico calificado para corregir los problemas lo antes posible. No espere hasta que los problemas mecánicos hagan que el vehículo no funcione o causen una colisión.

Preste especial atención al mantenimiento y la reparación de los frenos, el mecanismo de dirección, las luces, las llantas y el claxon. Apóyese en su manual del propietario y en un mecánico experimentado para tener un vehículo seguro. Es responsabilidad del propietario asegurarse de que el vehículo que conduce es seguro.

A continuación se presentan algunos problemas comunes, y algunas revisiones de equipo que puede llevar a cabo:

FRENOS - Si los frenos hacen que se mueva de lado es posible que estén mojados o que necesiten ser ajustados o reparados. Si están mojados, puede secarlos frenando con suavidad. Si esto no ayuda, lleve su vehículo con un mecánico para que revisen sus frenos. Si nota algún cambio en el funcionamiento de los frenos, llévelos a revisar de inmediato.

DIRECCIÓN - El volante no debe moverse libremente. Si su vehículo tiene dirección hidráulica, revise el nivel de líquido con regularidad. Si escucha un sonido similar a un gemido cuando da una vuelta cerrada, podría tener un problema.

LUCES - Mantenga sus luces limpias y sin tierra, nieve o hielo. Las cubiertas rotas pueden causar reflejos peligrosos para otros conductores, así que reemplácelos lo antes posible. Asegúrese de que sus faros delanteros estén ajustados correctamente para darle la mejor visibilidad del camino.

LLANTAS - La ley ordena que sus llantas tengan una profundidad de piso mínima de $\frac{3}{32}$ de pulgada (16 cm). La mayoría de las llantas para vehículos de pasajeros y camiones ligeros tienen indicadores llamados "barras de desgaste" que aparecen en los surcos de la llanta

cuando se alcanza la profundidad de piso mínima. Puede revisar la profundidad de piso con una moneda de un centavo. Sujete un centavo con el cuerpo de Abraham Lincoln entre su índice y pulgar. Coloque la cabeza de Lincoln dentro del surco que parezca más profundo. ¿Puede ver toda su cabeza? Si la respuesta es sí, sus llantas están demasiado desgastadas; no conduzca con ellas y reemplácelas. También es ilegal conducir con llantas que tengan cortes hasta las cuerdas, bultos o chipotes. Consulte su manual del propietario o acuda a una llantera para averiguar la presión correcta de sus llantas, y revísela con regularidad usando un medidor de presión confiable.

VIDRIOS - Mantenga sus ventanas limpias y transparentes. Cambie los limpiaparabrisas desgastados. Mantenga sus desempañadores delantero y trasero en buenas condiciones y asegúrese de que hay suficiente líquido limpiaparabrisas en el depósito. Debe reparar o reemplazar cualquier vidrio roto o estrellado.

CLAXON - Su claxon es un equipo de seguridad importante que puede ser su único medio de advertirle a otros conductores o a peatones sobre posibles problemas. Si su claxon no funciona, repárelo lo antes posible. Debe usarlo correctamente, y no para expresar ira a otros conductores o peatones.

PREGUNTAS

Antes de avanzar al Capítulo 9, asegúrese de que puede contestar estas preguntas:

- ¿Siempre debe ver directamente al frente mientras conduce?
- Si no hay una señal con el límite de velocidad, ¿cuál es la velocidad máxima a la que puede conducir legalmente en la Ciudad de New York?
- ¿Siempre es seguro conducir al límite de velocidad asignado?
- ¿Cuál es el objetivo de los límites de velocidad mínima?
- ¿Quiénes tienen que usar cinturones de seguridad? ¿Quiénes deben usarlos?
- ¿Cómo puede evitar la fatiga en un viaje largo?
- ¿Qué es la ira vial? ¿Cómo puede evitar verse involucrado en un incidente de ira vial?
- ¿Cómo debe conducir de manera segura en una zona de trabajo? ¿En una rotonda?