

PROGRAMA DE MEJORA PARA CONDUCTORES

Elija estar seguro. En cada viaje. A cada momento.

¿QUÉ HACÍA ENTRE LAS 6:00 AM Y LAS 9:00 AM?

Durante las horas pico en la mañana, probablemente se levantó, se lavó los dientes, se preparó para ir al trabajo o a la escuela, desayunó algo y manejó hacia el trabajo o la escuela.



TODAS LAS MAÑANAS, DURANTE LAS HORAS PICO Y EN PROMEDIO, LOS CONDUCTORES



Provocan 1,500 colisiones graves.



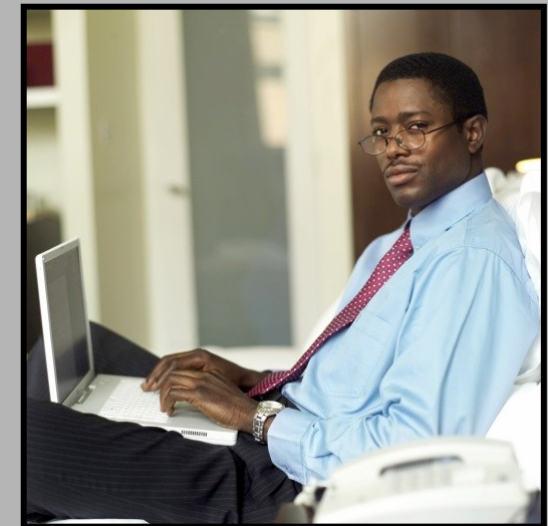
Matan a 16 personas.



Provocan gastos, para ellos y para otros conductores, de \$27,000,000.

¿QUÉ HACÍA ENTRE LAS 4:00 PM Y LAS 7:00 PM?

Es posible que estuviera terminado su día y que se estuviera preparando para regresar a casa o para recoger a sus familiares de la escuela o del trabajo.



TODAS LAS TARDES, DURANTE LAS HORAS PICO Y EN PROMEDIO LOS CONDUCTORES



Provocan 1,500 colisiones graves.



Provocan gastos, para ellos y para otros conductores, de \$ 27,000,000.



Matan a 16 personas.

En promedio, **100 personas mueren todos los días en colisiones** por todo estados unidos.



¿POR QUÉ ESTOY AQUÍ?

Acumuló 5 puntos o más en el sistema de puntos de Maryland,

o

Lo multaron por una infracción de tránsito mientras tenía una licencia provisional o un permiso de aprendiz de manejo,

o

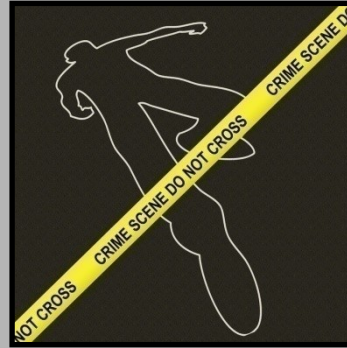
El sistema judicial le puede haber ordenado que asistiera

y

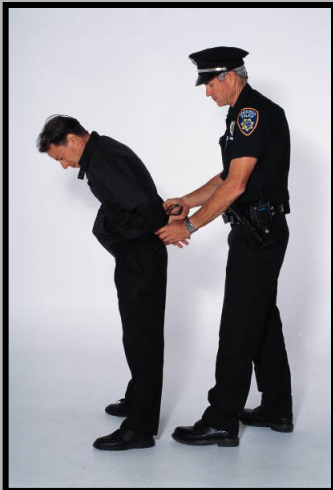
**Si no termina de tomar esta clase, perderá su
PRIVILEGIO DE CONDUCIR DE MANERA TEMPORAL,**

PERO

Si no cambia la forma en que está conduciendo...



PUEDE MATAR A ALGUIEN.



OBJETIVOS DEL PROGRAMA DE MEJORA PARA CONDUCTORES

- Definir los puntos y las leyes relacionadas con su historial de conducción.
- Describir comportamientos no seguros o peligrosos.
- Definir la conducción segura.
- Evaluar sus propios hábitos de manejo para ver cómo puede mejorar.
- Elija estar seguro, todo el tiempo, en cada viaje.



SU HISTORIAL DE CONDUCCIÓN EN MARYLAND



¿Cuál es mi historial de conducción en Maryland?

¿Qué significa mi historial de conducción?

¿Por qué es importante?

¿ESTÁ AQUÍ PORQUE TIENE PUNTOS EN SU EXPEDIENTE?

¿CUÁL ES MI HISTORIAL DE CONDUCCIÓN?



Su historial de conducción es una lista de todo lo que ha hecho mientras conduce:

- cualquier condena,
- cualquier suspensión,
- cualquier infracción por DUI o DWI, incluyendo negarse a someterse a una prueba de sobriedad,
- cualquier cancelación y
- una lista de todos los puntos que ha acumulado por condenas.

¿QUÉ SON LOS PUNTOS?

Los puntos son la forma en que el Departamento de Vehículos de Motor MDOT lleva un control de sus infracciones de tránsito e indica qué tan severa fue la infracción.

Por ejemplo:

Exceso de velocidad de 1 a 9 mph punto	1
Exceso de velocidad de 10 mph o más puntos	2
Seguir muy cerca para las condiciones puntos	2
No detenerse cuando un autobús tiene las luces rojas parpadeando puntos	3
Exceso de velocidad de 20 mph o más en una zona de 65 puntos	5

Para mayor información sobre los puntos, por favor visite la página web de MDOT MVA.

¿CÓMO ACUMULO PUNTOS?



Después de que lo condenan en el tribunal por una infracción de tráfico O envía su multa por correo, se añaden puntos a su historial de conducción.

Si recibió varias multas al mismo tiempo, solo

- **Recibirá los puntos para la infracción más severa,**
- **PERO... todas las condenas estarán en su historial.**

**Cometer
infracciones
de tránsito**

**Condenado en un
tribunal o envía la
multa por correo**

**Se ponen
puntos en su
registro**

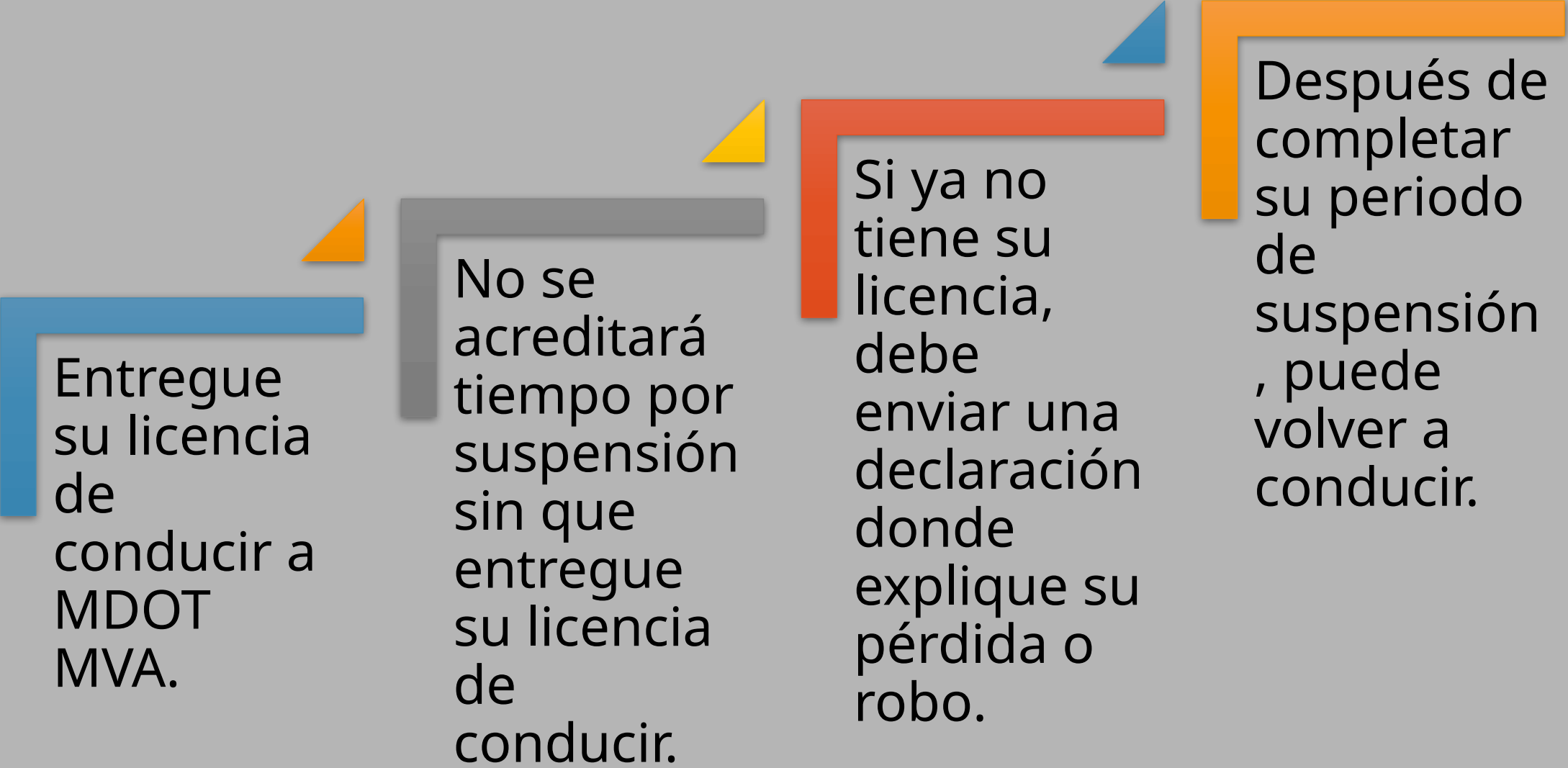
**8 puntos
Suspensión**

**5 a 7 puntos
Mejora para
conductores**

**3 puntos
Advertencia**

**12 puntos
Anulación**

**¿POR QUÉ
IMPORTAN
LOS PUNTOS?**



Entregue su licencia de conducir a MDOT MVA.

No se acreditará tiempo por suspensión sin que entregue su licencia de conducir.

Si ya no tiene su licencia, debe enviar una declaración donde explique su pérdida o robo.

Después de completar su periodo de suspensión, puede volver a conducir.

¿QUÉ DEBO HACER SI SUSPENDEN MI LICENCIA?

¿QUÉ DEBO HACER SI SUSPENDEN MI LICENCIA Y QUIERO UNA AUDIENCIA?

Llene y regrese la solicitud de audiencia y el pago del derecho de presentación dentro de 15 días después de la fecha del aviso.

Una vez que se hayan recibido la solicitud y el pago, se levantará la suspensión de manera temporal hasta que se lleve a cabo la audiencia.

La Oficina de Audiencias Administrativas (OAH, por sus siglas en inglés), que lleva a cabo la audiencia por suspensión, le enviará un aviso con la fecha, la hora y el lugar.

Asista a la audiencia con un abogado, si desea contratar uno.

Cumpla todas y cada una de las restricciones impuestas por el juez.

¿QUÉ PASA SI SUSPENDIERON O ANULARON MI LICENCIA POR INFRACCIONES RELACIONADAS CON EL ALCOHOL?

Le pueden permitir su participación para un dispositivo de traba del encendido, si califica.

