



¿Cuándo debes dejar de conducir?

Por Luciana Mitzkum Weston, Especialista de Cuidado

En octubre del 2003, George Russell Weller, de 86 años, mirando hacia el frente y sosteniendo con firmeza el volante, estrelló su 1992 Buick Le Sabre contra un mercado al aire

libre en Santa Monica, CA. Desde entonces, el debate sobre los sobre conductores ancianos se ha intensificado.

La tragedia, uno de los peores accidentes de tráfico en la historia de los Estados Unidos, dejó 10 muertos y 63 heridos graves.

Los accidentes catastróficos como el de Weller son raros, pero los registros muestran que las tasas de mortalidad de los conductores comienzan a subir después de los 65 años. La tasa de muertes entre los conductores de 75 a 84 años es de aproximadamente tres por cada millón de millas conducidas. Después de los 85 años, las tasas de mortalidad vehicular saltan casi cuatro veces a la tasa de los adolescentes. Ahora hay más de 2 millones de conductores en esa categoría en nuestras carreteras. Las cifras aumentarán a medida que la población del baby-boom envejezca.

Mientras que la mayor parte de la discusión sobre conductores ancianos gira en torno a la cuestión de la edad, y puesto a que nadie puede llegar a la conclusión sobre a que edad se considera ser demasiado viejo para conducir, los estados han luchado para pasar legislaciones eficaces que mantengan las carreteras más seguras. En muchos estados, los conductores mayores deben presentarse en persona para renovar sus licencias. En solo cuatro estados (Maryland, Nevada, Nuevo México y el Distrito de Columbia) se

requiere algún tipo de evaluación médica. Los exámenes de manejo, cruciales en la evaluación de la capacidad física y conciencia mental, sólo se requieren en Illinois y New Hampshire. En 18 estados no hay restricciones en absoluto.

Un enfoque más productivo no se centraría en la edad, sino en la aptitud física. La vejez normal causa problemas físicos que afectan la conducción- problemas auditivos o de la visión, reflejos lentos y falta de flexibilidad. Sin embargo, todos envejecemos a diferentes ritmos, e incluso el inicio de la demencia se produce de manera diferente en cada persona afectada.

A pesar de los impedimentos físicos causados por el envejecimiento normal, los pacientes con demencia tienen deficiencias adicionales en la percepción y el procesamiento visual; incapacidad de prestar atención por largo tiempo; para responder a múltiples estímulos a la vez; para hacer juicios correctos (tales como cuales conductores tienen el derecho de paso); y para reaccionar apropiadamente bajo presión en una situación de tránsito.

Los estudios demuestran que a pesar de que las personas en las primeras etapas de la demencia son capaces de conducir en condiciones normales, tienen dificultades para responder a circunstancias nuevas o difíciles, y también están en riesgo de perderse mientras conducen. A medida que la demencia progresa, la capacidad de conducir correctamente disminuye.

Mientras no se implemente un sistema de evaluación de la aptitud de conducción más confiable, los propios conductores, como

alzheimer's association®

**Sector California Central
Condado de Santa Bárbara**
1528 Chapala St., Ste 204
Santa Barbara, CA 93101
Tel: 805.892.4259

120 E. Jones Ave., Ste 113
Santa Maria, CA 93454
Tel: 805.636.6432

Condado de San Luis Obispo
71 Zaca Lane, Ste 110
San Luis Obispo, CA 93401
Tel: 805.547.3830

Condado de Ventura
2580 East Main St, Suite 201
Ventura, CA 93003
Tel: 805.494.5200

**Línea de Emergencia
24-Horas**
800.272.3900
www.alz.org/CaCentral



alzheimer's association®

Cont. de pág.1

primer nivel de defensa, evaluarán sus propias habilidades de conducción. La mayoría de los conductores ancianos renuncian a la conducción - más de 600,000 al año, según la Revista Americana de Salud Pública.

