



# Básico para el compromiso voluntario sobre la prevención de accidentes



[www.hellwach-mit-80kmh.de](http://www.hellwach-mit-80kmh.de)

<https://www.facebook.com/Hellwachmit80kmh/>

© Hellwach mit 80 km/h e. V. 2021

**Verlag  
Waldkirch**



[www.verlag-waldkirch.de](http://www.verlag-waldkirch.de)

## Las 10 reglas de Max Eighty

explicado por **Dieter Schäfer**  
([www.facebook.com/DerVerkehrspolizist](https://www.facebook.com/DerVerkehrspolizist)) et  
ilustrado por **Karl Gärtner**  
([www.illustrationsgaertner.de](http://www.illustrationsgaertner.de))

Una cuestión de ética profesional, pero también de  
cultura empresarial:

Norma por norma con comentarios.

Dirás, ¡no hace falta decirlo!

¿De verdad?

Entonces TODO sería bueno.





## Regla nº 1

### Las pausas y el descanso

¿Está usted estresado? ¿Duerme mal y nunca se siente realmente descansado? ¿Se ha sorprendido alguna vez cerrando brevemente los ojos mientras conducía? Haga algo al respecto. Reduzca su nivel de estrés. Déjate aconsejar, por ejemplo, por los compañeros de ver.di - Kraftfahrerkreise Deutschland.

([www.kraftfahrerkreise.de](http://www.kraftfahrerkreise.de)) o de docstop.eu ([www.docstop.eu](http://www.docstop.eu)).

Presta atención a tu dieta. Toma siempre suficiente oxígeno durante tus descansos. Pide consejo a tu médico desde el principio.





Hacer una llamada telefónica ¡Cualquier llamada telefónica distrae!  
... sólo con un equipo de manos libres y sólo cuando sea realmente importante.

## Regla nº 2

### Hablar por teléfono mientras se conduce

¡Tengo un kit de manos libres! ¡Hago llamadas regularmente en la carretera! ¡Puedo hacer esto! ¿Puedes?

Pregúntese, después del siguiente intercambio intenso con su colega, en qué se fijó del tráfico que tenía delante mientras charlaba. Ningún cerebro puede hacer varias cosas a la vez como un ordenador. Si haces dos cosas a la vez, la atención se divide. Esto puede costarle un valioso tiempo de reacción. Así que, a pesar de hablar con las manos libres, hazlo de forma breve.





¡¿Aburrido?! ¡...son tabúes cuando se conduce!

## Regla nº 3

### Redes sociales contra la monotonía

Una vez más, la prohibición de adelantar no quiere terminar. El mo-notone tailgating es molesto. Tengo que hacer algo o tendré una crisis. ¿Hay algo nuevo en mi línea de tiempo? ¿A quién le ha gustado mi post? ¡Tengo que comentar inmediatamente!

21 - 22 - 23 ... ¡muerto!

Las redes sociales mientras se conduce son un tabú.





## Regla nº 4

### Aplicaciones de navegación

¿Tiene una aplicación de navegación adecuada para los vehículos pesados?

No confíes en Google Maps.

Puedes quedarte tirado en un puente para bicicletas, en un camino rural, en un callejón sin salida o frente a un puente demasiado bajo.

No sólo es embarazoso. También puede ser bastante caro.

Averígualo, las aplicaciones no son tan caras.





## Regla nº 5

**Hacer varias cosas a la vez mientras se conduce**

¿Te gusta leer un libro emocionante en el camino? Siempre tienes la carretera en el rabillo del ojo. Mientras esté rodando, no importa.

Pero recuerda que si haces dos cosas a la vez, tu cerebro dividirá tu atención. Esto puede costarle un valioso tiempo de reacción. Y aunque te adelanten a toda velocidad en los carriles central e izquierdo, es posible que ya se haya formado un atasco en el carril derecho al acercarte a un cruce de la autopista. Por tanto, mantén siempre la vista en la carretera.





## Regla nº 6

### La cabina del conductor como cocina comedor

Mi cabina es mi sala de estar, y a veces mi cocina. El olor del café recién hecho que sale de la máquina del salpicadero es incomparable. El primer sorbo es un placer. ¿Y si de repente tienes que frenar bruscamente y la taza se te resbala de la mano y el café hirviendo se vierte en tu entrepierna? Así que, por favor, ¡no mientras conduces!





Alcohol - ¡no va en absoluto!  
Medicación ¿Seguro que puedes conducir con esto? Es mejor que pregunte.