- Podrá continuar conduciendo, pero con restricciones.**
- Tendrá que pagar cualquier capacitación adicional o tratamiento.**
- Tendrá que pagar la instalación de los dispositivos de traba del encendido en su vehículo.**
- Lo pueden recomendar para evaluaciones adicionales, tratamiento y monitoreo continuo de cómo conduce.**

ANULACIÓN

- Cuando acumule 12 puntos, le enviarán una carta de anulación.
- Le darán 15 días para solicitar una audiencia y tendrá que pagar los costos legales antes de asistir.
- Los periodos de anulación pueden variar, pero los tiempos mínimos son:
 - Primera anulación... Sin derecho durante 6 meses
 - Segunda anulación... Sin derecho durante 12 meses
 - Tercera anulación... Sin derecho durante 18 meses
 - Cuarta anulación... Sin derecho durante 24 meses
- Los créditos para terminar su anulación no comienzan hasta que MDOT MVA recibe su licencia.
- Antes de que le regresen su licencia, debe asistir al Programa de mejora para conductores y también debe terminar otros programas educativos o de tratamiento.
- También tendrá que presentar un examen de conocimiento y habilidades en MDOT MVA antes de obtener una licencia nueva.



¿IMPORTA SI SUSPENDEN O ANULAN MI LICENCIA?

Es extremadamente caro.

Tendrá que pagar las cuotas, multas, costos de seguro más altos, costos de transporte más altos y costos de los programas de tratamiento.

La mayor parte de esto tendrá que ser pagado por usted o su familia para producir.

Es sumamente incómodo.

Tendrá que utilizar el transporte público o la familia o taxis para llegar a los lugares.

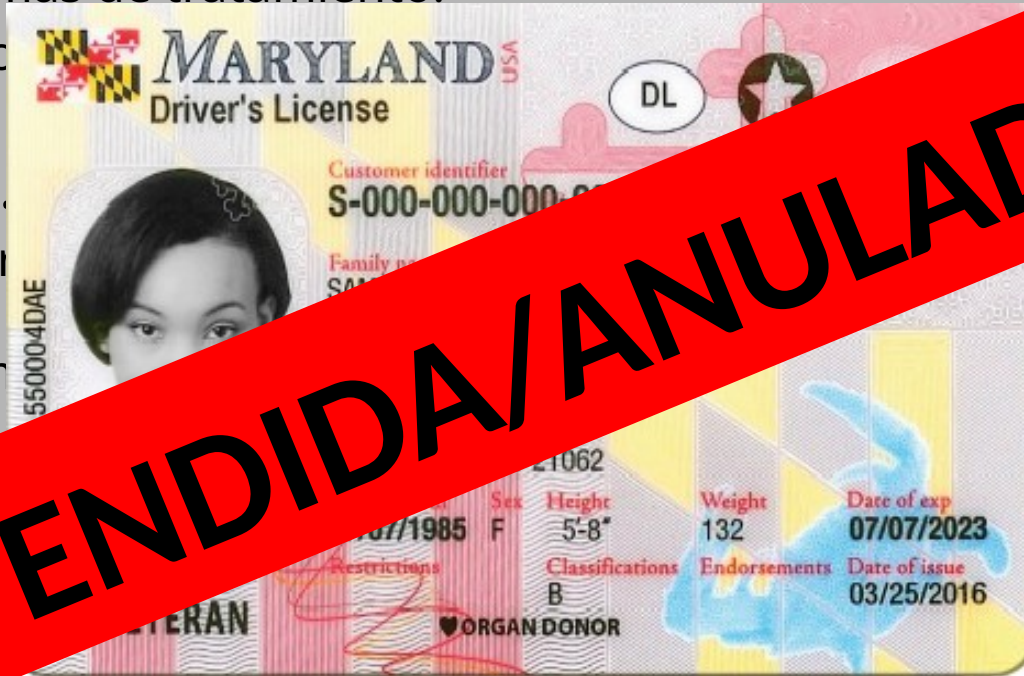
Tendrá que tomar tiempo libre de su trabajo, a los programas de tratamiento o a MDOT.

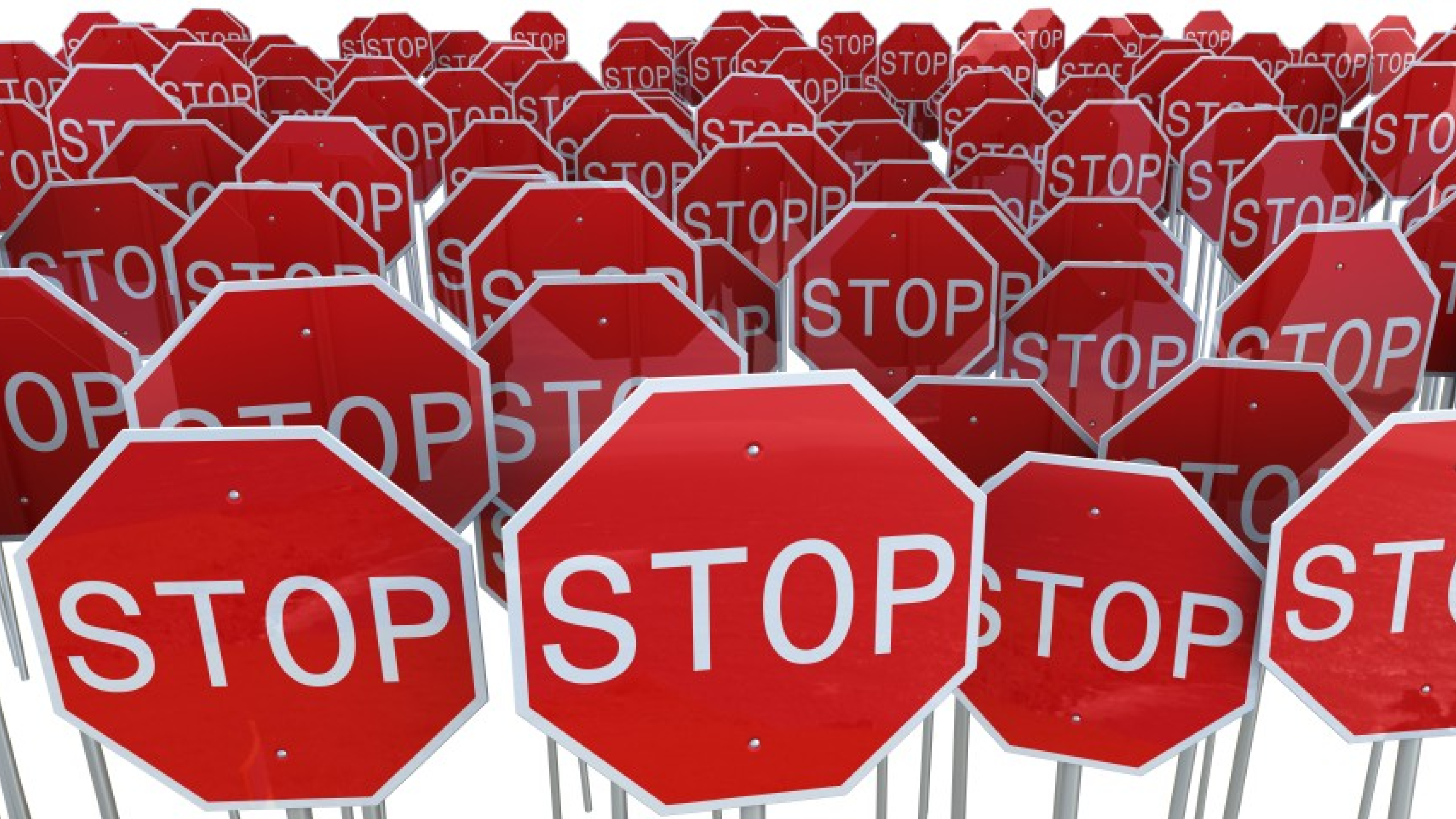
Es totalmente...

Las acciones de suspensión o anulación de la licencia incluyen... al uso del alcohol o drogas, no se pueden borrar de su historial de conductores.

Puede que haya provocado que le prohíban para siempre realizar trabajos que requieren que maneje, aún cuando sea casual.

SUSPENDIDA/ANULADA





¿UNA SUSPENSIÓN O UNA ANULACIÓN IMPORTA?

Si me anularon o suspendieron en Maryland, puedo simplemente ir a otro estado y obtener una licencia nueva.



¡NO!

La mayoría de los estados participan en un convenio interestatal que les permite compartir información sobre su historial de conducción, suspensiones, condenas por conducir bajo la influencia y anulaciones.

**¡UN SOLO HISTORIAL DE CONDUCCIÓN
DONDEQUIERA QUE VAYA!**



**¿Cómo irá de un lugar a otro sin su licencia?
¿Cómo llegará al trabajo, a la escuela o a su
casa?**

¿SE PUEDE LIMPIAR MI HISTORIAL ALGÚN DÍA?

¿Cómo se eliminan los puntos de mi historial?

La mayoría de las infracciones dejan de estar activas en su historial después de dos años.

Los cuerpos policiales y el sistema de tribunales los continuarán viendo en su historial.

Una vez que elija conducir de manera segura, y que continúe conduciendo de manera segura, se puede borrar su historial.

Recuerde que algunos tipos de condenas no se pueden eliminar. Los puntos desaparecen pero las condenas quedan siempre en su historial.

UNA PRUEBA RÁPIDA

¿Cuántos puntos debe acumular antes de que asista al Programa de mejora para conductores?

5, 6 o 7 puntos

¿Cuántos puntos debe acumular antes de que suspendan su licencia?

8 puntos

¿Cuántos puntos debe acumular antes de que anulen su licencia?

12 puntos

¿Otro tipo de conductores deben asistir al Programa de mejora de conductores?

Sí, los conductores con licencia provisional o con permiso de aprendiz con condena por infracción de tránsito.

UNA PRUEBA RÁPIDA

¿Cuál es la diferencia entre suspensión y anulación?

Suspensión significa que todavía tiene el privilegio de conducir y debe de haber entregado su licencia, pero no puede conducir de manera legal temporalmente.

Anulación significa que ya no tiene licencia y tendrá que probar que es un conductor seguro para recuperarla.

¿Una persona puede conducir cuando su licencia está suspendida por cualquier razón?

¡NO! Si su licencia está suspendida (o anulada) no debe conducir por ninguna razón.

¿Cuáles son algunas de las posibles consecuencias por tener muchos puntos?

Costo de seguro más algo o no poder obtener un seguro

Costos del tribunal

Cuotas de MDOT MVA para clases, licencias nuevas y cuotas generales

Pérdida de empleo

¿POR QUÉ CONDUCIR DE FORMA SEGURA?



¿A quién conoce que conduce todos los días?



COMPORTAMIENTOS PELIGROSOS CUANDO CONDUCE

CONDUCIR DE MANERA PELIGROSA

Conducir agresivamente

Conducir distraído

Conducir alterado

Exceso de velocidad



A man is driving a car, looking out the window with a frustrated expression, shouting and gesturing with his hands. The background is blurred, suggesting high speed. The car's side mirror is visible in the foreground.

**ELIJA ESTAR SEGURO:
NO CONDUZCA DE FORMA AGRESIVA**

¿QUIÉN ES UN CONDUCTOR AGRESIVO?

Cualquier conductor que haga que los conductores que están a su alrededor se preocupen por su seguridad y la seguridad de sus pasajeros



¿ES USTED UN CONDUCTOR AGRESIVO?

