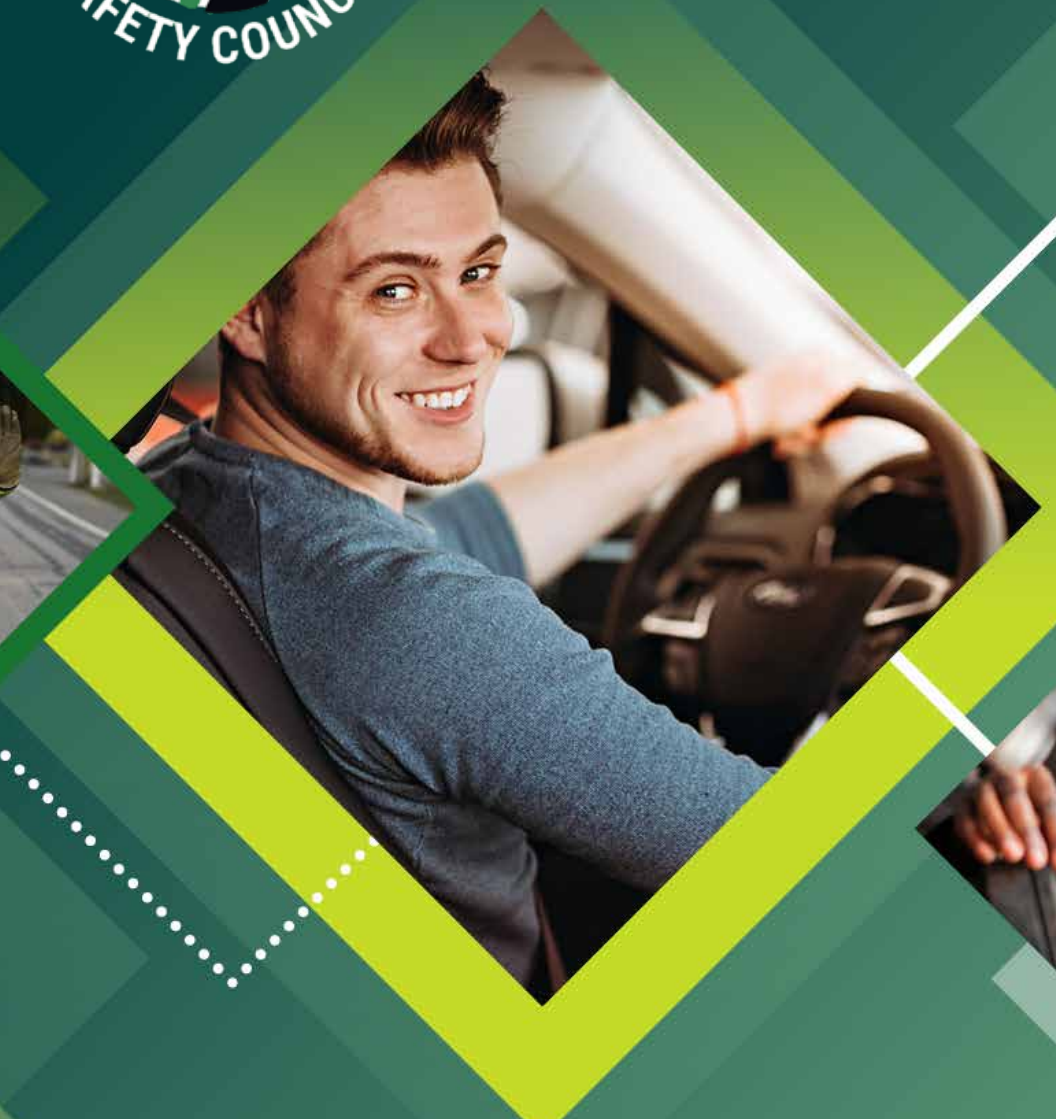




# Manual de conducción defensiva



**Vela por la seguridad del pueblo de Delaware desde 1919**

## Historia del Consejo de Seguridad de Delaware



Irénée du Pont

Fundado en 1919 por la presidenta de la empresa DuPont, Irénée du Pont, el Consejo de Seguridad de Delaware se creó con la misión de brindar formación y recursos en materia de seguridad a la industria y, posteriormente, amplió su alcance para incluir la seguridad pública y escolar.

