



Noviembre, 2010
Autorizada su publicación

Contacto: Silvia Carulla/Toni Rabal
Tel. 609 732 967 - 93 412 00 32

Según un estudio sobre la ansiedad y su influencia en la conducción

El 22% de los conductores españoles sufren ansiedad cuando conducen

Attitudes celebra una nueva edición de sus Jornada de Reflexión, con un acto presidido por el Ministro del Interior

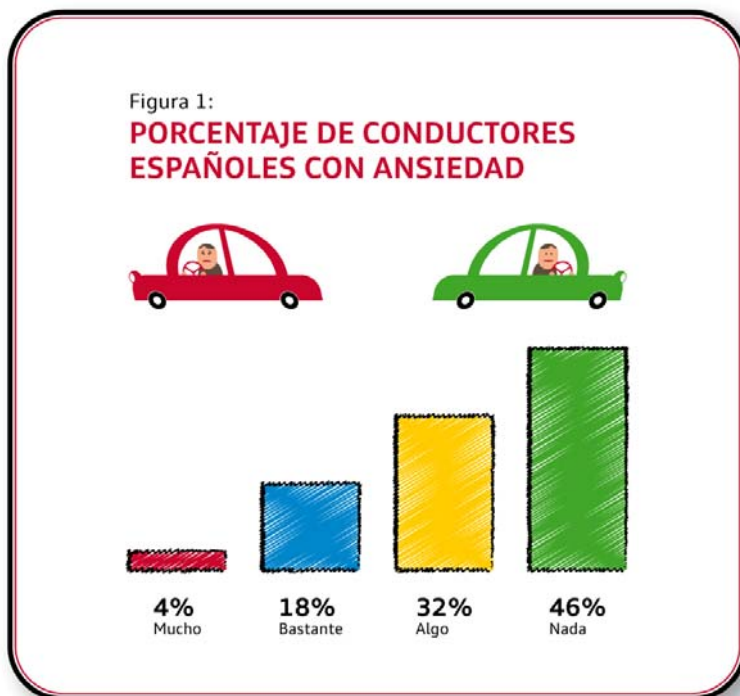
- El 54% de los conductores españoles sufren diferentes niveles de ansiedad cuando se ponen al volante de un vehículo, y concretamente el 22% tienen mucha o bastante ansiedad
- El 4% de los conductores muestran síntomas de amaxofobia
- En un día normal casi uno de cada cinco coches está conducido por una persona que tiene ansiedad cuando conduce y uno de cada tres por una persona que si pudiera no conduciría
- La ansiedad es más frecuente entre las personas que repitieron más veces el examen práctico de conducir
- El 41% de las personas con carné de conducir evita coger el coche siempre que puede
- La mitad de los conductores que sufren ansiedad evitan coger el coche
- Entre las personas que ceden la conducción a un familiar y tienen ansiedad a conducir, hay un 57% de mujeres que dejan que conduzca el marido, y un 13% de hombres que ceden el volante a su mujer
- La conducción peligrosa de los otros conductores es la situación de tráfico que genera mayor ansiedad en los conductores españoles
- Un 19% de los ex-conductores han abandonado la conducción por razones psicológicas como el miedo y la angustia
- Por comunidades autónomas:
 - Galicia es la comunidad autónoma con un mayor porcentaje de personas que admiten tener bastante o mucha ansiedad al volante, con un 33%
 - Baleares y País Vasco son las comunidades con mayor porcentaje de conductores que evitan la conducción, con un 48%



ANSIEDAD EN LA CONDUCCIÓN

El 54% de los conductores españoles sufren ansiedad

En España, más de la mitad de los conductores sufren ansiedad en algún grado cuando se ponen al volante de un vehículo, el 22% padecen un grado considerable de ansiedad y el 4% tienen mucha ansiedad y muestran síntomas de amaxofobia (miedo a conducir) (Fig.1).