La demencia sin embargo, también compromete la capacidad de auto-evaluación, y la mayoría de los conductores con demencia no reconocen que su conducción es insegura. En consecuencia, los conductores con demencia a menudo continúan conduciendo después de que se les haya aconsejado dejar de hacerlo, o incluso después de haber tenido un accidente. Si se les permite continuar conduciendo, el 30 por ciento de los conductores con demencia en etapas intermedias tendrán un accidente, según estiman investigadores en la Universidad de Washington en St. Louis. Un conductor con deterioro cognitivo también es más probable que cause un accidente sin percatarse o involucrarse directamente en él.

En 2009, Lois Phillips, de 84 años, se dirigía al dentista mientras manejó varias millas en el carril equivocado de la autopista I-95 en Filadelfia. Antes de ser detenida por la policía, ella había provocado un caos. Causó cuatro accidentes, y la inesperada desviación de varios conductores para evitar estrellarse con ella. El vehículo de la señora Phillips resultó ileso y ella ni siquiera sabía por qué estaba siendo detenida.

Afortunadamente, no hubo muertes en este caso. Cuando la autoevaluación falla, el segundo nivel de defensa es la familia del conductor que puede monitorear las habilidades de conducción, evaluar la condición física y prepararse para tomar la difícil decisión de quitarle las llaves a la persona con demencia. Mientras viajan como pasajeros dentro del vehículo, el familiar/cuidador debe buscar signos de conducción inseguros, como conducir demasiado lento o detenerse sin razón, entrar al carril equivocado, girar frente a otros coches, retroceder o cambiar de carril sin mirar hacia atrás o revisar los espejos. Los golpes o rayones inexplicables en el vehículo son indicadores claros de que conducir ya no es seguro.

El tercer nivel de defensa, es el médico. En California, los médicos están obligados por ley a reportar trastornos caracterizados por lapsos de conciencia, así como la enfermedad de Alzheimer y trastornos relacionados. Los conductores comerciales de más de 65 años están obligados a pasar un examen físico anual para mantener sus licencias. Las compañías de automóviles también están preocupadas por el incremento de inseguridad durante la conducción a medida que envejecemos.

Muchas compañías están estudiando e implementando características en sus autos que hacen que la conducción sea más segura para los conductores ancianos, como las cámaras y la tecnología preventiva de

Consejos

Reduce la necesidad de conducir, programa la entrega de medicamentos o alimentos o en tu casa.

Transfiere las responsabilidades de conducir a otros. Organiza a los miembros de la familia y amigos para proporcionar transporte. O usa servicios especiales de transporte para ancianos.

Píde al médico que aconseje a la persona con demencia que no conduzca y que indique en la prescripción: "No conducir".

Sustituye su licencia de conducir con una tarjeta de identificación con fotografía.

No asumas que el retiro de una licencia de conducir desalentará la conducción. Tu ser querido quizá olvide que no tiene una licencia para conducir o incluso que la necesita.

Desactiva el coche. Retira la tapa del distribuidor, la batería o el cable de arranque. Solicita a un mecánico que instale un "interruptor de arranque" que evite que automóvil no encienda.

O dale a la persona con demencia un conjunto de llaves que se parezcan a sus llaves originales, pero que no funcionen para encender el coche.



Herramientas:

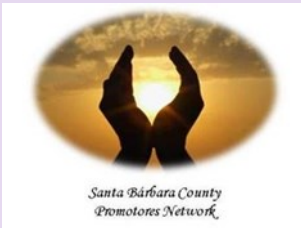
- ◆ **Centro de Recursos Demencia & Conducción de la Asociación de Alzheimer:** alz.org/care/alzheimers-dementia-and-driving.asp
- ◆ **Easy Lift:** Proporciona servicios de transporte en el sur del Condado de Santa Bárbara -805.681.1181
- ◆ **SMOOTH:** Proporciona servicios de transporte en el norte del Condado de Santa Bárbara
- ◆ **AARP Conducción** seguridad: aarp.org/home-garden/transportation/driver_safety/
- ◆ **AAA Evaluación Interactiva de la Conducción:** seniordriving.aaa.com/
- ◆ **Guía del Médico para Evaluar y Aconsejar a los Conductores Ancianos:** nhtsa.gov/people/injury/olddrive/OlderDriversBook/

*Continuación de pág. 2:***Está cuidando a un ser querido que es un adulto mayor?**

Aprenda algunas formas de reducir el estrés, adaptarse a los cambios de responsabilidades y a cuidarse a usted mismo.