Durante la primera parte del siglo XX, el Consejo de Seguridad de Delaware desempeñó un papel decisivo en la creación de muchos sistemas, leyes y protocolos que mejoraron la seguridad vial en Delaware. En 1929, el Consejo llevó a cabo un estudio y análisis del tráfico que dio lugar a una mejora de la aplicación de la ingeniería de carreteras y de la educación. En 1930, se inauguró un programa de inspección de vehículos pensado para mejorar los estándares de mantenimiento de los vehículos con la orientación del Consejo. En la década de 1980, el Consejo se centró en promover el uso del cinturón de seguridad, colaborando estrechamente con los legisladores y otras organizaciones para aprobar la ley de sistemas de retención infantil y otras leyes relacionadas con el cinturón de seguridad.

El Consejo de Seguridad de Delaware también ha estado muy implicado en la mejora de la seguridad escolar. En colaboración con el Departamento de Educación Pública del Estado, el Departamento de Carreteras del Estado y la Policía Estatal de Delaware, el Consejo de Seguridad de Delaware estableció en 1935 el actual curso formal de educación vial para todas las escuelas públicas. El programa se amplió en 1953 para incluir las escuelas privadas y de nuevo en 1957 para incluir las escuelas parroquiales. Asimismo, el Consejo participó en la presentación del programa de Formación de Conductores de Autobuses Escolares en todo el estado y en el desarrollo y distribución del programa de Patrullas de Seguridad Escolar que aún se mantiene activo. En los años siguientes, el Consejo de Seguridad de Delaware se expandió e introdujo sus propios cursos y



Cena de graduados del Curso de seguridad industrial dictado por el Consejo de Seguridad de Delaware. 22 de mayo de 1922



Capacitación para conductores del Consejo de Seguridad de Delaware. 1954, Wilmington Friends School



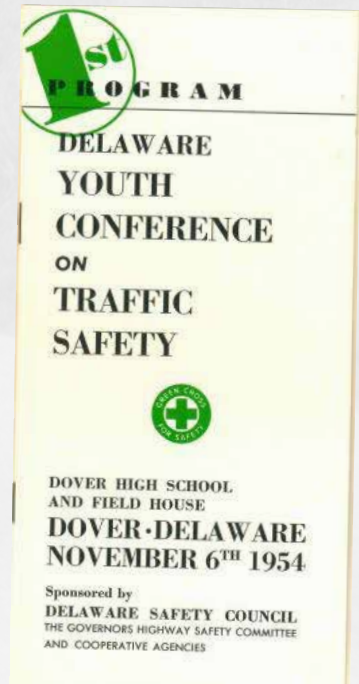
Capacitación para conductores del Consejo de Seguridad de Delaware. 1946, Ursuline Academy



Capacitación para conductores del Consejo de Seguridad de Delaware. 1940, Milford High School

programas educativos de seguridad. En 1967, se introdujo el ampliamente conocido programa de Conducción Defensiva. En 2004, se creó una versión en línea. Al entrar en el nuevo milenio, el Consejo creó nuevas ofertas de cursos para la comunidad y el lugar de trabajo.

## Hoy en día, el Consejo de Seguridad de Delaware sigue comprometido con su seguridad y protección.



## Participante del curso de conducción defensiva

El Consejo de Seguridad de Delaware quiere aprovechar esta oportunidad para agradecerle que se haya inscrito en nuestro curso de Conducción Defensiva. Esperamos que encuentre el curso informativo y que la información presentada le haya preparado para ser un conductor más seguro y con más conocimientos.

Hace más de un siglo que el Consejo de Seguridad de Delaware atiende con orgullo las necesidades de seguridad de la región del Atlántico Medio. Estamos enfocados firmemente en nuestra misión original.

*Proteger la vida y la salud de los ciudadanos en la carretera, en el lugar de trabajo y en el hogar proporcionando activamente educación/formación y abogando por prácticas seguras y protegidas.*

El Consejo de Seguridad de Delaware es una organización privada 501(c)(3) sin fines de lucro que imparte cursos de conducción defensiva presenciales y en línea a organizaciones e individuos.