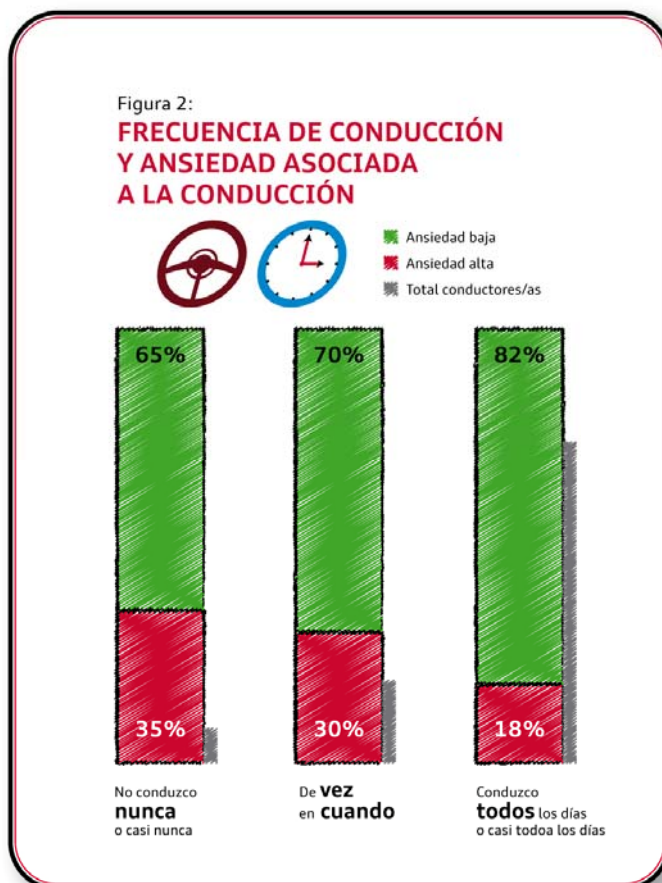


Este 22% de conductores son los que potencialmente pueden ver afectada su forma de conducir y sus hábitos de conducción por la ansiedad experimentada al tener que ponerse al volante. La ansiedad en la conducción es más acusada entre las mujeres que entre los hombres. Así, una de cada cuatro mujeres conductoras ha tenido bastante o mucha ansiedad al volante, mientras que entre los hombres conductores esta razón se aproxima a uno cada cinco.

Por su parte, aspectos como la edad, el estado civil o el nivel educativo no influyen de forma especial entre los conductores con ansiedad alta, aunque no ocurre lo mismo con la variable ocupación, ya que las amas de casa (32%) y los estudiantes (27%) son los colectivos donde la ansiedad en la conducción es más frecuente.

Uno de cada cinco coches está conducido por una persona que tiene ansiedad cuando conduce

El estudio realizado por Attitudes demuestra que hay una relación muy clara entre la frecuencia de conducción y la ansiedad a conducir. El porcentaje de personas que tienen ansiedad es muy alto entre las personas que no conducen nunca o casi nunca y es mucho más bajo entre los que conducen cada día.