ELIJA NO SER UN CONDUCTOR AGRESIVO: ACTITUD AGRESIVA





**SIEMPRE QUE ES AGRESIVO,
ESTÁ A PUNTO DE COMETER UN ERROR.**

- MARIO ANDRETTI

¿QUÉ SIGNIFICA ESO?



despacio.

LA CONDUCCIÓN AGRESIVA: ACCIONES AGRESIVAS

¿Conduce como si tuviera prisa, se cambia de carril frecuentemente y trata de dejar a los otros conductores seguros atrás?

¿Va demasiado cerca de los conductores más lentos que se niegan a cambiarse de carril?

¿Se pasa los semáforos en rojo o ignora las señales de tráfico?

¿Se detiene en donde debe y donde se supone deb hacerlo?

¿Se pasa los límites de velocidad?



¿Qué debe hacer en estas situaciones?

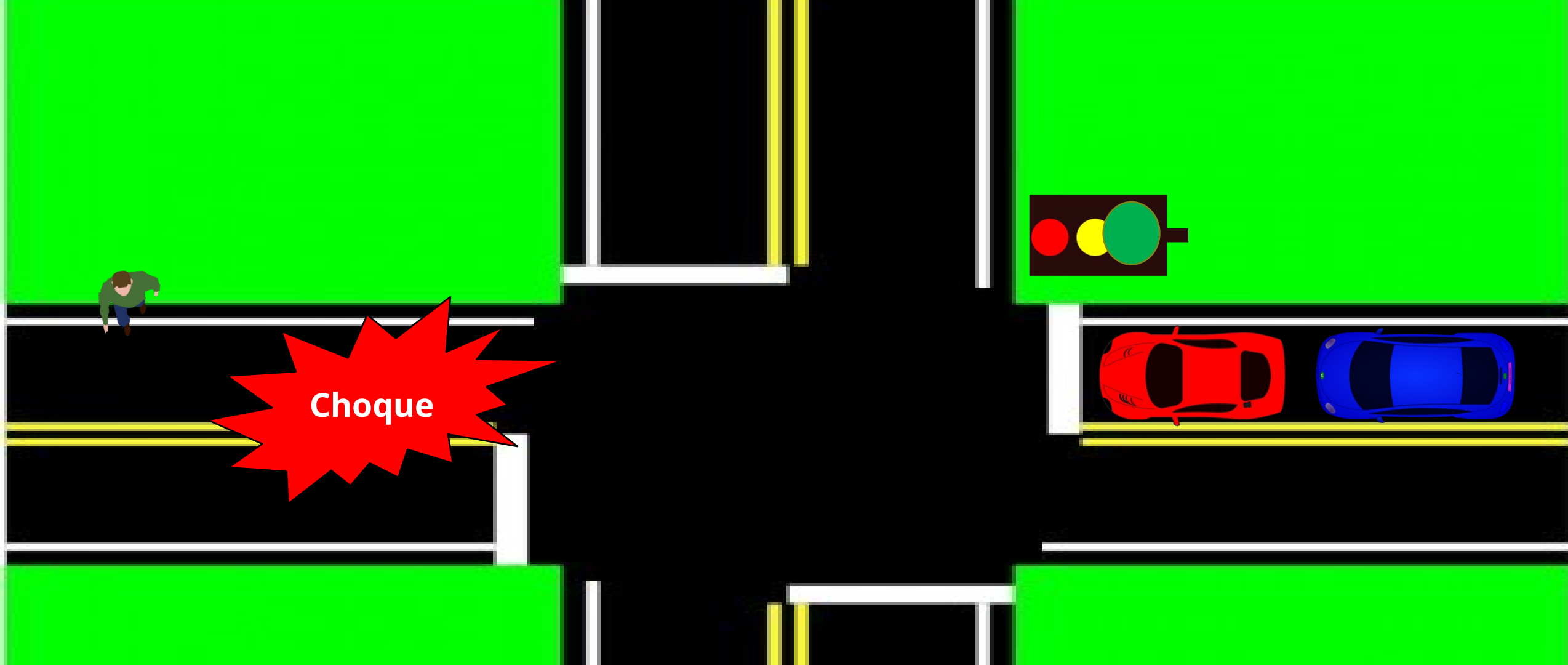
LA CONDUCCIÓN AGRESIVA: CAMBIOS FRECUENTES DE CARRIL

¿Por qué es peligroso cambiarse de carril frecuentemente?

- ¿Revisó todos sus espejos y puntos ciegos cada vez que se cambió de carril?
- ¿Utilizó las direccionales para que los conductores alrededor suyo supieran lo que iba a hacer?
- ¿Se aseguró de que había suficiente espacio entre los vehículos para cambiarse de carril?
- Si no lo hizo, esos cambios de carril lo ponen a usted, sus pasajeros y a las personas a su alrededor en peligro.



¿Realmente va a llegar más rápido que las personas que están a su alrededor?



**LA CONDUCCIÓN AGRESIVA:
¿SE PUDO HABER EVITADO ESTE CHOQUE?**

¿CUÁNTO TIEMPO TARDA SU VEHÍCULO EN DETENERSE?

A 25 millas por hora

27 pies para reaccionar

32 pies para detenerse

59 pies en total

A 35 millas por hora

38 pies para reaccionar

63 pies para detenerse

101 pies en total

A 45 millas por hora

50 pies en reaccionar

104 pies para detenerse

154 pies en total

Seguir demasiado cerca es peligroso





ELIJA ESTAR SEGURO: MANTENGA LA DISTANCIA CORRECTA Y NO VAYA DEMASIADO CERCA

La distancia de seguridad correcta es de 3 a 4 segundos.

La distancia de seguridad se debe aumentar en condiciones de mal clima o cualquier otra condición que haga que detenerse sea difícil.

Si va detrás de un camión o tiene visibilidad limitada, debe aumentar la distancia de seguridad.

LA CONDUCCIÓN AGRESIVA: NO OBEDECER LAS SEÑALES DE TRÁFICO

¿Qué está en peligro?

El letrero indica “No dar vuelta en rojo”, pero va tarde y decidió dar la vuelta de cualquier manera.

Los letreros que indican “No dar vuelta en rojo” se utilizan en áreas donde hay muchos peatones o en calles muy transitadas. Si da vuelta, corre el riesgo de atropellar a un peatón o de involucrarse en un choque con otro vehículo.

El semáforo está cambiando de amarillo a rojo. ¿Por qué no puedo nada más pasarme?

En el año 2015, murieron 771 personas y más o menos 137,000 sufrieron lesiones en choques que involucraban pasarse un semáforo en rojo. Más de la mitad de esas muertes fueron de peatones, ciclistas y personas en otros vehículos a los que chocaron personas que se pasaban el semáforo en rojo.

El auto de enfrente de mí se detuvo en un alto y yo me detuve detrás de él. ¿Qué no puedo nada más seguir?

Todos los conductores se deben detener en un letrero de alto. Necesitan revisar y asegurarse que es seguro seguir.

El semáforo está parpadeando sólo en rojo. ¿Por qué no puedo solo ignorarlo y continuar por la intersección?

Los conductores deben tratar los semáforos parpadeando en rojo como un letrero de alto.

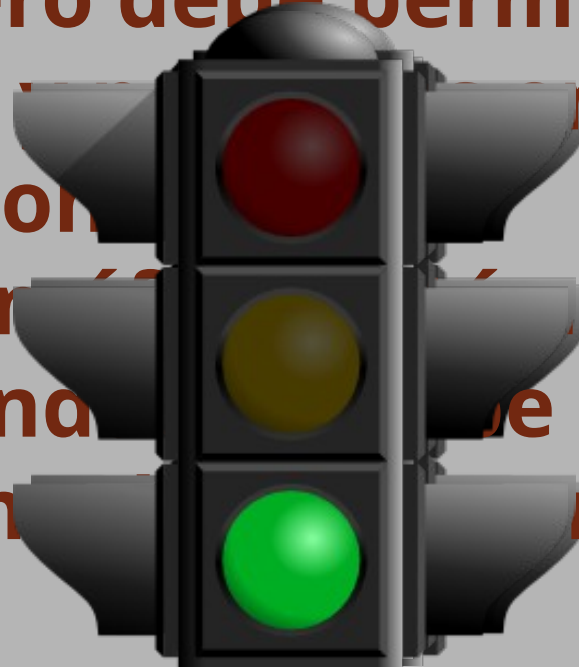
¿ESTOS DOS CONDUCTORES PUDIERON HABER EVITADO ESTA COLISIÓN?

ELIJA ESTAR SEGURO: OBEDEZCA LAS SEÑALES DE TRÁFICO

Rojo – el tráfico en movimiento se debe detener y mantenerse sin mover todo el tiempo que el semáforo esté en rojo.

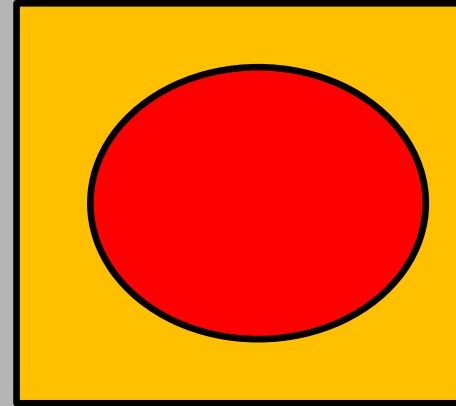
Verde – el tráfico se debe mover en dirección al semáforo, pero debe permitir que pasen otros vehículos y peatones en la intersección o cruce de peatones.

Amarillo – el semáforo está a punto de cambiar y el conductor debe salir de la intersección o no entrar.