Al completar este curso de Conducción Defensiva, se le brindará un certificado por correo, correo electrónico o en persona.

Póngase en contacto con el Consejo de Seguridad de Delaware en el **(302) 276-0660** o visite **delawaresafety.org** para obtener más información sobre su curso de Conducción Defensiva y cualquiera de nuestra amplia gama de programas de formación en seguridad.



**Gracias por elegir  
el Consejo de  
Seguridad de  
Delaware.**



# Conducción defensiva



**“La mente en la  
conducción.  
Las manos en  
el volante.  
Los ojos en la  
carretera”.**

## Sección 1: EN LA CARRETERA

1. Llega a un cruce y el semáforo está en verde. Sin embargo, quiere girar a la derecha y el semáforo sobre el carril de giro muestra una flecha roja fija. ¿Es legal girar a la derecha después de detenerse por completo?

Sí  No

2. Las rotondas son cada vez más frecuentes en el sistema vial de Delaware. Estudie el diagrama y las siguientes instrucciones para conocer las medidas seguras y apropiadas que debe tomar al acercarse a una rotonda o al girar dentro de ella.



- Tráfico de paso:** Ceda el paso al tráfico que ya está circulando por la rotonda. Manténgase a la derecha y continúe por la rotonda.
- Giro en U:** Ceda el paso al tráfico que ya está circulando por la rotonda. Manténgase a la derecha, continúe por la rotonda y salga por la misma vía por la que entró.
- Giro a la izquierda:** Ceda el paso al tráfico que ya está circulando por la rotonda. Dé 3/4 de vuelta a la rotonda y complete su giro.
- Giro a la derecha:** Ceda el paso al tráfico que ya está circulando por la rotonda. Manténgase a la derecha y complete el giro.

3. Es legal y seguro pasar una barrera de cruce de ferrocarril baja si no ve un tren.

Verdadero  Falso

4. Marque todas las acciones correctas:



- Ceda el paso a cualquier peatón que esté pasando por un cruce peatonal y deténgase si es necesario.
- Deténgase siempre ante las señales "HAWK" amarillas o rojas intermitentes de alta intensidad en los cruces peatonales.
- No se moleste en comprobar si hay tráfico antes de dejar su vehículo en el costado de la calzada.
- Ceda siempre el paso a los peatones aunque no estén en un cruce peatonal.

## Sección 2: DETERIORO AL VOLANTE

---

Merriam-Webster.com define el deterioro como “estar en un estado o condición imperfecta o debilitada: como la disminución de las funciones...”. Es un caldo de cultivo para el desastre a la hora de conducir. **Cuatro causas del deterioro a la hora de conducir.**

1. **Distracción:** cualquier cosa dentro o fuera de su vehículo que le quite la atención completa a su tarea de conducir. Haga una lista de todas las distracciones al volante que se le ocurran:

---

---

---

---

2. **Alcohol:** en resumidas cuentas, es ilegal conducir bajo los efectos del alcohol, o mejor dicho ¡conducir borracho! Compruebe el porcentaje de concentración de alcohol en sangre con el que se le acusará de conducir ebrio en Delaware.

0,02%    0,08%    1%    5%

3. **Drogas:** los medicamentos con receta y de venta libre pueden causar una conducción bajo la influencia de estupeficientes, ¿verdadero o falso?

**Verdadero:** cuando usted no entiende el impacto que la medicina puede tener en usted o si hace mal uso de la medicación, esta afectará notablemente su toma de decisiones y su tiempo de reacción.

4. **Somnolencia:** conducir con somnolencia limita su concentración tanto como conducir ebrio. Cada año, la conducción en condiciones de somnolencia provoca unos 100 000 accidentes, 71 000 lesiones y 1550 muertes (NHTSA). Estar despierto durante 16 horas puede tener el mismo impacto en el cerebro que una tasa de alcoholemia del 0,08%.

Verdadero    Falso



## Sección 3: VELOCIDAD Y AGRESIVIDAD



1. Un vehículo que circula a 100 km/h necesita unos 45 metros (la mitad de la longitud de un campo de fútbol) para detenerse por completo.