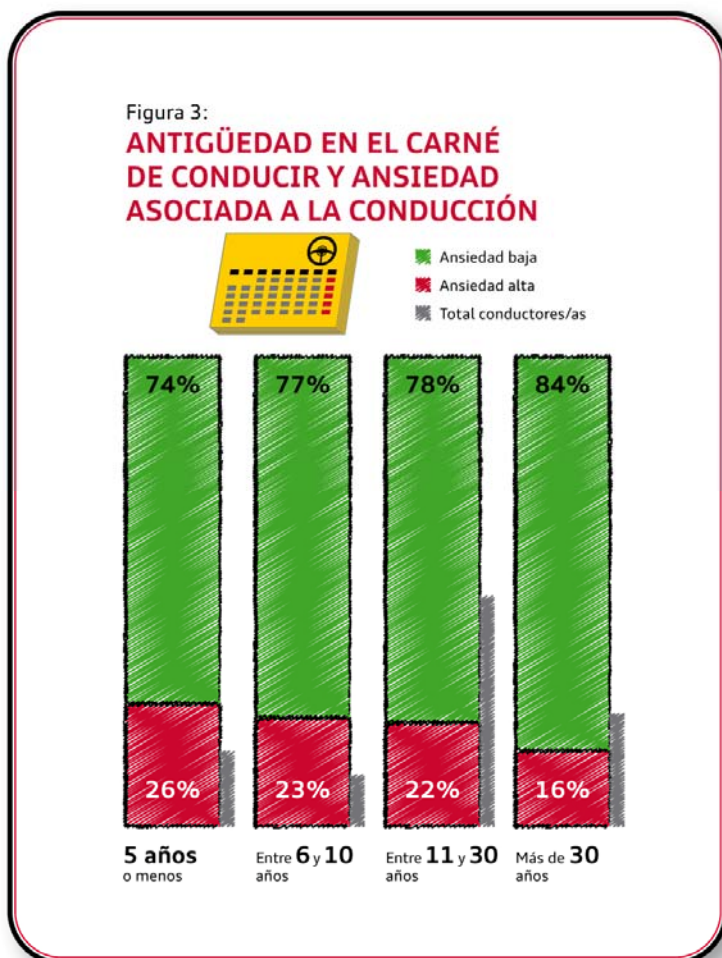


Pero es importante destacar que, incluso entre los que conducen a diario, hay un 18% con ansiedad, lo que significa que en un día normal casi uno de cada cinco coches está conducido por una persona que tiene ansiedad generada por el hecho de estar al volante (Fig. 2).

La ansiedad está más presente entre los conductores que ponen a menudo excusas para no conducir, han reducido la velocidad en carretera, se sobresaltan fácilmente cuando conducen, se sienten preocupados cuando tienen que coger el coche y les sudan las manos cuando conducen. La mitad de las personas con ansiedad alta, dicen que no se sienten preocupados cuando tienen que coger el coche.

A mayor experiencia menor ansiedad

La cantidad de conductores que muestran bastante o mucho nivel de ansiedad al volante va disminuyendo con el número de años que hace que se dispone de carné de conducir (Fig. 3).



De hecho, según los resultados que ofrece el estudio de Attitudes, la ansiedad en la conducción no parece tener relación directa con situaciones vinculadas con la conducción más reciente, sino con la experiencia vivida especialmente durante el primer año de conducción.

Es decir, las personas con niveles altos de ansiedad abundan más entre los conductores que ya durante el primer año de tener carné de conducir se sentían intranquilos, estresados o inseguros, iban acompañados o conducían poco.

Es, básicamente, el mismo colectivo de conductores que tuvieron que repetir en varias ocasiones el examen práctico para obtener el carné de conducir. Porque aunque la ansiedad no parece estar relacionada con el número de veces que el conductor tuvo que examinarse de la parte teórica,

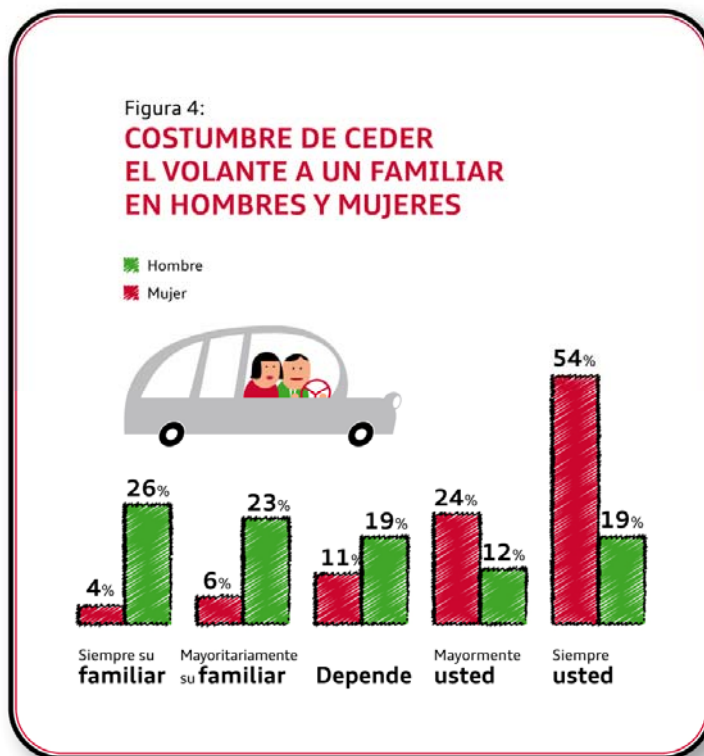
los resultados obtenidos demuestran que el nivel de personas con alta ansiedad a la hora de conducir va aumentando en función del número de veces que se repitió el examen práctico, de manera que la ansiedad afecta al 19% de los conductores que aprobaron a la primera, al 25% de los que hicieron el examen práctico 2 veces y al 27% de los que hicieron la prueba más de dos veces. Por tanto, entre las personas que repitieron más veces el examen práctico, hay más conductores con ansiedad al volante.

