

### Distrazione alla guida

La distrazione alla guida costituisce una delle principali cause di incidente stradale. In base ai dati ISTAT, nel 2016 il numero di incidenti imputabili alla guida distratta è stato di oltre 36 mila casi, pari a circa il 16,2% degli incidenti stradali.

Il dato ISTAT risulta in linea con quanto stimato da studi della Commissione europea che individuano la distrazione come causa di una percentuale variabile dal 10 al 30% di incidenti. Tra i principali fattori di distrazione vi è l'uso del cellulare alla guida per telefonare o per inviare/leggere messaggi nonché della maggior parte dei dispositivi di bordo (di navigazione, di intrattenimento ecc.). Diversi studi hanno confermato una generale sottovalutazione della distrazione come fattore di rischio da parte dei conducenti. Peraltro il fenomeno è in crescita parallelamente alla diffusione dell'utilizzo di dispositivi telefonici e di bordo che possono distogliere l'attenzione dalla guida.

La guida richiede continua attenzione alla strada ed al traffico così come un buon controllo del veicolo. Non prestare una piena attenzione può condurre ad una perdita di controllo o ad una andatura incerta che può mettere a rischio sé stessi e gli altri. Sebbene non esista una definizione comune del termine "distrazione" per il guidatore, generalmente si conviene che il guidatore è distratto quando la sua attenzione è focalizzata su qualcosa di diverso della guida: distrazioni visive, uditive, biomeccaniche (regolazioni degli apparecchi di bordo) oppure distrazioni cognitive (sovrappensiero). Poiché guidare è prima di tutto un'attività che coinvolge le capacità visive, le distrazioni visive sono tra quelle più pericolose. In ogni caso l'importante è capire che non è possibile fare due cose contemporaneamente quando una di queste è guidare.

### Potenziati effetti

Sono diversi gli studi che hanno esaminato gli effetti dell'utilizzo del cellulare durante la guida ed emergono dati significativi:

- **scrivere un messaggio equivale a 10 secondi di distrazione** e a percorrere 300 metri senza guardare la strada, fare un selfie distrae dalla guida per 14 secondi;
- **per consultare un social network ci vogliono 20 secondi** (a 100km/h significa percorrere cinque campi da calcio al buio);
- il rischio di incidente per chi utilizza il cellulare durante la guida è **fino a 4 volte superiore** rispetto a chi non ne fa uso;
- **i tempi di reazione** di chi guida e contemporaneamente usa un dispositivo elettronico **si riducono del 50%**;
- **per fermare il proprio veicolo** mentre si sta parlando al telefono con il cellulare in mano **occorrono 39 metri a fronte di 8 se invece si usa auricolare o kit vivavoce** (in sostanza 31 metri in più);
- usare un dispositivo elettronico **abbassa la soglia di attenzione rendendola simile a quella di chi guida con un tasso alcolemico di 0,8 g/litro** (il limite è 0,5).

### Indicazioni del Codice della strada (art. 173)

L'articolo 173 vieta di usare cellulari o smartphone alla guida, anche per mandare sms. Si può telefonare solo usando l'auricolare. Chi viola queste disposizioni è soggetto a sanzione amministrativa da 161 a 646 euro e alla decurtazione di 5 punti patente.