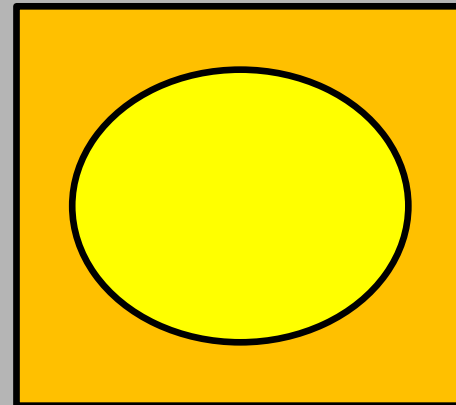


ELIJA ESTAR SEGURO: OBEDEZCA LOS SEMÁFOROS PARPADEANDO

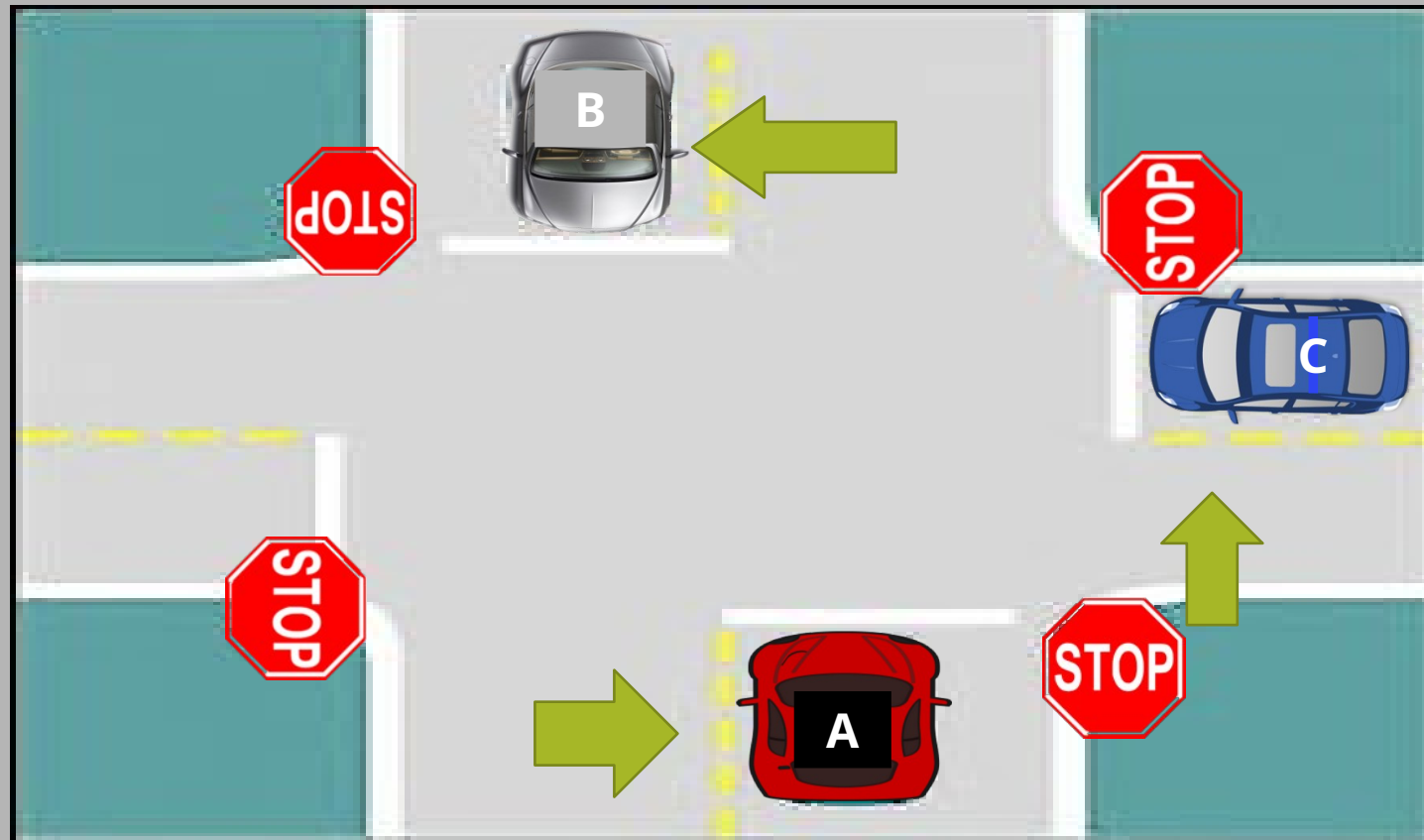
Parpadeando en rojo: el conductor se debe detener antes de entrar en la intersección.



Parpadeando en amarillo: el conductor debe bajar la velocidad y proseguir con precaución cuando pase por la intersección.



ELIJA ESTAR SEGURO: DETÉNGASE DE LA FORMA CORRECTA



¿Este auto todavía se tiene que detener en el letrero de alto?

Si los tres autos llegaron al mismo tiempo y usted está en el AUTO A, ¿quién debe pasar primero?

ELIJA ESTAR SEGURO: CÓMO DAR VUELTA DE FORMA SEGURA

- **Haga las señalizaciones apropiadas**
- **Revise los letreros, semáforos y marcas en el pavimento para asegurar que puede dar la vuelta que desea dar.**
 - **¿Se permiten las vueltas a la derecha?**
 - **¿Le está permitido cambiarse de un carril a otro?**
 - **¿Hay algún carril "protegido" para dar vuelta?**
- **Revise si hay otros usuarios en la vía.**
- **Cámbiese al carril correcto para dar la vuelta y continúe revisando en sus espejos y puntos ciegos mientras da la vuelta.**
- **Baje la velocidad para dar vuelta a una velocidad segura.**
- **Continúe cediendo el paso conforme sea necesario.**

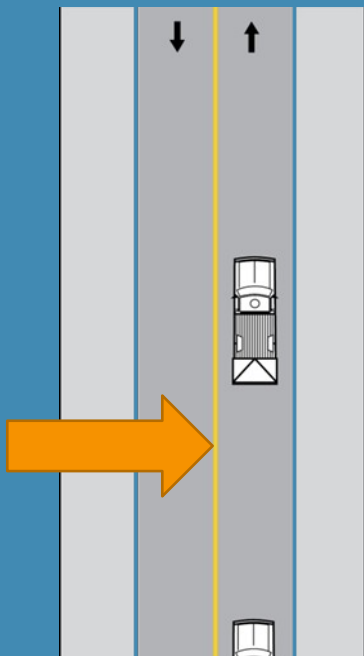
¿CÓMO PUEDE DAR VUELTA DE FORMA SEGURA CADA UNO DE LOS AUTOS?



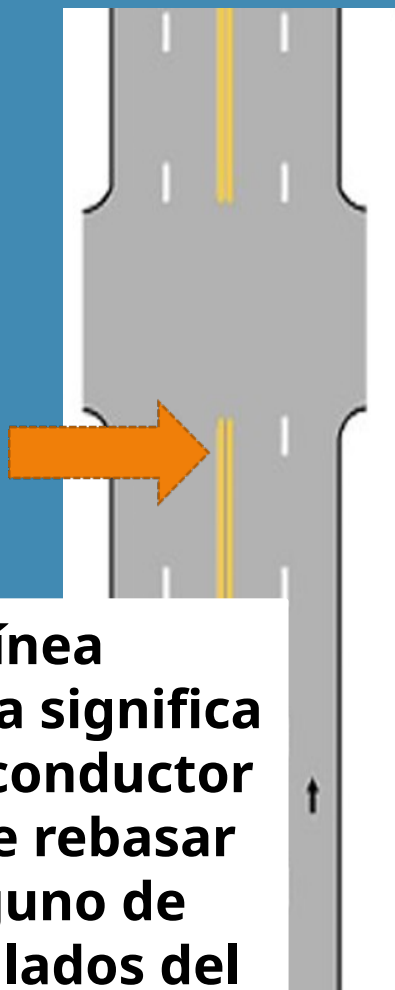
¿QUÉ OTROS USUARIOS DE LA VÍA PÚBLICA HAY AHÍ?

¿CUÁLES AUTOS REPRESENTAN UN PELIGRO?

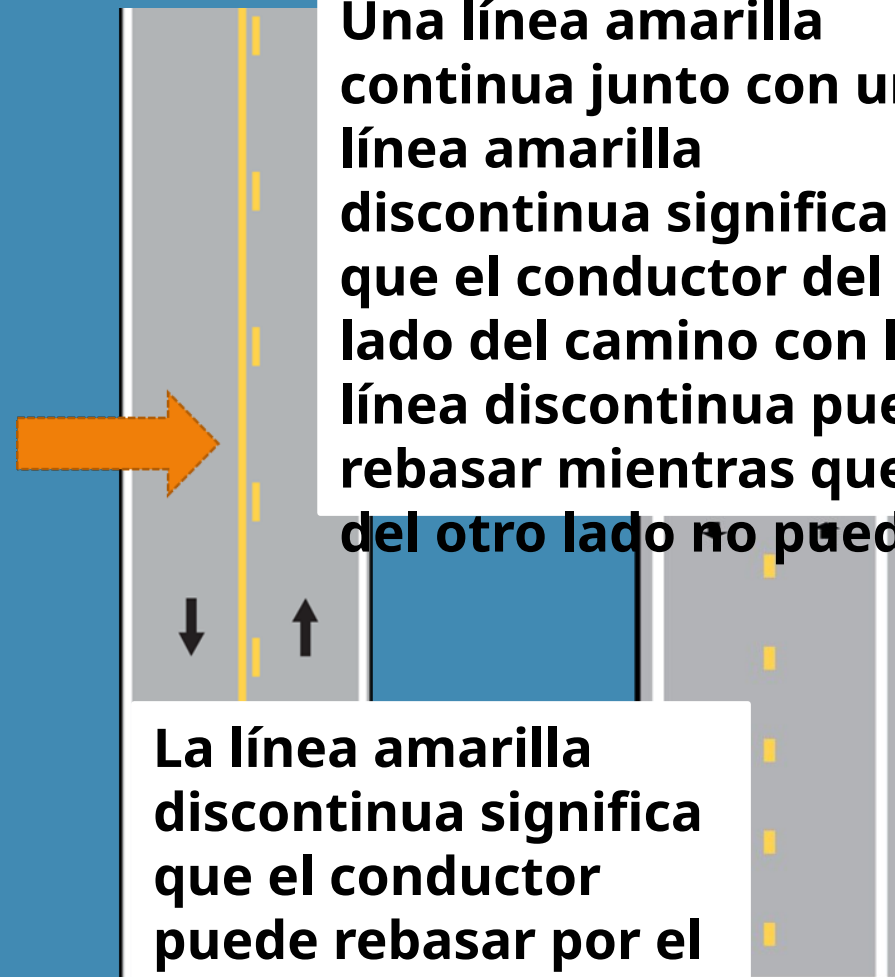
ELIJA ESTAR SEGURO: OBEDEZCA LAS MARCAS EN EL PAVIMENTO - LAS LÍNEAS AMARILLAS



Una sola línea amarilla significa que el conductor no debe rebasar en ningún lado del camino.



Doble línea amarilla significa que el conductor no debe rebasar de ninguno de los dos lados del camino.



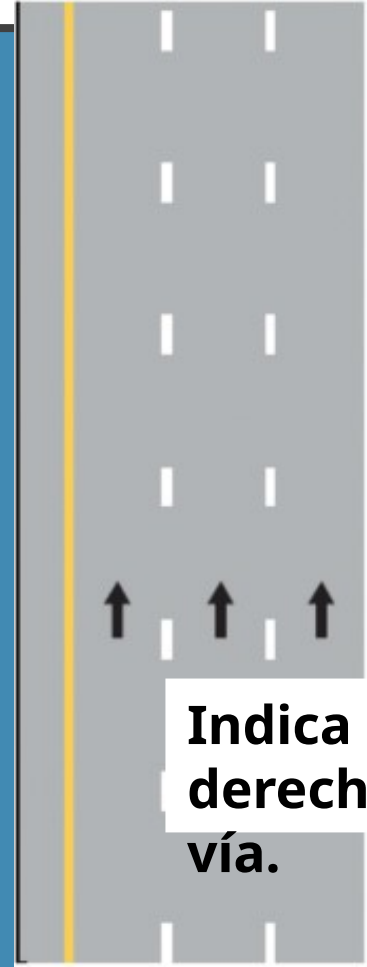
Una línea amarilla continua junto con una línea amarilla discontinua significa que el conductor del lado del camino con la línea discontinua puede rebasar mientras que el del otro lado no puede.

La línea amarilla discontinua significa que el conductor puede rebasar por el otro lado del camino.

ELIJA ESTAR SEGURO: OBEDEZCA LAS MARCAS EN EL PAVIMENTO - LAS LÍNEAS BLANCAS



Separa los carriles que viajan en el mismo sentido. No se recomienda cruzar, pero está permitido.



Indica el lado derecho de la vía.



LA CONDUCCIÓN AGRESIVA: EMOCIÓN SOBRE SEGURIDAD



Cualquier emoción fuerte, como excitación, estrés o enojo, puede provocar que pierda la concentración.