La ansiedad y la conducción con acompañante

Las personas ansiosas son más frecuentes entre las personas que les pone de mal humor conducir y entre los que se sienten estresados o recriminados cuando conducen acompañados de otras personas. Por eso, las personas con ansiedad relacionada con la conducción también son mucho más frecuentes entre los que, si van acompañados por un familiar, suelen cederles el volante.

Este patrón de ceder la conducción no es igual en hombres que en mujeres (Fig. 4). Mientras que los hombres declaran mayoritariamente que cuando van con un familiar conducen ellos, en las mujeres es al revés.

Así, el 49% de las mujeres encuestadas afirman que suelen ceder el coche a un familiar, mientras que esta pauta sólo la admiten el 10% de los conductores masculinos. Por lo tanto, se observa que en las mujeres hay dos factores independientes que la alejan de la conducción, la mayor presencia de ansiedad ante la conducción y el patrón social de que conduzcan los hombres.



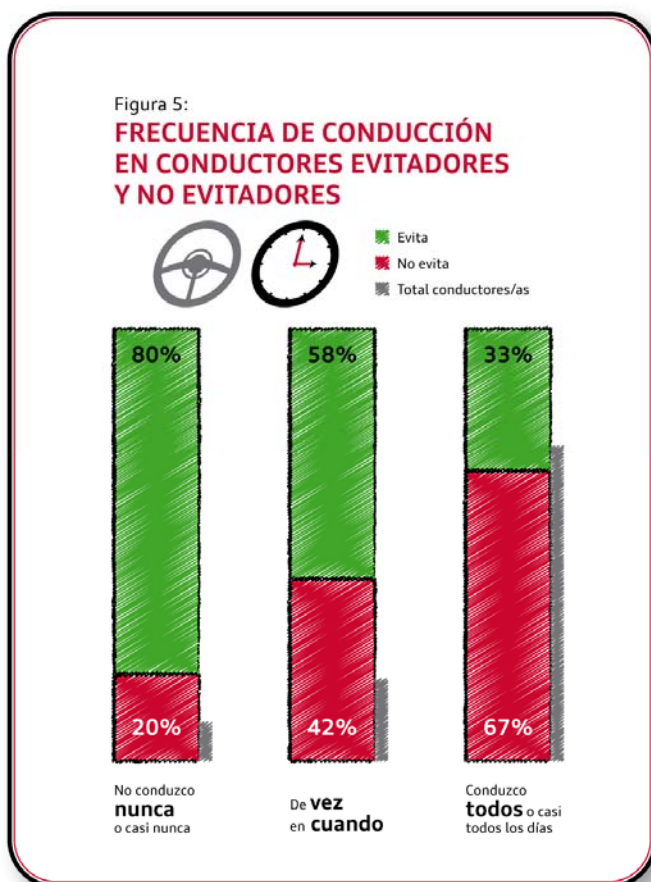
EVITAR CONDUCIR

El 41% de las personas con carné de conducir evita coger el coche

El 41% de las personas con carné de conducir, afirma que evita coger el coche siempre que puede, porque entre otras razones no les gusta conducir, se sienten nerviosas o no sienten capaces, prefieren el transporte público o por cuestiones puramente económicas. Esta tendencia a evitar conducir aumenta con la edad y no registra diferencias entre hombres y mujeres. Por ocupación, el mayor porcentaje de personas que evitan conducir se da en los jubilados (53%) y en las amas de casa (52%).

