

Comportamento sulla strada

Rispettare i segnali stradali: Insegna ai bambini il significato dei principali segnali.

Attraversare solo sulle strisce pedonali: E sempre dopo essersi fermati e aver guardato.

Mai usare il telefono mentre si guida: Distrazione = pericolo.

Mantenere la calma e la concentrazione.



Distanza e velocità

Mantenere la distanza di sicurezza: Sia da altri veicoli che da pedoni.

Velocità moderata: Adatta all'ambiente e alle capacità del/delle ragazzi/e.



Ambiente sicuro

Preferire piste ciclabili o aree pedonali: Evitare strade trafficate.

Accompagnamento da un adulto: Fino a quando il ragazzo non è autonomo e consapevole.

Educazione genitoriale e trasferimento delle competenze

È cruciale per promuovere comportamenti responsabili e prevenire incidenti, soprattutto tra bambini e adolescenti.

Si tratta di un insieme di pratiche, conoscenze e atteggiamenti che i genitori trasmettono ai figli per:

- Comprendere le regole della strada.
- Sviluppare comportamenti sicuri come pedoni, ciclisti o futuri conducenti.
- Promuovere una cultura della responsabilità e del rispetto.



S.C. Igiene e Sanità Pubblica

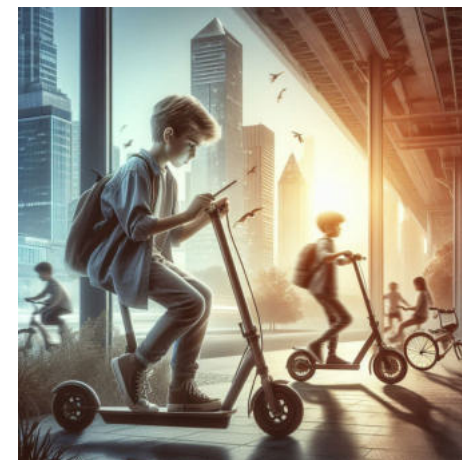
igienepubblica@aslcagliari.it

Tel. 070/6094733

Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025
PP5 – Sicurezza negli ambienti di vita

Prevenzione degli incidenti stradali in età pediatrica

Analisi Epidemiologica, Fattori di Rischio
e Strategie Educative



Campagna regionale per la prevenzione
degli incidenti stradali in età pediatrica

A cura della ASL Cagliari - Dipartimento di Prevenzione

S.C. Igiene e Sanità Pubblica

Epidemiologia in Sardegna

L'analisi dei dati ISTAT evidenzia che in Sardegna, nel 2023, si sono verificati 3.391 incidenti stradali, che hanno causato la morte di 110 persone e il ferimento di altre 4.619. Rispetto al 2022 aumentano in modo significativo il numero degli incidenti (+2,4%), i feriti (+1,4%) e le vittime (+10,0%). Nel 2024 il tasso di mortalità in Sardegna (7,2x100.000 ab.) è risultato superiore alla media nazionale (5,1x100.000 ab.) e a quello della maggior parte delle restanti regioni.



Nell'ambito dei comportamenti errati di guida, la **distanza di sicurezza**, la **guida distratta** e il **mancato rispetto delle regole di precedenza** rappresentano le prime tre cause di incidente (escludendo il gruppo residuale delle cause di natura imprecisata). I tre gruppi costituiscono complessivamente il 38,8% dei casi. Considerando solo le strade extraurbane, la guida distratta incide da sola per il 19,4%, il mancato rispetto della distanza di sicurezza per l'11,9% e l'elevata velocità per il 10,7%.

I comportamenti a rischio nella guida

- Consumo di alcol e sostanze psicotrope e assunzione di farmaci che alterano lo stato psicofisico
- Velocità non adeguata alle condizioni stradali
- Distrazioni causate dall'uso di dispositivi mobili
- Stanchezza, sonnolenza



Effetti dell'alcol alla guida

Per quanto riguarda il consumo di alcol prima di mettersi alla guida, meritano di essere monitorati con attenzione i giovani appartenenti alla classe d'età 15-29 anni, poiché risultano avere sia un tasso di mortalità sia di lesività per incidente stradale più alto delle altre classi.

A parità di quantità di alcol assunto, sensazioni ed effetti sono estremamente variabili da soggetto a soggetto, con possibilità di manifestazioni anche opposte tra di loro; di seguito si riportano sensazioni ed effetti più frequentemente rilevati.

Alcolemia: 0.1 - 0.2 g/L Sensazioni: Leggera euforia, ridotta timidezza, iniziale sensazione di "ebbrezza".

Effetti: Lieve calo della vigilanza e dell'attenzione. Iniziale riduzione del coordinamento motorio e della visione laterale (visione a tunnel).

Alcolemia: 0.3 - 0.4 g/L Sensazioni: Disinibizione marcata, euforia, percezione ridotta del rischio.

Effetti: Riduzione più evidente di attenzione, riflessi e coordinamento motorio. Possibile nausea.

Alcolemia: 0.5 - 0.8 g/L Sensazioni: Cambiamenti d'umore, sonnolenza, eccitazione emotiva.

Effetti: Compromissione del giudizio, riflessi alterati, difficoltà a individuare oggetti in movimento. Alterazione della reazione a stimoli sonori e luminosi.

Alcolemia: 0.9 - 1.5 g/L Sensazioni: Confusione mentale, disorientamento, tristezza o rabbia.

Effetti: Grave perdita di autocontrollo e giudizio. Linguaggio impacciato, perdita di equilibrio e vomito.

Alcolemia: 1.6 - 3.0 g/L Sensazioni: Stordimento, letargia, aggressività o apatia.

Effetti: Compromissione psicofisica molto grave. Difficoltà a camminare, ipotermia.

Alcolemia: 3.1 - 4.0 g/L Sensazioni: Perdita di coscienza, allucinazioni.

Effetti: Arresto dei riflessi, incontinenza, vomito. **Rischio di coma e morte per soffocamento da vomito.**

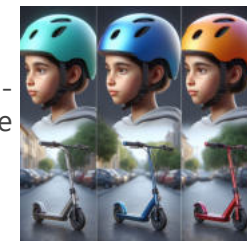


Raccomandazioni per una guida sicura

Indicazioni pratiche per promuovere una guida responsabile, con particolare attenzione alla protezione dei ragazzi e alla riduzione dei comportamenti a rischio.

Equipaggiamento essenziale

Casco ben allacciato: Deve essere della giusta misura e indossato sempre.



Gilet o accessori riflettenti: Per essere visibili, soprattutto in condizioni di scarsa luce.

Protezioni per mani, gomiti e ginocchia: Utile per i più piccoli o principianti.