## Regla nº 7

### Alcohol y otros sustancias tóxicas

Si tus sentidos están nublados, ¡corres todo el riesgo!  
Su capacidad de reacción se ve ralentizada. Esto aumenta la fuerza del impacto. Con el empuje de 40 toneladas detrás de ti, esto suele ser fatal.

Los conductores profesionales y el alcohol no son una opción.  
En el caso de los medicamentos, pregunte por los efectos.  
Y recuerde, si se encuentra con un conductor ebrio en el trabajo, mirar hacia otro lado no es la respuesta.





## Regla nº 8

### La cabina como vestuario

Uf - más cálido de lo esperado. Pongamos algo más ligero.  
Tengo aviso de salida de carril y control de cruce adaptativo.  
Tu confianza es increíble, ¿y si el coche de delante tiene que parar?  
No lo hagas, ¡la seguridad es lo primero!





Si se le cae algo, deténgase en la siguiente oportunidad y sólo entonces recójalo.

## Regla nº 9

### El reflejo de agarre

Ya conoces el reflejo,  
Se le cae el móvil de la mano  
el paquete de cigarrillos se cae  
el cigarrillo humeante se cae

...

Automáticamente lo alcanzas.

Pero si quiere captar el objeto en la cabina del conductor, su cabeza está por debajo de la línea de visión.

También puedes romper el volante.

Las consecuencias pueden ser fatales. ¡Déjalo!





-conduciendo hacia arriba -empujando -demasiado rápido.  
¡No te vayas! ¡Tienes 40 toneladas de responsabilidad!

## Regla nº 10

### El mandamiento máximo de los ochenta

Los más mayores aún lo conocen, el capitán de la carretera. El lema era „Larga distancia - Rápido - Bueno“ y los carteles publicitarios decían: „Tómame tu tiempo y no tu vida“.

Lejos del romanticismo del conductor de larga distancia, la idea de gestión „justo a tiempo“ azota a los conductores profesionales de hoy.

Los atascos diarios, las interminables prohibiciones de adelantamiento, las franjas horarias inflexibles en las rampas, los egos sobredimensionados de los llamados supercamioneros, la competencia de los bajos salarios de Europa del Este, la pérdida de solidaridad y, por último, el puro pensamiento laboral convierten



a muchos camioneros en lobos solitarios. Se despotrica mucho, se sabe más, pero no hay muchos cambios.

¿Qué ha pasado con la idea de asociación y consideración mutua en el tráfico rodado? ¿No ha sido siempre el más fuerte el más noble?

El grupo de presión de los ciclistas, en su búsqueda de un giro en el tráfico, insiste en que el más débil no debe ceder el paso al más fuerte si está en su derecho.

Los conductores de automóviles reprochan a los camioneros que les estropeen su libertad de circulación y su rapidez cada vez que les adelantan.

Algunos camioneros mantienen deliberadamente una distancia pequeña con el vehículo que les precede para que nadie les interfiera y no se les pase por detrás. Al hacerlo, se obstinan en tener el pie en el acelerador a fondo y no piensan en frenar brevemente y en asociación.

En este mundo globalizado y con pandemias, ¿no somos todos dependientes de los demás? Piénsalo.

La consideración y la serenidad reducirán tu nivel de estrés.

**Te sentirás mejor.**

**Participa: conviértete en uno de los [Max Ochenta](#).**

**Ayuda activamente a acabar con las tristes e innecesarias muertes al final de los atascos.**



Por lo tanto: aclare siempre su ruta con respecto a las obras permanentes en la carretera.

No se sorprenda por el final de un atasco.

Conduzca con previsión y consideración.

Le deseamos un viaje seguro y sin accidentes - nosotros, los

**Max Ochenta.**

**Dieter Schäfer** fue durante muchos años jefe de la policía de tráfico de Mannheim y responsable, entre otras cosas, de las autopistas en torno al cruce de Walldorf. Un accidente de camión fatal y evitable con cuatro muertos

las muertes de pasajeros en el Lunes de Carnaval de 2018 impulsaron la fundación de la asociación „Hellwach mit 80 km/h e. V.“.

Nacida de los miembros del Club del Puerto de Mannheim, la asociación incluye ahora varias empresas del sector logístico, así como asociaciones y proveedores de servicios.

El objetivo de la asociación es reducir los accidentes al final de los atascos en las rutas de tránsito alemanas a la luz de la Visión Cero.



# IVECO



## Ihre Sicherheit ist uns wichtig

Erfahren Sie, wie Sie IVECOs innovative Assistenzsysteme für Ihre Sicherheit aktiv nutzen können: [max80.iveco.de](https://max80.iveco.de)