Distracted While Walking Stats & Facts – Spanish



HECHOS

1. La solución a la distracción al caminar es sencilla: No utilices el móvil ni realices otras actividades que te distraigan mientras caminas. Céntrate únicamente en la tarea que tienes entre manos: ir del punto A al punto B en una sola pieza, y preocúpate de revisar tu teléfono cuando llegues.
2. Las lesiones causadas por la distracción debida al uso de un teléfono móvil mientras se camina se han vuelto tan comunes que el Consejo Nacional de Seguridad ha añadido de hecho "caminar distraído" como una categoría en su informe estadístico Injury Facts.
3. Las personas que envían mensajes de texto mientras caminan tienen un 60% más de probabilidades de lesionarse o causar lesiones que las que no envían mensajes de texto. Los científicos llaman a este fenómeno "ceguera por falta de atención"; afirman que el cerebro humano sólo puede concentrarse adecuadamente en una tarea a la vez. Cuando se envía un mensaje de texto o se habla por teléfono y se intenta caminar, no se puede prestar toda la atención a ambas tareas.
4. Según la declaración del Consejo Nacional de Seguridad, los empresarios deben abordar el riesgo de la misma manera que han abordado la conducción distraída. Tanto los peatones como los conductores que utilizan el teléfono móvil se ven perjudicados y están demasiado distraídos mentalmente como para concentrarse plenamente en su entorno, según un libro blanco publicado por el Consejo Nacional de Seguridad.

ESTADÍSTICAS

- Según la Administración Nacional de Seguridad Vial, en 2012 murieron casi 5.000 peatones y otros 76.000 resultaron heridos en accidentes de tráfico. Las muertes de peatones empeoran cada año, quizá debido al uso de teléfonos inteligentes y otros dispositivos.
- Aunque las lesiones por caminar distraído con el teléfono móvil fueron más comunes entre las mujeres y las personas de 40 años o menos, el problema está afectando a todos los grupos de edad. El 21% de los lesionados tenía 71 años o más. Hablar por teléfono fue la causa del 62% de las lesiones, las más comunes de las cuales fueron dislocaciones o fracturas, esguinces o distensiones y conmociones cerebrales. Casi el 80% de las lesiones se debieron a una caída.
- Según un estudio reciente, teclear (enviar mensajes de texto) o leer un texto altera la marcha, la velocidad y la forma de caminar de los peatones.
- Los adolescentes y los adultos jóvenes, de entre 16 y 25 años, fueron los más

propensos a sufrir lesiones como peatones distraídos, y la mayoría se lesionaron mientras hablaban en lugar de enviar mensajes de texto: Hablar por teléfono supuso el 69% de las lesiones entre 2004 y 2010. Los mensajes de texto representaron el 9% de las lesiones durante el mismo periodo.

- Los peatones distraídos pueden haber sido un factor que contribuyó a las 4.200 muertes de peatones y a las 70.000 lesiones en accidentes de tráfico en 2010, según la Administración Nacional de