Verdadero  Falso

2. ¿Está de acuerdo en que el límite de velocidad indicado es siempre la velocidad correcta a la que se debe circular? Explique:

-----

-----

-----

3. Relacione los números con las siguientes afirmaciones: (Respuestas en la página 12)

**37%**   **50%**   **66%**

- \_\_\_\_\_ de los conductores que son víctimas de un comportamiento agresivo admiten responder con un comportamiento agresivo ellos mismos.
- \_\_\_\_\_ de los incidentes que implican conducción agresiva conllevan la presencia de un arma de fuego.
- \_\_\_\_\_ de las muertes en accidentes de tráfico son causadas por la conducción agresiva.

4. Marque cada una de las acciones correctas para enfrentarse a un conductor que le sigue sin guardar la mínima distancia de seguridad.

- Mantenga la calma.
- Aléjese cuando vea que se aproxima el conductor que le sigue sin guardar la mínima distancia de seguridad.
- Mantenga una velocidad constante (preferiblemente, muy por debajo del límite de velocidad) para que el conductor que le sigue sin guardar la mínima distancia de seguridad pueda pasarle de forma segura cuando tenga la oportunidad.
- Pise constantemente el freno para “responderle” al que le sigue sin guardar la mínima distancia de seguridad.
- Manténgase siempre al menos a dos o tres segundos de distancia detrás del coche que le precede para poder parar con seguridad si es necesario.

## Sección 4: CONDICIONES DE LA CARRETERA Y PELIGROS

1. Describa la reacción más segura ante cada una de las siguientes emergencias al volante cuando los neumáticos traseros de su vehículo se deslizan hacia un lado u otro sin mantener la tracción total en una carretera resbaladiza.

A. Carreteras mojadas y empapadas por la lluvia:

---

---

B. Carreteras cubiertas de nieve o de hielo:

---

---

2. ¿Tiene un neumático reventado en una carretera de varios carriles?

---

---

---

**SEGURIDAD EN EL ÁREA DE TRABAJO:** la seguridad de los trabajadores y los vehículos en el área de trabajo es una gran prioridad en Delaware. Aquí existen tres medidas que se deben adoptar al acercarse y conducir a través de las áreas de trabajo.

- A. Cuando vea señales que indiquen un cierre de carriles cercano, prepárese para salir del carril cerrado.
- B. Esté atento a los límites de velocidad. Las multas por exceder el límite de velocidad en un área de trabajo se duplican.
- C. Esté atento a las condiciones inusuales de la superficie del pavimento, por ejemplo superficies ásperas, placas metálicas, pavimento irregular entre carriles y desniveles en el borde del pavimento.

Escriba tres medidas más que deba tomar:

---

---

---



## Sección 5: CONDUCCIÓN Y TECNOLOGÍA

Casi todos los vehículos que circulan hoy en día tienen algún tipo de tecnología avanzada, desde el audio hasta el GPS, pasando por el teléfono de manos libres o los dispositivos de asistencia al conductor. Aunque muchos de los conductores de la actualidad se sienten cómodos con la tecnología moderna, su uso sigue apartando su mente de las tareas esenciales de la conducción. Las estadísticas de la Administración Nacional de Seguridad del Tráfico en las Carreteras muestran que 3142 estadounidenses murieron debido a la distracción al volante en 2019. Lea cada una de las siguientes afirmaciones y marque la casilla que crea que sea correcta.



- Evite cambiar constantemente las configuraciones de audio. Si es posible, asigne la tarea de “administrador de tecnología” a su pasajero del asiento delantero.
- No pasa nada por llevar los auriculares de audio o los auriculares de su teléfono mientras conduce.
- Configure su buscador de direcciones GPS antes de iniciar el viaje o deténgase en un lugar seguro para configurarlo.
- Hablar por el sistema de manos libres mientras conduce no desvía su atención.
- Ajuste el volumen de su sistema de audio a un nivel que le permita seguir escuchando el tráfico y los demás sonidos del exterior.

### TECNOLOGÍA DE ASISTENCIA AL CONDUCTOR

Es probable que su vehículo esté equipado con al menos dos o tres dispositivos de tecnología de asistencia al conductor.

