

FACTORES QUE AFECTAN **A LA CONDUCCIÓN**

Alumnas: Fabiola Rentería y Martha Suárez

cuáles son los medicamentos susceptibles de ser recetados?

Los psicofármacos son las sustancias que pueden tener efectos más perjudiciales para los conductores, se pueden agrupar en tres grandes áreas:

- **Tranquilizantes** : Actúan como depresores de la actividad psíquica.
- **Sedantes**: Son calmantes y reductores de la ansiedad.
- **Estimulantes**: Actúan sobre el sistema nervioso central elevando el tono psicológico y tratar estados depresivos.

Manifestaciones

Tranquilizantes	Sedantes	Estimulantes
variar el sueño	visión borrosa	euforia
reduce los niveles de alerta	varía el sueño	calor corporal
disminuye el tiempo de reacción	disminuye el tiempo de reacción	estado de nerviosismo
visión borrosa		

Medicamentos más destacados afecta en la conducción

- **Ansiolíticos:** tiene una acción depresora sobre el SNC.
- **Antidepresivos:** trata los trastornos depresivos.
- **Tranquilizantes:** deprime al Sistema Nervioso Central.
- **colirios:** bloquea la visión.
- **pomadas oftálmicas:** bloquea la visión

FARMACOS ANSIOLITICO (BENZODIACEPINAS) SEGÚN ACCION

FARMACO	INICIO DE LA ACCION	DURACION DE LA ACCION
Diazepam (Valium®)	Muy rápido	Larga: 20-100 horas
Cloracepato (Tranxilium®)	Rápido	Larga: 30-100 horas
Fluracepam (Dormodor®)	Muy rápido	Larga: 47-120 horas
Bromacepam (Lexatin®)	Muy rápido	Media 8-20 horas
Alprazolam (Trankimazin®)	Muy rápido	Media 9-20 horas
Loracepam (Orfiadl®, Idalprem®)	Lento	Media 10-20 horas
Mirazolam (Dormicum®)	Muy rápido	Corta: 1-10 horas

ANTIDEPRESIVO	PRESENTACIÓN	DOSIS	OTROS
FLUOXETINA	Cáp. 20 mg DESAYUNO	Adultos: 20 – 80 mg Niños : 0.5mg / 12 h max 20 mg	no usarse con IMAO / espera 5 semanas.
SERTRALINA	Tab. 50 – 100 mg	25 – 200 mg	No aumenta los niveles séricos ADT
FLUVOXAMINA	Tab. 50 – 100 mg	50 – 200 mg dosis única noche	Produce más diarrea.
PAROXETINA	Tab. 12,5 – 25 mg	10 – 50 mg noche	
CITALOPRAM	COMP. RECUBIERTO 10 – 20 mg	20 – 60 mg	Menos interacciones farmacológicas
ESCITALOPRAM	COMP. 10 – 20 mg	10 – 40 mg	Enantiomero (citalopram) mejor tolerancia y menos interacciones farmacológicas



Drogas

depresoras del sistema nervioso	estimulantes	alucinógenas
cannabis	anfetaminas	hongos
heroína	cocaína	LSD
morfina	éxtasis	ketamina
metadona		



Solución Oral



Los alimentos pueden afectar a la conducción?

Los alimentos juegan un papel fundamental y determinante en nuestra **seguridad vial**, por ejemplo:

- una alimentación inapropiada pueden provocarnos somnolencia, fatiga, pesadez, reducción de nuestra capacidad de atención, menos reflejos.
- puede aumentar las posibilidades de sufrir un accidente de tráfico

DEBES!

Realizar una alimentación equilibrada y saludable que ayudará a prevenir enfermedades y, además, reducirán las posibilidades de siniestro.

- guisos y estofados grasos
- quesos fuertes o curados, la mantequilla o la nata.
- **leche caliente**
- cereales (salvo el arroz), legumbres, verduras como el brócoli o la coliflor
- Pastelería y bollería grasas.
- Bebidas **gaseosas**



FINAL