Únase a nuestro grupo de apoyo o vea individualmente a un terapeuta especializado en brindar apoyo para el cuidador de manera confidencial y sin costo.

Para mayor información, contacte 805.705.7393



accidentes. Aunque la gran mayoría de los accidentes que involucran a conductores no aptos resultan solo en defensas de autos dañadas, los accidentes con fatalidades también ocurren en gran escala. La conducción inapropiada es una cuestión de seguridad pública y de la implementación de políticas eficaces que verifiquen la aptitud de los conductores comerciales en California.

Pero mientras no se implementen esas políticas, depende de cada individuo y de la comunidad, asegurarse de que la conducir sea seguro. No dudes en buscar ayuda si sospechas de conducción insegura. La AARP ofrece un programa de seguridad para conductores en línea en todo el país. Tu como familiar/ cuidador, también puedes solicitar que el DMV revise la capacidad de conducir de tu ser querido, simplemente solicitando una reexaminación del conductor, (formulario DS 699) o escribiendo a la Oficina de Seguridad del Conductor local.

Conducir en América es sinónimo de independencia y alta autoestima. El abandono de la conducción es una de las decisiones más difíciles, porque afecta el estilo de vida. Los familiares deben prepararse para proporcionar formas alternativas de transporte y apoyo emocional a la persona con demencia para prevenir que se demprima cuando deje de conducir.

Recuerda: abandonar la conducción no es tan incómodo en comparación a la tragedia de un accidente mortal. ¡Cuidado!

CUIDADOR ON-LINE HERRAMIENTAS**Conviértete en Intercesor**

El Sector Central de la Asociación de Alzheimer en California te invita a convertirte en un intercesor del Alzheimer. Por favor, únete a nosotros y aboga por los derechos y necesidades de personas diagnosticadas con Alzheimer, las de sus familiares y proveedores de cuidado. Ayúdanos a lograr nuestra visión de crear un mundo sin Alzheimer.

Regístrate en: alz.org/advocacy

Alzheimer's Navigator®

Alzheimer's Navigator® (Navegador de Alzheimer), es una herramienta digital gratuita diseñada específicamente para aclarar tus dudas mediante la creación de planes de acción personalizados, y para brindarte acceso a información, apoyo y recursos locales. alzheimersnavigator.org

**TrialMatch**

Investigadores prueban nuevos metodos de detectar, tratar y prevenir el Alzheimer y otras enfermedades relacionadas con la demencia a través de ensayos clínicos. La Asociación de Alzheimer TrialMatch® es un servicio gratuito que facilita a las personas diagnosticadas con Alzheimer, a sus familiares, a sus proveedores de cuidado, y médicos a localizar ensayos clínicos basadas en características personales (diagnóstico, etapa de la enfermedad, etc.) y su ubicación. alz.org/trialmatch

AlzConnected

Conéctate con una comunidad que ofrece apoyo de Alzheimer. Comparte preguntas y opiniones con una comunidad diversa. Obtén respuestas a tus preguntas o apoya a otros proveedores de cuidado sugiriendo soluciones a sus desafíos. Visita: alzConnected.org

Aprendizaje Electrónico

Ser proveedor de cuidado no viene con un manual de instrucciones, pero hay recursos disponibles para prepararse. Usa los cursos de capacitación, los talleres, libros y DVDs en este portal digital para desarrollar habilidades de cuidado y conocer consejos prácticos.

alz.org/care/alzheimers-dementia-care-training-certification.asp