Por otro lado, tal y como refleja la figura 5, el porcentaje de evitadores dentro del grupo de conductores activos es más bajo (33%) que el porcentaje de evitadores entre los que no conducen casi nunca (80%). Es decir, que uno de cada tres conductores que conducen a diario, si pudiera evitaría coger el coche, y sí lo hacen es porque no tienen más remedio.

Las personas que evitan conducir son más frecuentes en el grupo de personas que se sacan el carnet más por obligación o rutina que por un interés personal y que tardan más de un año en conducir. Durante el primer año de conducción, tanto los evitadores como los no evitadores, suelen ir más solos que acompañados. Sin embargo, entre los conductores que van acompañados por otra persona, son más frecuentes las personas que evitan conducir.



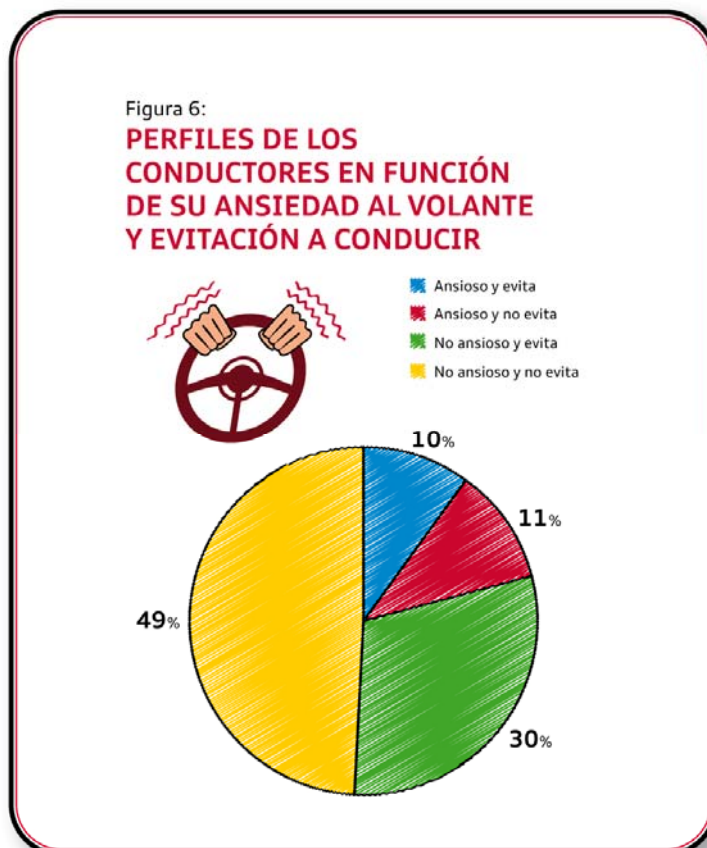
La mayoría de los conductores tienen sentimientos positivos cuando conducen acompañados (tranquilidad y apoyo), aunque la cantidad de conductores que evitarían conducir si pudieran es mayor entre los que se sienten estresados o recriminados cuando van acompañados. Entre los que ceden el volante a un familiar también abundan los conductores evitadores.

Por otra parte, el 71% de los conductores se consideran buenos conductores y muy pocos creen que conducen mal, pero entre los conductores que creen que conducen mal abundan los evitadores (65%), mientras que entre los que creen conducir bien son mayoritarios los no evitadores. El número de conductores evitadores aumenta entre los conductores con actitudes prudentes hacia la conducción (48%). Lo mismo ocurre con la percepción de la velocidad de conducción, ya que los evitadores son el 50% de los que creen que van más despacio que el resto de conductores.