El enojo solo puede llevar a que conduzca agresivo.

CONDUCTORES AGRESIVOS: MÁS QUE UN RIESGO PARA LA SEGURIDAD

Los conductores agresivos muestran desprecio por los otros conductores y por el sentido común básico detrás del volante y...

TAMBIÉN ESTÁN VIOLANDO LA LEY.

Cometer tres infracciones de tránsito al mismo tiempo es la definición legal de conducir de forma agresiva.



Importantes indicadores de ilegalidad:

Conducir demasiado cerca

Cambio de carril poco seguro

Ir a exceso de velocidad

Pasarse el semáforo en rojo y los letreros de alto

UNA PRUEBA RÁPIDA

¿Qué es la conducción agresiva?

- Hacer cualquier cosa que haga que otros conductores o sus pasajeros tengan miedo o que incluso se sientan incómodos.
- Legalmente, es cualquier momento que un conductor comete tres infracciones de tránsito al mismo tiempo.

¿Cuáles son algunos ejemplos de acciones agresivas? ¿Por qué esas acciones son peligrosas e ilegales?

- Seguir demasiado cerca – puede no darle suficiente tiempo al conductor para ajustar su velocidad o puede provocar un choque
- Cambiarse de carril varias veces – el conductor puede no revisar los espejos o puntos ciegos y puede provocar un choque
- Cambio de varios carriles – el conductor puede no revisar los espejos o puntos ciegos y puede provocar un choque
- Exceso de velocidad – el conductor puede no poderse detener a tiempo para evitar una colisión
- Pasarse el semáforo en rojo – es ilegal y puede provocar un choque cuando cruza el tráfico que va en la otra dirección



ELIJA NO CONDUCIR DISTRAÍDO

¿QUÉ PIENSA?

¿Qué le pasó realmente a Jacy y a su familia?

¿Cuáles son algunas de las razones por las que la gente en el video consideraba aceptable enviar textos mientras conducían?

¿Usted como conductor alguna vez usó las excusas que la gente del video utilizó?

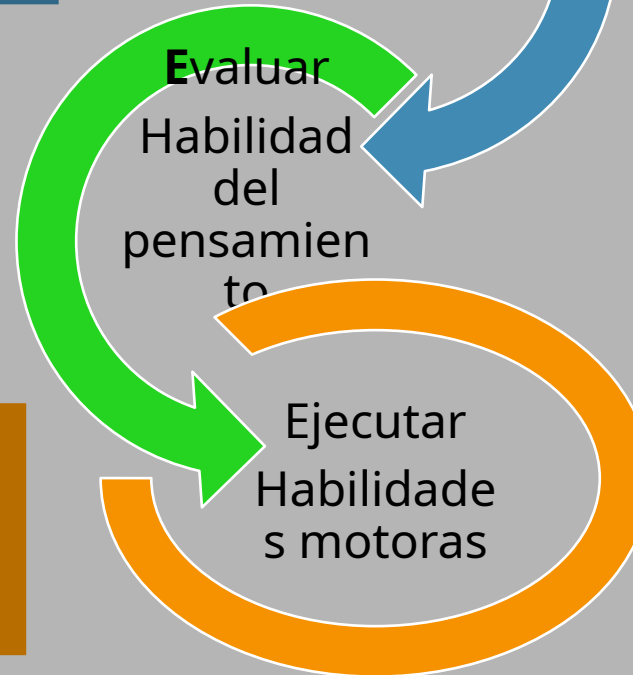
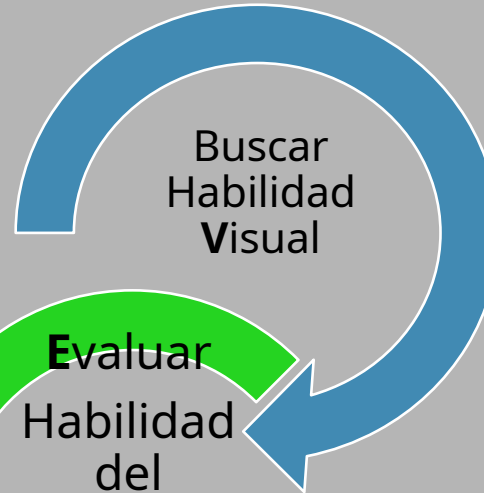
Una vez que vio el costo de las decisiones que se describen en el video, ¿las excusas parecen ser válidas?

¿Cómo se sentiría si fuera Jacy? ¿Cómo se sentiría si fuera el conductor que provocó el choque?

¿Por qué es peligroso enviar textos (o cualquier distracción)?

Para conducir seguro, debe V.E.R.

¿Qué habilidades visuales se usan cuando conduce?



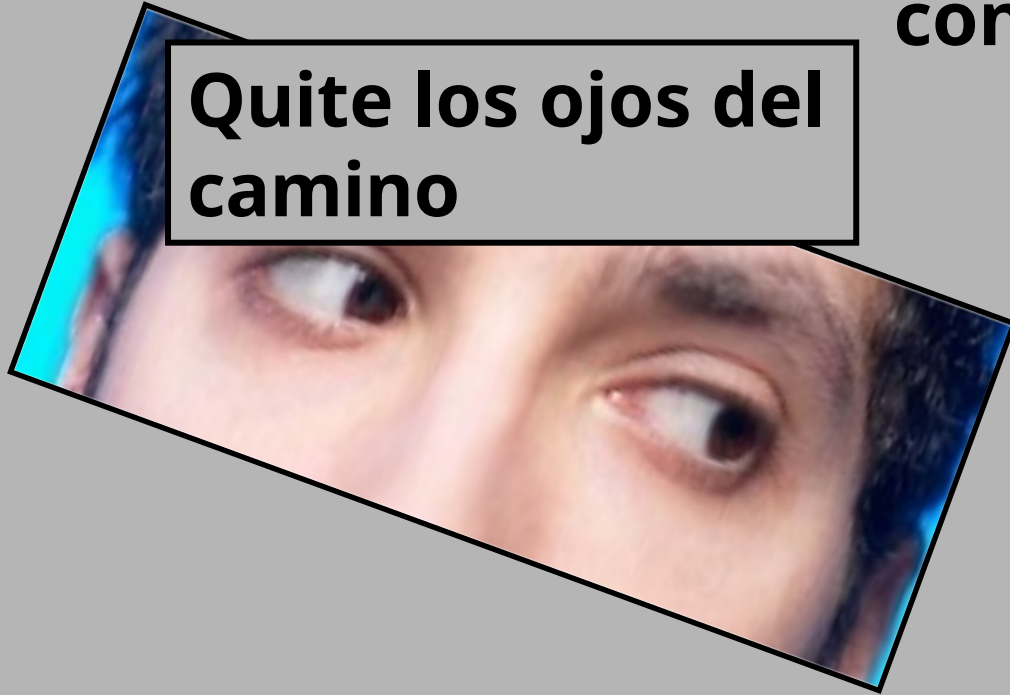
¿Qué habilidades de pensamiento se usan cuando conduce?

¿Qué habilidades motoras se usan cuando conduce?

O DE OTRA MANERA...

Cualquier distracción puede provocar que el conductor

Quite los ojos del camino



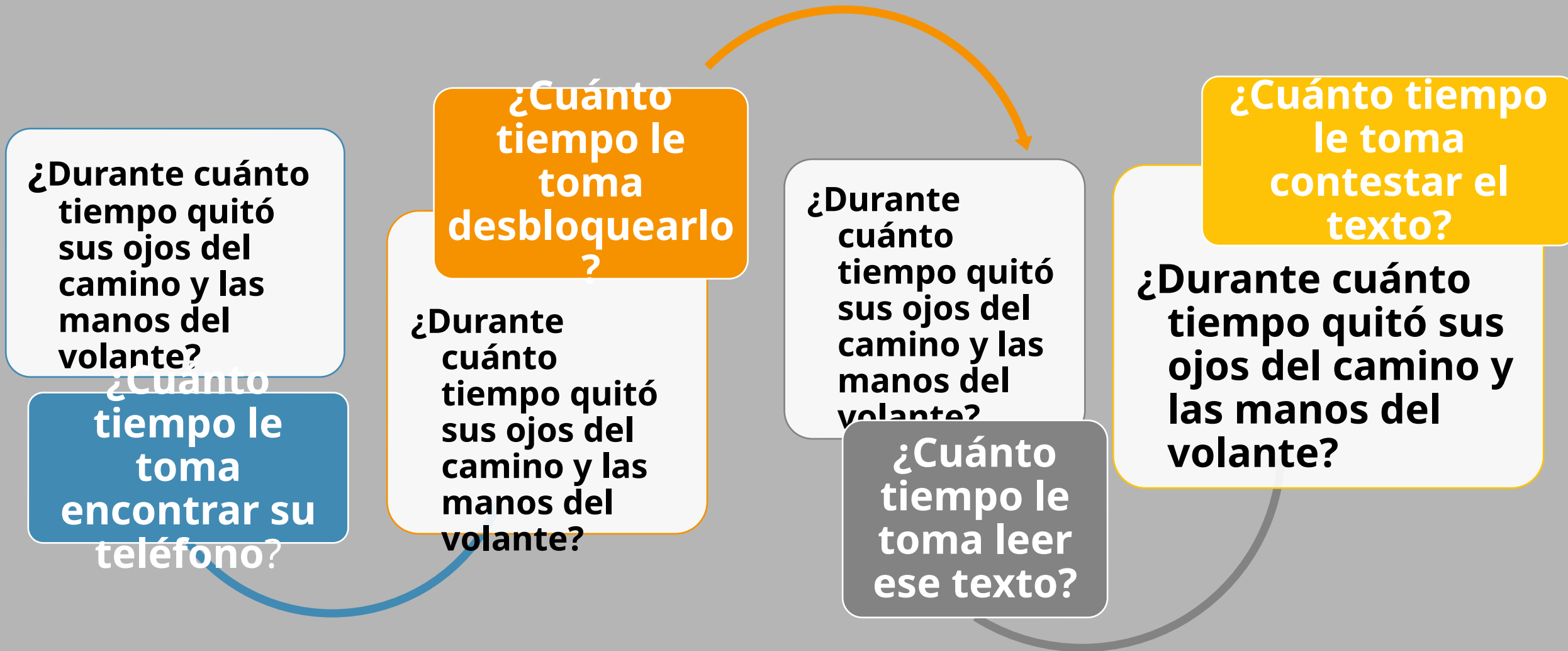
Quite las manos del volante



Desvíe su mente de conducir



¿QUÉ TAN PELIGROS ES ESE TEXTO?



¿CUÁNTO TIEMPO LE TOMA REALIZAR CADA PASO?

ENTONCES, ¿CUÁNTO AVANZÓ VIENDO SU TELÉFONO?

A 25 mph

40 pies por seg.

Durante 7 seg.

Avanzó 280 pies

A 35 mph

51 pies por seg.

Durante 7 seg.

Avanzó 357 pies

A 65 mph

95 pies por seg.

Durante 7 seg.

Avanzó 665 pies

**AVANZÓ LA DISTANCIA DE UN CAMPO DE FÚTBOL
AMERICANO... A CIEGAS.**



LAS DISTRACCIONES NO TIENEN QUE SER TECNOLÓGICAS

**Cualquier cosa que haga
que sea imposible para el
conductor puede V.E.R.
(Buscar Evaluar Realizar)
es una distracción y un
peligro.**



ELIJA ESTAR SEGURO: ¿CUÁL ES LA LEY DE MARYLAND?