Pueden incluir:

- ✓ Aviso de salida de carril
- ✓ Advertencias para evitar choques frontales
- ✓ Aviso de aproximación de tráfico trasero
- ✓ Cámara de visión trasera
- ✓ Asistencia de estacionamiento automático
- ✓ Asistencia de punto ciego

Esta tecnología puede ser muy útil y podría salvarle la vida. Sin embargo, debe aprender a utilizarla correctamente antes de probarla mientras conduce.

## Sección 6: RIESGOS EN LA CARRETERA

1. Aproximadamente, ¿cuántas muertes se producen anualmente en las carreteras de Estados Unidos?  
 10 000 a 20,000     20 000 a 30 000  
 30 000 a 40,000     40 000 a 50 000
2. ¿Qué porcentaje de las colisiones mortales en carretera en Estados Unidos se relaciona con el alcohol?  
 18%     28%     38%     48%
3. Aproximadamente, ¿cuántas lesiones relacionadas con el tráfico se producen anualmente en Estados Unidos?  
 500 000 a 1 millón     1 millón a 2 millones  
 2 a 3 millones     3 a 4,5 millones

**Cada día, alrededor de 28 personas mueren en Estados Unidos en accidentes por conducción bajo los efectos del alcohol, es decir, una persona cada 52 minutos. 10 142 personas perdieron la vida en 2019. Todas estas muertes eran evitables.**

- Administración Nacional de Seguridad del Tráfico en las Carreteras

### Respuestas a la pregunta 3 de la página 9

**50%** de los conductores que son víctimas de un comportamiento agresivo admiten responder con un comportamiento agresivo ellos mismos.

**37%** de los incidentes que implican conducción agresiva conllevan la presencia de un arma de fuego.

**66%** de las muertes en accidentes de tráfico son causadas por la conducción agresiva.

# Autoevaluación

## 1. **Cómo preparar su vehículo**

Comparta su lista de verificación diaria o semanal para que su vehículo está lista para funcionar de forma segura y fiable:

---

---

---

---

## 2. **Cómo prepararse a usted mismo**

Haga una lista de todo lo que hace, antes de conducir y cuando conduce, para mantenerse físicamente en forma y mentalmente concentrado para conducir:

---

---

---

---

## 3. **Cosas importantes que no debe olvidar**

Compruebe cada una de las acciones que realiza habitualmente para conducir de forma defensiva.

- Exploración visual de las condiciones que tiene por delante, a la izquierda y derecha, comprobando los espejos y los puntos ciegos.
- Mantener una velocidad segura para las condiciones reales de conducción.
- Mantenerse alerta ante los conductores agresivos y evitar acciones potencialmente peligrosas.
- Mantener un “colchón de espacio” de tres o cuatro segundos entre usted y el vehículo que tiene delante de usted.
- Controlar el entorno de su vehículo y estar atento a todo lo que le rodea.

# Leyes y normativas importantes, y cosas que no debe olvidar

## Qué hacer si lo detiene la policía

1. En cuanto vea las luces intermitentes del policía o escuche la sirena del coche, encienda sus propias luces de emergencia o el intermitente derecho para informar a los demás conductores que le están parando.
2. Busque un lugar seguro para estacionar su coche. Recuerde que el coche de policía estará estacionado detrás de usted, así que busque un lugar lo suficientemente grande para dos vehículos. No se detenga nunca en el lado izquierdo de la carretera, aunque haya una línea media.
3. En cuanto haya encontrado un lugar para detenerse y haya estacionado el coche, apague o bloquee el contacto. Si está anocheciendo o es tarde a la noche, encienda las luces interiores del vehículo para que el agente pueda ver a todos sus ocupantes. **RECUERDE: ¡el comportamiento de sus pasajeros es SU responsabilidad!**
4. Si le para un vehículo con distintivos de policía, baje inmediatamente la ventanilla y tenga paciencia mientras el agente se prepara para hablar con usted. Si le para un coche de policía sin distintivos, espere a que el agente salga del vehículo y pueda ver sus credenciales antes de bajar la ventanilla.
5. Cuando comience la conversación con el agente de policía, mantenga la calma, la educación y el respeto. No se ponga a la defensiva. El agente de policía le dará una descripción detallada del motivo o motivos de por qué lo detuvo.
6. Lo más probable es que el policía le pida su licencia de conducir y una copia de la matrícula y la póliza de seguro de su vehículo. No recoja estos documentos hasta que el agente se lo pida y, antes de hacerlo, explique a dónde se dirige y por qué. Si no tiene ninguno de ellos, explique el motivo.