RELACIÓN ENTRE ANSIEDAD Y EVITACIÓN

Un 10 % de los conductores sienten ansiedad y evitan coger el coche

Como ya se ha visto anteriormente, existe un grupo notable de conductores (un 41%) que evitan conducir siempre que pueden, aunque ello no significa que siempre lo consigan. Por otro lado, hay otro grupo (22%) que siente bastante o mucha ansiedad al conducir. Entre los que evitan el coche, se encuentran algunos conductores que tienen un nivel elevado de ansiedad, lo que en estos casos podría explicar el deseo de no conducir. Sin embargo, hay otras razones que pueden llevar a no querer conducir, como sufrir



problemas físicos, o ceder la conducción a otras personas en determinadas circunstancias o preferir otro sistema de transporte. Finalmente, hay personas que a pesar de sentirse ansiosos cuando conducen, dicen que cogen el coche y conducen siempre que pueden.

En resumen, hay un 49% de los conductores que ni se siente ansioso, ni evita coger el coche. Un 11% que sienten ansiedad en la conducción pero que no evitan coger el coche. Un 10% que siente ansiedad y evitan conducir y, finalmente, un 30% que evita coger el coche pero no sienten ansiedad al conducir (Fig. 6).

SITUACIONES QUE PRODUCEN ANSIEDAD

La conducción peligrosa de los otros conductores es la situación que genera casi la mitad de la ansiedad en la conducción

La conducción peligrosa de los otros conductores, las condiciones climatológicas adversas, el tráfico denso y conducir en las grandes ciudades son las situaciones de tráfico que más nerviosos ponen a los conductores españoles y, en consecuencia, les genera mayor ansiedad (Tabla 1).

Tab 1:
CONDUCTORES QUE SE SIENTEN NERVIOSOS EN DIFERENTES SITUACIONES DE TRÁFICO

SITUACIONES DE TRÁFICO	Muchas veces, casi siempre o siempre nerviosos TOTAL CONSULTADOS	Muchas veces, casi siempre o siempre nerviosos CONSULTADOS CON ANSIEDAD ALTA	DIFERENCIA
Cuando los demás conductores no conducen de manera adecuada	47%	63%	16%
Condiciones climatológicas adversas	27%	42%	15%
Con mucho tráfico	25%	39%	14%
En grandes ciudades	22%	33%	11%
Cuando tengo prisa	20%	31%	11%
En carreteras desconocidas	20%	37%	17%
Cuando llevo un coche que no es el mío	20%	35%	15%
Cuando me encuentro mal	20%	29%	9%
Cuando estoy cansado	18%	28%	10%
Cuando viajo con niños	17%	26%	9%
Por la noche	16%	29%	13%
En carreteras con curvas	15%	25%	10%
Cuando estoy preocupado	12%	26%	14%
Al realizar viajes largos	10%	20%	10%
Al pasar por puentes o túneles	7%	14%	7%
En autopistas/autovías	7%	15%	8%





El porcentaje de personas que tiene ansiedad ante la conducción se da por igual en grandes ciudades que en pequeñas poblaciones, pero la evitación del coche sí varía de forma significativa en función del tamaño del municipio donde se vive.

Precisamente en las poblaciones de menos de 5.000 habitantes es donde el porcentaje de conductores que evitan coger el coche es menor (Fig. 7).

También se puede afirmar que la conducción fuera de las carreteras principales genera menos ansiedad, lo que provoca que haya un menor número de conductores que eviten coger el coche.

Figura 7:

CONDUCTORES QUE SE SIENTEN NERVIOSOS EN DIFERENTES SITUACIONES DE TRÁFICO

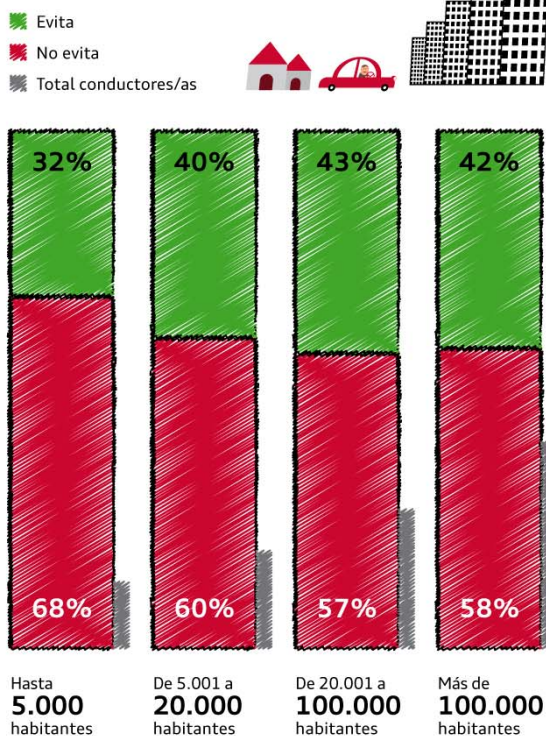
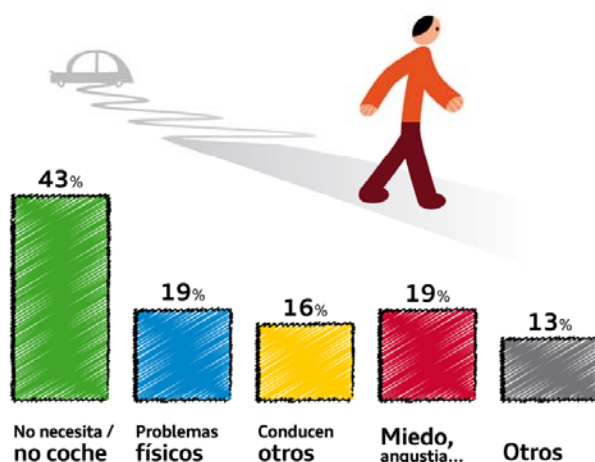


Figura 8:

MOTIVOS PARA NO CONDUCIR EN EL GRUPO DE EX-CONDUCTORES Y NO CONDUCIDORES



EL ABANDONO DE LA CONDUCCIÓN

Un 19% de ex-conductores han abandonado la conducción por razones psicológicas como el miedo y la angustia

Un 7% de los encuestados afirma que en la actualidad hace tiempo que no conducen o lo hacen con muy poca frecuencia. Aunque la mayoría de ellos son ex-conductores (personas que se sacaron el carné de conducir, condujeron durante un cierto tiempo y luego lo dejaron), un reducido grupo dentro de estas personas (el 4 %) se sacaron el carnet de conducir pero no condujeron nunca. Entre estos



conductores que no conducen o hace tiempo que no lo hacen, el porcentaje de conductores ansiosos se sitúa en el 35%.

Entre las razones apuntadas por los ex-conductores, se ha detectado que un 43% han dejado de conducir porque no lo necesitan o no tiene coche, un 19% por problemas físicos, un 16% porque conducen otros, un 19% porque tiene miedo, han sufrido un accidente o no les gusta y otras razones un 13%. Es decir, los que abandonan la conducción se pueden dividir entre los que no lo necesitan, los que no pueden por razones físicas y los que sienten miedo o no les gusta conducir.

En resumen, que hay un 19% que abandonan la conducción por razones predominantemente psicológicas, puesto que tienen la capacidad física y la oportunidad de conducir pero deciden no hacerlo (Fig 8).

LA ANSIEDAD EN LA CONDUCCIÓN POR COMUNIDADES AUTÓNOMAS

Galicia es la comunidad autónoma con un mayor porcentaje de personas que admiten tener bastante o mucha ansiedad al volante

Tab 2:

LA ANSIEDAD Y LA EVITACIÓN DE COGER EL COCHE POR CC.AA.

COMUNIDAD AUTÓNOMA	Conductores con bastante o mucha ansiedad	Conductores que desearían evitar coger el coche
Andalucía	24%	44%
Aragón	28%	40%
Asturias (Principado de) - Cantabria	13%	34%
Baleares (Illes)	22%	48%
Canarias	22%	37%
Castilla y León	14%	45%
Castilla - La Mancha	23%	32%
Cataluña	19%	45%
Comunidad Valenciana	14%	41%
Extremadura	24%	44%
Galicia	33%	37%
Madrid (Comunidad de)	22%	34%
Murcia (Región de)	24%	33%
Navarra (Comunidad Foral de) - La Rioja	18%	41%
País Vasco	26%	48%

La ansiedad ante la conducción varía sensiblemente entre las Comunidades Autónomas. En este sentido, Galicia es la comunidad autónoma con un mayor porcentaje de personas que admiten tener bastante o mucha ansiedad al volante, con un 33%. Otras comunidades con un alto porcentaje de personas con ansiedad al conducir son Aragón (28%), el País Vasco (26%) y Andalucía (24%).