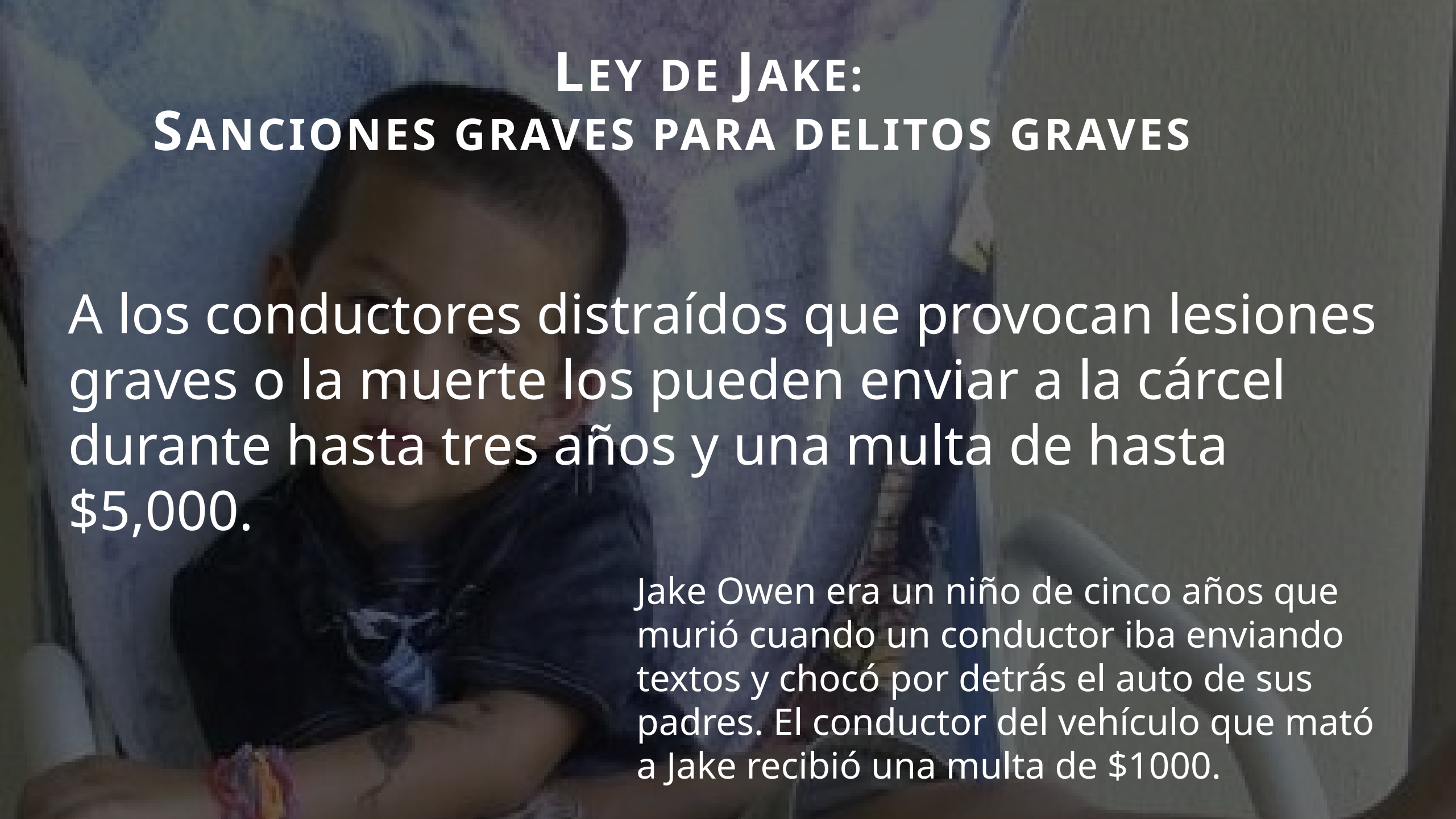
De acuerdo a la ley de Maryland, una persona no debe usar un dispositivo para enviar mensajes para **ESCRIBIR, ENVIAR O LEER** un mensaje de texto o un mensaje electrónico mientras opera un vehículo de motor en la porción de viaje de una vía. Ley de transporte 21-1124.1



ELIJA ESTAR SEGURO: ¿CUÁL ES LA LEY DE MARYLAND?



- Un conductor de un auto que está en movimiento no debe utilizar sus manos para hacer uso de un teléfono portátil (celular) que no sea para iniciar o terminar una llamada por celular o para encender o apagar un teléfono.
- Infracción principal que significa que deben detener y citar al conductor si un oficial lo observa usando un teléfono celular.
- Es ilegal para los conductores de menos de 18 años, aún cuando utilicen un dispositivo de manos libres.

A young boy with dark hair, wearing a dark blue shirt, is sitting in a car seat. He is looking towards the camera with a slight smile. The background is slightly blurred, showing the interior of a car.

LEY DE JAKE: SANCIONES GRAVES PARA DELITOS GRAVES

A los conductores distraídos que provocan lesiones graves o la muerte los pueden enviar a la cárcel durante hasta tres años y una multa de hasta \$5,000.

Jake Owen era un niño de cinco años que murió cuando un conductor iba enviando textos y chocó por detrás el auto de sus padres. El conductor del vehículo que mató a Jake recibió una multa de \$1000.

UNA PRUEBA RÁPIDA

¿Qué es una distracción cuando se está conduciendo? Y ¿Por qué son peligrosas?

Una distracción es cualquier cosa que previene al conductor de “V.E.R.” cuando conduce.

Las distracciones hacen que sea más difícil para los conductores buscar a dónde van, evaluar qué riesgos y peligros puede haber y ejecutar de forma segura un curso de acción.

¿Las distracciones deben ser tecnológicas?

Las distracciones pueden ser cualquier cosa que interfiere con la capacidad del conductor de V.E.R.

¿Cuál es la ley de Maryland sobre el envío de mensajes de textos?

En Maryland es ilegal enviar mensajes de texto y conducir.

¿Cuál es la ley de Maryland sobre el uso del teléfono celular?

Los conductores de más de 18 años pueden usar un dispositivo de manos libres.

Los conductores menores de 18 años no tienen permitido hacer uso de teléfonos celulares para nada.



**ELIJA ESTAR SEGURO:
NO CONDUZCA FATIGADO**

ELIJA ESTAR SEGURO: CONDUZCA ALERTA Y CONCENTRADO

¿QUÉ PIENSA?

¿Cuáles son algunos de los efectos de conducir con sueño?

Conducir con sueño imita muchos de los efectos de conducir embriagado.

¿Qué es cabecear? ¿Por qué es peligroso?

Cabecear es cuando los ojos del conductor se cierran o la atención se pierde debido a la fatiga. La pérdida de atención puede provocar un choque.

De acuerdo con el video, ¿cuál es la mejor forma de evitar conducir con sueño?

Descansar. El café, el aire fresco o la música a alto volumen, que son remedios comunes, no funcionan.

Dormir menos de 6 horas dentro de 24 horas provoca una disminución en:

- **la coordinación**
- **el tiempo de reacción**
- **el juicio**

Conducir fatigado o con sueño imita los efectos de conducir embriagado.



ELIJA ESTAR SEGURO: NO CONDUZCA CON SUEÑO

ELIJA ESTAR SEGURO: EL IMPACTO DE CONDUCIR CON SUEÑO

De acuerdo con la encuesta de la Fundación Nacional del Sueño, el 60% de los conductores admiten haber conducido con sueño durante el último año y el 37% de ellos realmente se quedaron dormidos mientras conducían.



**De acuerdo con NHTSA,
886 choques fatales
37,000 choques con lesiones
45,000 choques con daño a la propiedad**



¿Conduce fatigado?

Todas las personas tienen un “reloj biológico”.

Beber café cura la somnolencia cuando conduce.

Puedo saber cuando me estoy quedando dormido.

Soy un conductor seguro, así que no importa si tengo sueño.

Casi todas las personas duermen lo suficiente.

Tener sueño hace que perciba mal las cosas.

Los jóvenes necesitan dormir menos

Si duermo mucho ahora, no necesitaré dormir tanto después.

Aún las personas que duermen 8 horas pueden no haber





**ELIJA ESTAR SEGURO:
NO CONDUZCA CUANDO ESTÉ AFECTADO POR LAS DROGAS O EL
ALCOHOL**



CUALQUIER CANTIDAD DE ALCOHOL PUEDE AFECTAR COMO CONDUCE.



La cantidad de alcohol en su sangre se llama BAC (por sus siglas en inglés) o Concentración de alcohol en la sangre.

Conforme bebe el alcohol entra en su torrente sanguíneo.

Entre más bebe, más alcohol hay en su sangre.

Desde el primer trago, está incrementando su BAC.

SI PLANEA BEBER... PLANEE NO CONDUCIR.

¿QUÉ PUEDE AFECTAR SU CONCENTRACIÓN DE ALCOHOL EN LA SANGRE?