7. Generalmente, si se lo detiene, suele ser el resultado de una conducta de conducción peligrosa observada, así que muéstrase arrepentido. Escuche amablemente y asegúrese de que el agente entienda las consecuencias de su comportamiento. Si el agente quiere darle un largo sermón sobre conducción segura, escúchelo y reconozca lo que está escuchando.
8. Si el agente le emite una notificación de tráfico, no discuta ni suplique. Si solo le da una advertencia, agradezca al agente su comprensión. Si el oficial solo le da una advertencia verbal, asegúrese de que usted aprecia la oportunidad de corregir sus errores antes de que se vea afectado su historial de conducción.
9. Cuando haya terminado su conversación con el agente, espere a que el agente regrese al coche patrulla. Cuando el agente esté a salvo en su vehículo, puede guardar sus documentos, abrocharse el cinturón de seguridad y volver a la carretera lentamente y con cuidado.
10. Por último, si cree que te han tratado injustamente durante un control de tráfico en carretera, no discuta al lado de la calzada. Debe ponerse en contacto con la agencia a la que pertenece el agente a través de los medios que determine dicha agencia. La mayoría de las agencias tienen un sitio web con información de contacto.

Obtenga más información en este vídeo de la  
**División de Vehículos de Motor de Delaware**

<https://youtu.be/J-qd314jrjU>

# Leyes y normativas importantes, y cosas que no debe olvidar

---

## Consejos de conducción: Conducción en invierno

- ✓ Haga comprobar la batería para evitar quedarse tirado en el frío y que su coche no arranque.
- ✓ Equipe su coche con una linterna y pilas de repuesto, un botiquín de primeros auxilios, ropa de abrigo y una manta.
- ✓ Mantenga el depósito de gasolina al menos parcialmente lleno para evitar la congelación del conducto de la gasolina.
- ✓ Evite el uso del control de crucero en superficies resbaladizas (lluvia, aguanieve, nieve, hielo y arena).
- ✓ Utilice el carril que haya sido despejado más recientemente.
- ✓ Evite cambiar de carril debido a la acumulación de nieve o hielo entre carriles.
- ✓ Deje entre usted y el vehículo que le precede tres veces más espacio del que dejaría en una calzada despejada.

**Y, lo más importante, tenga paciencia y acepte el hecho de que va a tardar más en llegar a su destino.**

## Consejos de conducción: Conducción con somnolencia

- ✓ Descanse lo suficiente antes de un viaje largo por carretera.
- ✓ Comparta las responsabilidades de conducción.
- ✓ Programe paradas cada 100 millas o 3 horas.
- ✓ Evite comer alimentos ricos en grasas o azúcares procesados.

# Leyes y normativas importantes, y cosas que no debe olvidar

---

## Procedimientos de respuesta ante un choque

- ✓ Mantenga la calma; compruebe si hay heridos; llame a una ambulancia si es necesario.
- ✓ Si es posible, mueva los vehículos a un lugar seguro, fuera del tráfico. Utilice conos, triángulos de advertencia o bengalas para mayor seguridad.
- ✓ Llame a la policía, aunque el choque sea leve, y notifique inmediatamente a su agente de seguros.
- ✓ No firme ningún documento si no es para la policía o su agente de seguros.
- ✓ Anote inmediatamente los detalles del choque, incluyendo los daños específicos de todos los vehículos implicados, la información de los testigos, etc.
- ✓ Utilice la cámara de tu móvil para hacer fotos de lo siguiente:
  - La matrícula del otro vehículo implicado en el choque.
  - La licencia de conducir del otro conductor involucrado en el choque.
  - La tarjeta de seguro del otro vehículo implicado en el choque.
  - La tarjeta de registro del otro vehículo implicado en el choque.
- ✓ Saque fotos de los vehículos implicados, con al menos una que muestre los daños de cada vehículo.
- ✓ Tome fotos de las señales de la calle y otros puntos de referencia cercanos para identificar el lugar del choque.

