

## 4.D.

## Consejos para el conductor con déficit motor

- ✓ Si tiene dificultad de movimientos, en los Centros de Reconocimiento de Conductores (CRC) pueden orientarle sobre las posibles adaptaciones en los vehículos para facilitarle la conducción.
- ✓ Debe adecuar sus hábitos de conducir a sus capacidades funcionales, evitando sentirse cansado e incómodo.
- ✓ Debe comprender la conveniencia y necesidad de cumplir las limitaciones y/o restricciones impuestas en su permiso de conducir.
- ✓ Si el déficit motor es consecuencia de un Accidente Cerebro Vascular (ACV) consulte antes de volver a conducir con un CRC.
- ✓ El alcohol puede precipitar la aparición de efectos secundarios no deseados si se consume a la vez que la medicación que le ha sido prescrita.
- ✓ Evite periodos de conducción ininterrumpida superiores a 1h.
- ✓ Mantenga adecuadamente las condiciones ambientales del vehículo (temperatura, ruidos, etc.) con el fin de evitar cansancio fácil y molestias posturales que pudieran causar distracciones.
- ✓ Utilice calzado que sujete el pie para evitar deslizamientos que puedan provocar descontrol de embrague, acelerador y freno.
- ✓ Planifique los viajes, procure ir acompañado y evite la conducción nocturna. Mantenga los horarios habituales de descanso, comidas y tomas de medicación.
- ✓ Procure conducir en recorridos conocidos, evitando horas punta, trayectos complicados (con mucha densidad circulatoria, múltiples entradas y salidas) y condiciones climatológicas adversas (niebla, nieve, lluvia, tormentas, viento).
- ✓ Si necesita analgésicos, antiinflamatorios y/o relajantes musculares, debe conocer la advertencia de riesgo vial que aparece en los prospectos de estos medicamentos.
- ✓ Si se encuentra en situación de baja laboral y su profesión es conductor o requiere conducir, debe conocer si incurriera en algún problema legal al conducir durante la baja laboral.