

## 18.D.

## Consejos para el conductor mayor

- ✓ Cuando vaya al médico recuérdale que conduce para que él pueda tenerlo en cuenta al decidir su tratamiento.
- ✓ Consulte con su médico acerca de los efectos sobre la conducción de los medicamentos que consume.
- ✓ Evite utilizar el coche si se encuentra mal, ha pasado mala noche o su médico le ha prescrito un tratamiento nuevo.
- ✓ Plantéese utilizar el transporte colectivo para largos recorridos.
- ✓ Evite las horas punta, los trayectos complicados, las condiciones climatológicas adversas (niebla, lluvia, etc.) y la conducción nocturna.
- ✓ Realice recorridos conocidos, guarde la distancia de seguridad recomendada con el coche que lleve delante y procure viajar acompañado.
- ✓ Utilice rutinariamente los sistemas de seguridad (cinturón, reposacabezas) y casco si utiliza moto/bicicleta, adecuándolos a sus necesidades en cada desplazamiento.
- ✓ Si tiene dificultad de movimientos, los coches con dirección asistida, cambio automático, pedales de gran superficie, etc., le pueden facilitar la conducción.
- ✓ Utilice espejos retrovisores a ambos lados del vehículo e interior panorámico. Le mejorarán la visibilidad para realizar maniobras en las que sea preciso girar el cuello.
- ✓ Si necesita gafas o audífono, actualice periódicamente sus correcciones para asegurar unos niveles adecuados de visión y audición al conducir.
- ✓ No consuma bebidas alcohólicas si va a conducir.