

# CUIDE EL CAMINO. CUIDE SU MENTE.



Una campaña de educación pública para mejorar el comportamiento de los conductores, peatones y ciclistas.

## ¿Es un conductor distraído?

Encierre en un círculo la respuesta que se aplique mejor en su caso.

¿Mientras conduce, con qué frecuencia...

- Habla en el teléfono celular, menos en caso de una emergencia?  
*Nunca*                      *A veces*                      *Con frecuencia*
- Manda un texto o correo electrónico, utiliza el Internet, o juega juegos en su teléfono?  
*Nunca*                      *A veces*                      *Con frecuencia*
- Olvida ajustar los espejos y los asientos, elegir las opciones de entretenimiento y otros controles, o encontrar las luces y luces de giro antes de arrancar?  
*Nunca*                      *A veces*                      *Con frecuencia*
- Concentra su atención en los pasajeros, especialmente si están discutiendo o comportándose mal, en lugar de concentrarse en la tarea de conducir?  
*Nunca*                      *A veces*                      *Con frecuencia*
- Come comida o bebe bebidas?  
*Nunca*                      *A veces*                      *Con frecuencia*
- Cambia el radio o el CD mientras conduce?  
*Nunca*                      *A veces*                      *Con frecuencia*
- Programa el GPS mientras conduce?  
*Nunca*                      *A veces*                      *Con frecuencia*
- Se afeita, se maquilla o atiende otras tareas de cuidado personal?  
*Nunca*                      *A veces*                      *Con frecuencia*
- Lleva animales, plantas, objetos sueltos ,u otros artículos variados en su automóvil?  
*Nunca*                      *A veces*                      *Con frecuencia*
- Lee un mapa de rutas, periódico, o reporte del trabajo?  
*Nunca*                      *A veces*                      *Con frecuencia*
- Se prepara para una reunión?  
*Nunca*                      *A veces*                      *Con frecuencia*

---

### Su puntaje – adjudíquese:

3 puntos para cada *Nunca*

2 puntos para cada *A veces*

0 puntos para cada *Con frecuencia*

### Si su puntaje fue:

25 - 33 = ¡Excelente trabajo!

15 – 25 = Hay cosas para mejorar

0 – 15 = En riesgo

Adaptado de la Fundación AAA para Seguridad en el Tránsito y AAA de California del Norte.