

Comunicato stampa

28 giugno 2011/Md/Cif

Turbosiesta sulla strada delle vacanze

Prima delle grandi partenze estive, l'upi – Ufficio prevenzione infortuni – mette in guardia contro i pericoli della sonnolenza alla guida. La prima precauzione da prendere per giungere sicuri a destinazione è mettersi alla guida riposati e in forma. E, in caso di sonnolenza durante il viaggio, seguire il consiglio unanime degli esperti facendo una siesta di una quindicina di minuti.

Ogni estate migliaia di Svizzeri si mettono al volante per raggiungere la meta delle sospirate vacanze. Ma la mancanza di riposo, il fatto di dover guidare quando normalmente si dorme, l'assenza di pause, le lunghe tratte monotone in autostrada o altri fattori possono provocare un colpo di sonno. Tra fine maggio e inizio giugno, due incidenti dovuti a sonnolenza sulla strada delle vacanze sono costati la vita a cinque persone residenti in Svizzera. Unitamente ai suoi partner – TCS, Consiglio della sicurezza stradale e Fondo di sicurezza stradale – l'upi ricorda a chi sta per mettersi in viaggio che è fondamentale partire riposati e che l'unico rimedio in caso di sonnolenza alla guida è fare una turbosiesta di 15 minuti in un punto di sosta autorizzato. Per evitare di cadere in un sonno profondo non si deve dormire più di 30 minuti.

Il colpo di sonno può interessare qualsiasi automobilista, è imprevedibile e si manifesta in maniera improvvisa. Vi sono però segni premonitori da non sottovalutare, quali bruciore agli occhi, palpebre pesanti, sussulti, sbadigli frequenti, errori di guida o una sensazione di freddo.

Non lo si ripeterà mai abbastanza: guidare in condizioni di stanchezza può portare a una valutazione erronea della velocità, una minore concentrazione e tempi di reazione più lenti, come dopo aver consumato alcolici. Nel peggiore dei casi il conducente si assopisce, rischiando di uscire di strada, schiantarsi a tutta velocità contro un ostacolo, sbandare o cappottarsi. Le conseguenze degli incidenti causati da sonnolenza, che rappresentano il 10-20% di tutti gli incidenti della circolazione, sono dunque spesso drammatiche, per il conducente ma anche per gli altri utenti.

Quest'estate, l'upi e i suoi partner organizzano una serie di azioni volte a richiamare l'attenzione del pubblico sulle misure da adottare per evitare il colpo di sonno. È prevista ad esempio la diffusione di spot contro la sonnolenza al volante nei cinema open air e una caccia al tesoro con il *turbosiesteur* in diverse città svizzere.

Per saperne di più: www.turbosiesta.ch

Per le immagini della campagna: www.upi.ch/Italian/medien/Pagine/2011_06_28.aspx

Per le avventure del *turbosiesteur* su facebook: www.facebook.com/turbosieste

Per maggiori informazioni: Ufficio media upi Ticino, tel. +41 91 940 10 88, www.upi.ch