# Leyes y normativas importantes, y cosas que no debe olvidar

---

## Ley de teléfonos móviles de Delaware:

Por ley, los conductores de Delaware tienen prohibido enviar mensajes de texto mientras conducen y usar las manos para hablar por teléfono celular. La ley también prohíbe el envío de correos electrónicos y el uso de Internet mientras se conduce. Las conversaciones telefónicas deben tener lugar en un teléfono con altavoz u otro dispositivo de manos libres. La ley incluye exenciones para la policía, los bomberos y otro personal de emergencia. También exime del uso de radios no profesionales y radios bidireccionales a los camioneros y otros conductores comerciales. Los conductores que sean sorprendidos utilizando un dispositivo de mano serán multados con unos 100 dólares (50 dólares de multa base más tasas) como primera infracción, con sanciones posteriores de hasta 350 dólares más tasas.

## Ley de “paso”:

Obliga a todo conductor que se acerque a un vehículo de emergencia detenido con las luces de emergencia activadas a desplazarse a un carril que no esté junto al vehículo de emergencia, o a reducir su velocidad a una “velocidad segura” mientras pasa el vehículo de emergencia en caso de que cambiar de carril sea imposible o inseguro. La ley se aplica específicamente a las carreteras que tienen dos o más carriles que van en la misma dirección.

## Ley de Conducción agresiva de Delaware:

La ley de Delaware define la conducción agresiva como infracciones que incluyen el cambio inseguro de carril, no respetar un dispositivo de control de tráfico, no detenerse, no ceder el paso, rebasar por la banquina, rebasar un autobús escolar detenido, conducir sin guardar la mínima distancia de seguridad con el otro vehículo y con exceso de velocidad. Si es condenado por tres o más de estas infracciones como consecuencia de un solo incidente, los infractores por primera vez serán multados con no menos de 100 dólares y no más de 300 dólares y deberán asistir a una clase de modificación de conducta.

## Ley de permanecer a la derecha y rebasar por la izquierda de Delaware:

### CONDUZCA EN EL CARRIL DERECHO Y ADELÁNTESE POR EL CARRIL IZQUIERDO

Conducir lentamente en el carril izquierdo es ilegal en Delaware:

- ✓ Si usted está en el carril izquierdo y no hay nadie en el carril derecho, DEBE MOVERSE A LA DERECHA.
- ✓ Si un vehículo se acerca por detrás a gran velocidad, muévase a la derecha.
- ✓ Utilice el carril izquierdo para pasar.

# - Programas del Consejo de Seguridad de Delaware -



## CONDUCCIÓN DEFENSIVA

---

- Básico y Avanzado/Actualización
- Clases presenciales en todo el estado
- Cursos en línea las 24 horas, todos los días
- Certificado por el DMV
- Ahorre un 10% o un 15% en su seguro de automóvil



## CERTIFICACIÓN DE BANDERILLERO

---

- Certificación nacional
- Clases presenciales
- Aprobado por ATSSA
- Incluye la tarjeta de certificación de ATTSA
- Certificación válida por cuatro años



## CERTIFICACIÓN DE CPR/AED

---

- Aprobado por ASHI
- Aprobado por OSHA
- Certificado válido por dos años



## SEGURIDAD EN EL LUGAR DE TRABAJO

---

- Certificación presencial de carretillas elevadoras
- Certificación Trabajador OSHA-10, para la industria general y la construcción
- Certificación Supervisor OSHA-30, para la industria general y la construcción
- OSHA, disponible en formato presencial o en línea



## Curso en línea **SMARTDRIVE** de conducción defensiva para adolescentes

---

- GRATIS para los estudiantes de la escuela secundaria de Delaware que cumplan los requisitos
- Visite [smartdriveusa.org](http://smartdriveusa.org) para inscribirse



## **¡La mejor y más antigua capacitación de seguridad de Delaware!**

*Sirviendo a los condados de New Castle, Kent y Sussex*

**Llame al (302) 276-0660 o  
visite [delawaresafety.org](http://delawaresafety.org)**

2 Penns Way, Suite 201, New Castle, DE 19720