cuanto bebió

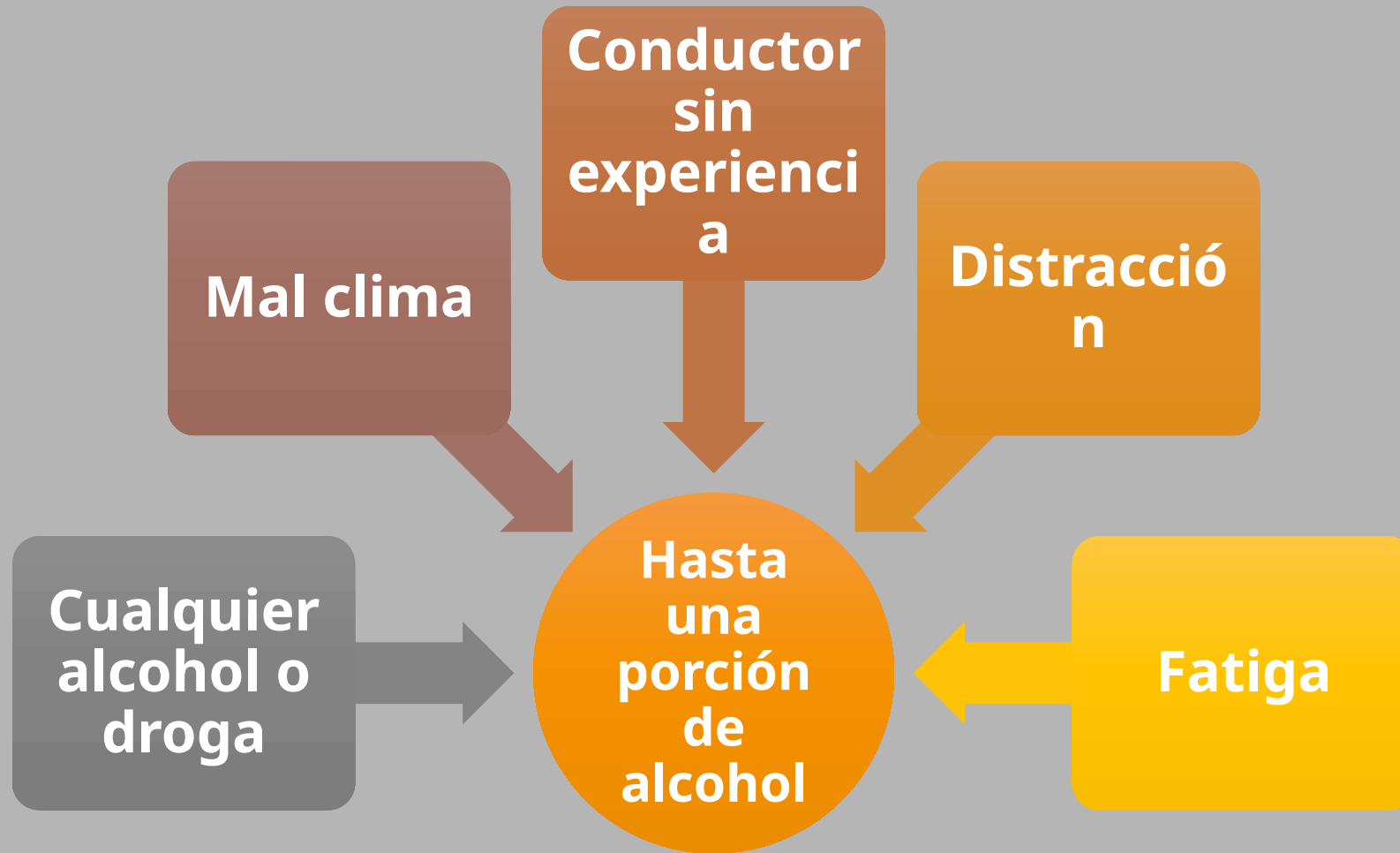


su peso



cuando bebió

ELIJA ESTAR SEGURO: HASTA UNA BEBIDA LO PUEDE AFECTAR



¿ESTÁ TRATANDO DE MONITOREAR SU BAC?

¡No puede!

Es extremadamente difícil evaluar su BAC.

¿Por qué?



¿Sabe EXACTAMENTE cuántas porciones de alcohol consumió?

¿Sabe EXACTAMENTE cuándo comenzó a beber?

¿Sabe EXACTAMENTE cuánto pesa y cuánta sangre tiene en su sistema?

SI NO PUEDE CONTESTAR ESTAS PREGUNTAS EXACTAMENTE, NO PUEDE MONITOREAR SU BAC.

ENTONCES... ¿POR CIERTO, CUÁL ES EL “LÍMITE LEGAL”?

DWI – Conducir mientras está
intoxicado - BAC de 0.08 o más

de 0.08 O con una restricción en su licencia
Un BAC de 0.05 o más afecta

BEBIDA ES ILEGAL.

Conducir bajo la influencia
del alcohol o las drogas - BAC
de 0.08 o más

**Pero lo pueden detener y
otorgar cargos con un BAC de
0.05.**



¿MENOS DE 21 AÑOS?: CERO TOLERANCIA

Un dato rápido para ayudarle a poner las cosas en perspectiva:

1 cucharadita de jarabe para la tos = un BAC de aproximadamente 0.01



Así que, una sola bebida, un sorbo, un trago, un traguito, una probadita, son ilegales y pueden resultar en cargos relacionados con el alcohol.

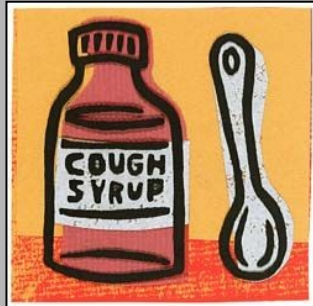


De acuerdo con los Centros de Control de Enfermedades, 4,000,000 (4 millones) de conductores elijen cada año conducir afectados y ponerse a ellos y a todos quienes están a su alrededor en peligro.

Charles Lewis, luchador de artes marciales mixtas, murió en un accidente que combinaba el alcohol y la velocidad. La fotografía muestra lo que quedó de su auto después de la colisión. Murió en el impacto.



CONducir AFECTADO: DROGAS



Los medicamentos
(drogas) que afectan su
habilidad para conducir
pueden ser



LEGALES O **ILEGALES.**



CONDUCIR AFECTADO: DROGAS

- Los medicamentos legales incluyen los medicamentos recetados y de venta libre.
- Aunque son legales, todavía pueden provocar que conduzca afectado.



Asegúrese de leer las etiquetas de advertencia en todos los medicamentos.

CONDUCIR AFECTADO: MARIHUANA

Veinticuatro estados y el Distrito de Columbia en este momento tienen leyes para legalizar la marihuana en alguna forma.

¿Esto significa que fumar marihuana y conducir es legal?

¡No!

¿Qué cantidad es ilegal para consumir y luego conducir?

Cualquier cantidad.



CONDUCIR AFECTADO: MARIHUANA

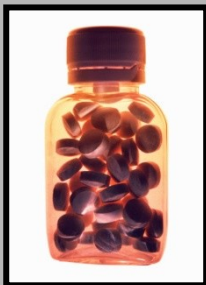
¿Cómo afecta la marihuana la conducción?

- Coordinación
- Concentración
- Cognición
- Equilibrio



De acuerdo con un estudio reciente de la Universidad de Colorado, aún a niveles bajos, la marihuana aumenta de manera importante que los conductores ondeen de un carril a otro.

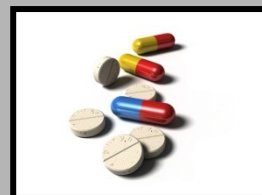
CONDUCIR AFECTADO: MEDICAMENTOS



receta



venta libre



ilegal

**CUANDO CONDUCE AFECTADO,
NO IMPORTA QUÉ TIPO DE MEDICAMENTO O DROGA ES.**



UNA PRUEBA RÁPIDA

¿Cuáles son los límites legales de BAC?

El límite legal para DWI es de 0.07 BAC a menos de 0.08

El límite legal para DUI es de 0.08 BAC y más.

Para cualquier persona menor de 21 años, el límite legal es 0.00 (cero tolerancia)

De acuerdo con el plan de estudios del Programa de mejora para conductores, ¿cuánto alcohol puede beber una persona y todavía conducir seguro?

Nada.

De acuerdo con el plan de estudios del Programa de mejora para conductores, ¿cuánta marihuana puede fumar una persona antes de que no se le permita conducir?

Nada.

¿Qué es un consentimiento implícito? ¿Dónde puede encontrar el conductor el consentimiento implícito?

El consentimiento implícito es el permiso de ser evaluado para ver si hay presencia de drogas o alcohol que el conductor otorgó cuando recibió su licencia de conducir de MD.

Puede encontrar el consentimiento implícito en la parte de atrás de la licencia de conducir de MD.

¿POR QUÉ CONDUCIR SEGURO?

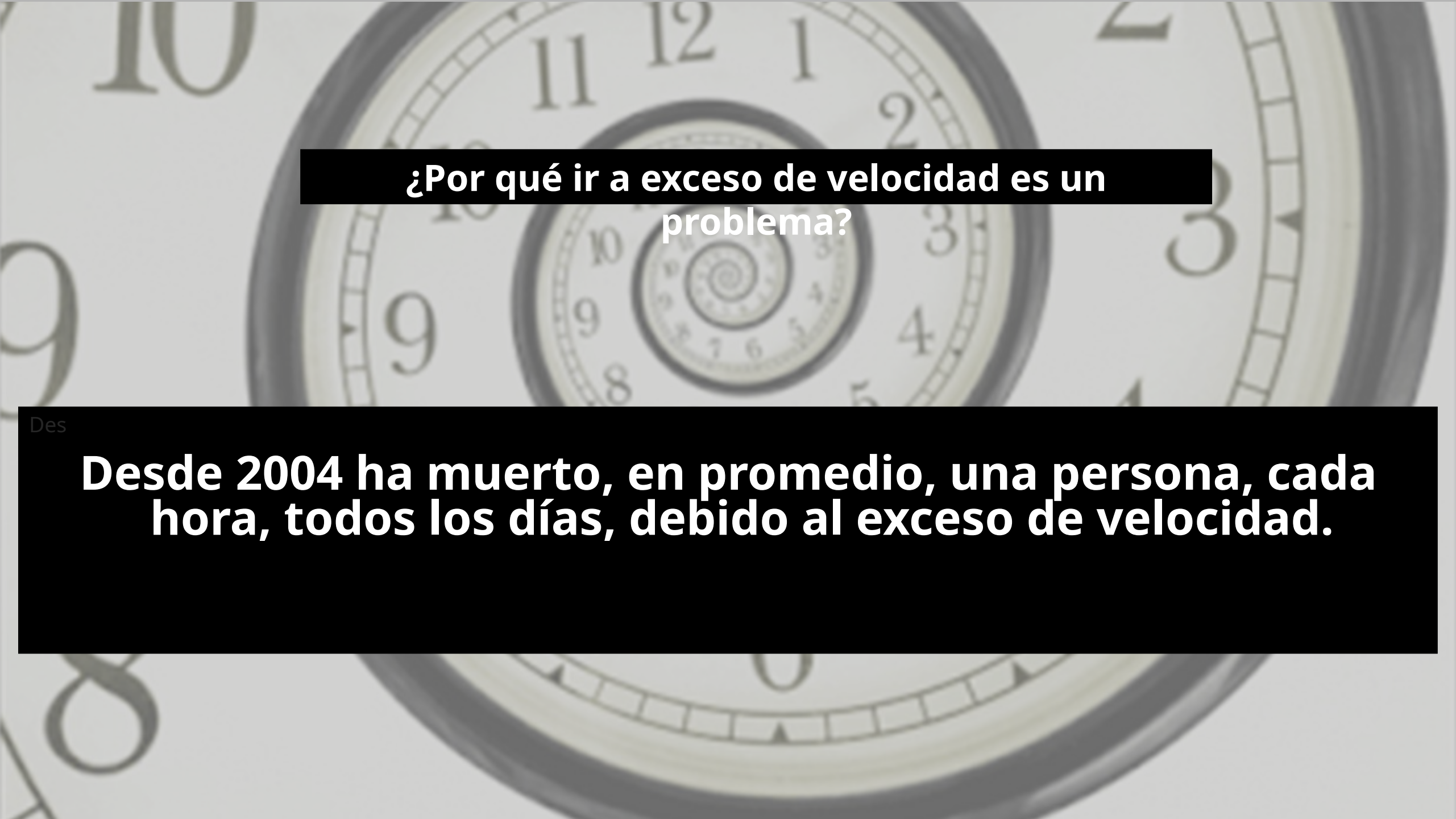


Es mucho más barato.

- **¿Cuánto costó esta clase?**
- **¿Cuánto le costó la multa?**
- **¿Cuánto subió el costo de su seguro?**
- **¿Cuánto le costó el abogado?**
- **¿Cuánto cuesta su tiempo?**



ELIJA ESTAR SEGURO: OBEDEZCA EL LÍMITE DE VELOCIDAD



¿Por qué ir a exceso de velocidad es un problema?

Des

Desde 2004 ha muerto, en promedio, una persona, cada hora, todos los días, debido al exceso de velocidad.

¿Por qué el exceso de velocidad es un problema?

Entre más alta sea la velocidad, menor es el tiempo para reaccionar.

Entre más alta sea la velocidad, mayor es la distancia que se avanza antes de detenerse.

Entre más alta sea la velocidad, el impacto es más fuerte.

Entre más alta sea la velocidad, peor será el choque.



Por qué al exceso de velocidad se muere

De acuerdo con el video, ¿cuáles son los problemas importantes aún con un pequeño incremento en la velocidad?

