Cuide el camino. Cuide su mente.

¿Es un conductor distraído? Encierre en un círculo la respuesta que se aplique mejor en su caso.

Mientras conduce, con qué frecuencia...

1. 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**

2. 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**

3. Come o bebe.
   Nunca **A veces** **Con frecuencia**

4. Usa un teléfono celular para hacer negocios importantes o tratar problemas familiares complicados.
   Nunca **A veces** **Con frecuencia**

5. Cambia la radio, CD o cinta mientras conduce.
   Nunca **A veces** **Con frecuencia**

6. Se afeita, se maquilla o atiende otras tareas de cuidado personal.
   Nunca **A veces** **Con frecuencia**

7. Lleva mascotas, plantas, objetos o cargas sueltas u otros artículos variados en su automóvil.
   Nunca **A veces** **Con frecuencia**

8. Lee un mapa de rutas, periódico o informe del trabajo.
   Nunca **A veces** **Con frecuencia**

9. Se prepara para una próxima reunión de negocios.
   Nunca **A veces** **Con frecuencia**

10. Escribe notas para recordarse las cosas que necesita hacer.
    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 - 30 = ¡Excelente trabajo!
15 – 25 = Hay cosas para mejorar
0 – 15 = En riesgo

Reimpreso con el permiso de la Fundación AAA para seguridad en el tránsito y AAA de California del norte. (Copyright 2006)