En sentido opuesto, Asturias y Cantabria son las comunidades con menor porcentaje de personas ansiosas al volante (12%), seguidas por Castilla-León y la Comunidad Valenciana (Tabla 2).



En la tabla 2 también aparecen los porcentajes de conductores que evitan conducir en las diferentes Comunidades Autónomas. Las comunidades con mayor porcentaje de conductores evitadores son Baleares (48%), País Vasco (48%), Castilla y León (45%) y Andalucía (44%) y en el otro extremo Castilla-La Mancha (32%), Murcia (33%), Madrid (34%) y Asturias-Cantabria (34%).

¡QUIERO CONDUCIR! DE LA ANSIEDAD A LA FOBIA EN LA CONDUCCIÓN

Estas son algunas de las conclusiones recogidas en el estudio “**La ansiedad y su influencia en los conductores españoles**”¹, realizado por Attitudes en colaboración con la Universidad Autónoma de Barcelona con motivo de la organización de la 9ª Jornada de Reflexión de Attitudes que, bajo el título **¡Quiero conducir! De la ansiedad a la fobia en la conducción**, se celebrará en Madrid el próximo 3 de noviembre.

Se trata de un estudio pionero en alguno de sus apartados que nos ha permitido conocer los comportamientos de personas con carné de conducir o que lo han tenido en alguna ocasión. A partir de dos grandes apartados, la ansiedad en la conducción y la evitación de conducir, se han analizado ámbitos tales como el inicio/abandono en la conducción, los hábitos de los conductores y de quienes han dejado de serlo, expectativas y actitudes sobre el tráfico, limitaciones y miedo a conducir, formas de superar la ansiedad y la amaxofobia, etc.

Los resultados de dicho estudio se darán a conocer en el transcurso de la citada Jornada 9ª Jornada de Reflexión de Attitudes, cuyo acto de apertura correrá a cargo del Ministro del Interior, Alfredo Pérez Rubalcaba.

Como conferenciante invitado de este año, participará el prestigioso escritor y divulgador científico, Eduard Punset, quien disertará sobre las fronteras de las emociones, y entre las cuales la ansiedad es la más común y universal.

La Jornada contará, además, con representantes de la DGT, Fiscalía de Seguridad Vial, Comisión de Seguridad Vial del Congreso de Diputados y representantes de entidades de los ámbitos de la seguridad vial, psicología, sociología y salud pública.

El acto de clausura correrá a cargo del Director General de Tráfico, Pere Navarro.

Coincidiendo con la celebración de esta nueva edición de las Jornadas de Reflexión, se celebrará el décimo aniversario de Attitudes, el Programa de Responsabilidad Social Corporativa de Audi creado en el año 2000 con el objetivo de convertirse en una plataforma que provoque la reflexión en colectivos con inquietudes sociales en el campo de la educación y la seguridad vial.



10 años de Attitudes

¹ El estudio se ha realizado entre 2.070 personas con carné de conducir, con un error muestral del $\pm 2,2\%$.



Contacto

Silvia Carulla - 609 732 967 - s.carulla@attitudes.org
Conchita Orti - 91 343 00 26 - 609 733 299 - info@attitudes.org
Toni Rabal - 609 733 310 - t.rabal@attitudes.org

Descarga de fotos, gráficas en alta resolución, imágenes para televisión e Internet

<http://www.europapress.es/comunicacion/descargas-sigla.html>

Más información

www.attitudes.org

Attitudes es el Programa de Responsabilidad Social Corporativa (RSC) de Audi en España