- Se requiere más distancia para bajar la velocidad o para detenerse cuando se va a velocidades más altas.
- Se cubrirá mayor distancia antes de que el conductor pueda reaccionar exitosamente a cualquier situación.
- Se hará más daño a un vehículo y al conductor si se viaja a velocidades más altas.

¿POR QUÉ EL EXCESO DE VELOCIDAD ES UN PROBLEMA?

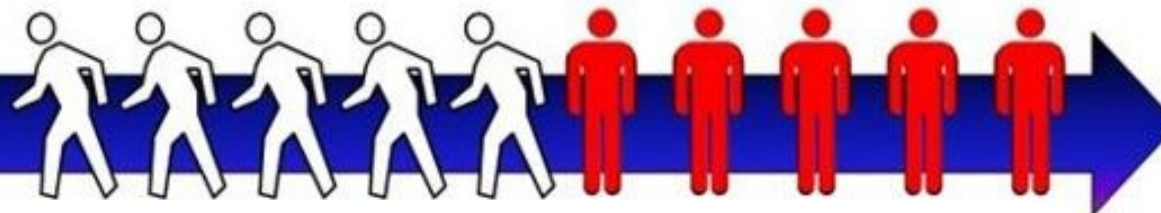


Si lo atropella un vehículo que



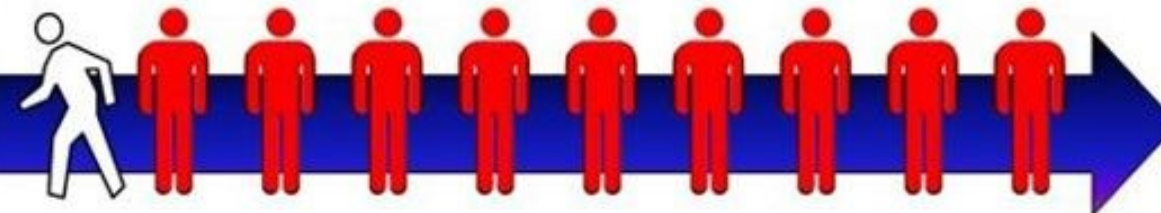
9 de cada 10 peatones sobreviven.

Si lo atropella un vehículo que



5 de cada 10 peatones sobreviven.

Si lo atropella un vehículo que



solo 1 de cada 10 peatones sobrevive.

**LA VELOCIDAD ES IMPORTANTE PARA CADA UNO DE LOS
USUARIOS DEL CAMINO.**



¿Por qué ir a exceso de velocidad es un problema?

El exceso de velocidad es caro.

De acuerdo con la Administración Nacional de Seguridad de Tránsito en Carreteras, los choques relacionados con el exceso de velocidad en todo Estados Unidos costaron más de \$200 mil millones de dólares cada año.



ELIJA ESTAR SEGURO. EN CADA VIAJE. TODO EL TIEMPO.

Monitoree su velocidad.

Siga los dispositivos de control de tráfico y las marcas en los carriles.

Use el cinturón de seguridad siempre.

Nunca conduzca afectado por las drogas o el alcohol.

Concéntrese en la tarea de conducir, no en el teléfono.

Mantenga la calma

**ESTÉ SEGURO. TODO EL TIEMPO. EN CADA VIAJE:
MONITOREE SU VELOCIDAD**



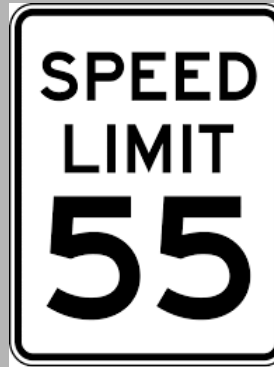
Residencial



Carreteras
rurales,
suburbanas,
caminos
urbanos



Carreteras
rurales,
suburbanas,
caminos
urbanos



Carretera /
Interestatal



Interestatal/
Ruta exprés



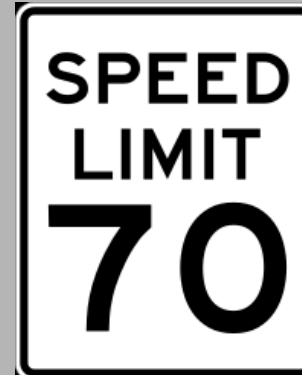
Interestatal
rural

¿Dónde encontrará el conductor estos límites de velocidad publicados?

MONITOREÉ SU VELOCIDAD



Los límites de velocidad son límites absolutos que se deben ajustar en mal clima, tráfico o en obras viales.



ELIJA ESTAR SEGURO: USE SU CINTURÓN DE SEGURIDAD EN CADA VIAJE

CINTURÓN DE SEGURIDAD: ¿FALSO O VERDADERO?

Estoy más seguro si salgo expulsado limpio del vehículo en un choque.



Si el auto se incendia o si se sumerge en agua, no puedo salir.

Los cinturones te lastiman en un choque más de lo que ayudan.

En promedio, más de 120 CONDUCTORES Y PASAJEROS SIN CINTURÓN DE SEGURIDAD mueren cada año en Maryland.

Aproximadamente el 38 POR CIENTO DE LOS CONDUCTORES Y PASAJEROS que murieron en accidentes automovilísticos no llevaban cinturón de seguridad.

ELIJA ESTAR SEGURO: USE SU CINTURÓN DE SEGURIDAD EN CADA VIAJE

Ahora que sabe que debe usar su cinturón, ¿cómo se pone el cinturón de forma apropiada?

- **Ponga el cinturón subabdominal perfectamente sobre sus caderas.**
- **Ajuste el poste de montaje del centro para la altura, si el vehículo está equipado.**
- **Ponga el cinturón sobre la parte de arriba del hombro y por el centro del pecho para distribuir la fuerza en caso de un choque.**
- **Mantenga el respaldo del asiento en la posición vertical para evitar que la sillita se resbale en un choque de frente.**



ELIJA ESTAR SEGURO: NUNCA CONDUZCA BAJO LA INFLUENCIA DE DROGAS O ALCOHOL

- **Haga un plan ANTES de salir de su casa. ¿Por qué?**
- **Haga un contrato con una persona responsable antes de salir de casa. ¿Por qué?**
- **Dele la confianza a alguien en quien confíe el honor de ser su conductor sobrio. ¿Por qué?**
- **Llame a un taxi o a un Uber. ¿Por qué?**

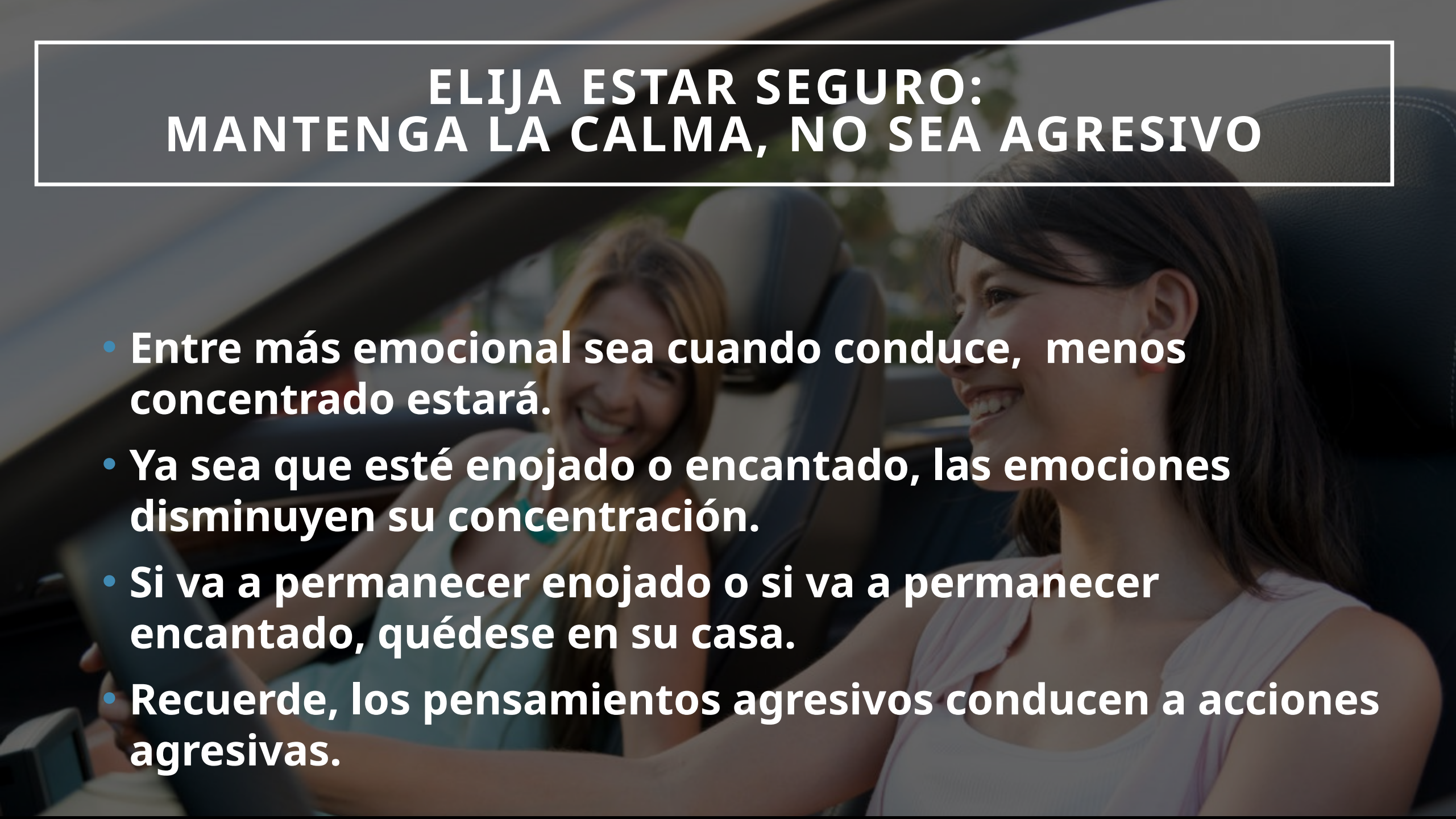
SI PLANEA BEBER, PLANEÉ NO CONDUCIR.



ELIJA ESTAR SEGURO: CONCÉNTRESE EN LA TAREA DE CONDUCIR

- **Conducir es riesgoso; cosas pasan en un abrir y cerrar de ojos.**
- **Debe mantener sus manos en el volante y sus ojos en el camino.**
- **Y lo más importante, mantenga su mente en conducir.**



A background image showing two young women sitting in the front seats of a car. The woman on the right is driving, looking forward with a smile. The woman on the left is a passenger, also smiling and looking towards the driver. The car's interior, including the steering wheel and dashboard, is visible. The image has a semi-transparent dark overlay to make the text stand out.

ELIJA ESTAR SEGURO: MANTENGA LA CALMA, NO SEA AGRESIVO

- **Entre más emocional sea cuando conduce, menos concentrado estará.**
- **Ya sea que esté enojado o encantado, las emociones disminuyen su concentración.**
- **Si va a permanecer enojado o si va a permanecer encantado, quédese en su casa.**
- **Recuerde, los pensamientos agresivos conducen a acciones agresivas.**

Elija estar seguro. Todo el tiempo. En cada viaje.



Para que pueda ir a su casa con las personas que ama.