

Deterioro de la capacidad de conducir en adultos mayores

Los conductores mayores pueden tener afecciones médicas y relacionadas con la edad que afecten su rendimiento en la conducción.

Más del 90 % de los accidentes de tránsito se deben a errores humanos. En los adultos mayores, los cambios relacionados con la edad en la disminución de la visión, el deterioro cognitivo, la ralentización del tiempo de reacción y la disminución de la fuerza de agarre aumentan el riesgo de errores de conducción frecuentes, como salirse del carril de conducción, no respetar los límites de velocidad y pasar por alto las señales de tránsito.

El riesgo de morir en un accidente de tránsito es 2,5 veces mayor para los conductores de 75 a 79 años y 5 veces mayor para los conductores de 80 años o más que para los conductores más jóvenes.

Afecciones médicas que pueden afectar la capacidad de conducir en adultos mayores

Las afecciones médicas agudas que pueden afectar la capacidad de conducir incluyen convulsiones, desmayos, presión arterial baja, glucosa en sangre baja y ritmo cardíaco irregular, que pueden provocar mareos o dificultad para respirar.

Las afecciones médicas crónicas que pueden afectar la capacidad de conducir incluyen demencia, afecciones neurológicas que afectan la fuerza muscular y la coordinación, como la enfermedad de Parkinson o un accidente cerebrovascular previo, y apnea del sueño no tratada, lo que aumenta el riesgo de quedarse dormido mientras se conduce.

Medicamentos que pueden afectar la capacidad de conducir en adultos mayores

Los medicamentos que causan somnolencia o afectan la capacidad de pensar con claridad, como las benzodiazepinas, los opioides, los anticolinérgicos y ciertos medicamentos anticonvulsivos y antipsicóticos, aumentan el riesgo de accidentes de tránsito. Los riesgos de conducir aumentan cuando los conductores mayores toman múltiples medicamentos sedantes.

Cómo ayudar a los adultos mayores a conducir de forma más segura

Se debe identificar a las personas que supongan un peligro para la conducción segura. Los familiares que viajen en automóvil con conductores mayores pueden ayudar a determinar si su forma de conducir no es segura. Se deben desaconsejar las distracciones, como hablar por teléfono o enviar mensajes de texto mientras se conduce. Se deben evitar los medicamentos sedantes; y los médicos o farmacéuticos pueden ayudar a las personas a reducir o dejar de tomar los medicamentos que provocan somnolencia o alteración en el pensamiento. Se recomienda el tratamiento de los factores de riesgo potencialmente reversibles, como la cirugía de cataratas para los problemas de visión o la terapia de presión positiva continua en las vías respiratorias (CPAP) para la apnea del sueño.

Pruebas para evaluar a conductores mayores

Los sistemas de posicionamiento global que se conectan a un puerto debajo del tablero pueden proporcionar información sobre si un conductor acelera, frena abruptamente, acelera de repente o gira en las esquinas de forma peligrosa. Los datos de estos dispositivos pueden

El deterioro de la capacidad de conducir en adultos mayores puede producirse debido a afecciones médicas o relacionadas con la edad, y contribuye a un mayor riesgo de morir en un accidente de tránsito para personas mayores de 75 años.

Factores de riesgo para los problemas de conducción

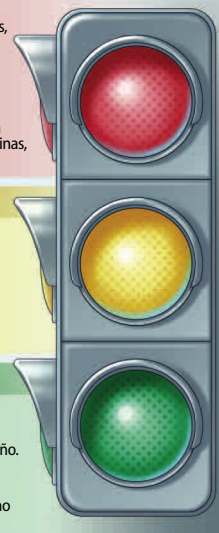
- **Deterioro relacionado con la edad** de la visión, el tiempo de reacción, la cognición y la fuerza de agarre.
- **Afecciones médicas que pueden provocar mareos o dificultad para respirar**, como convulsiones, desmayos, presión arterial baja, glucosa en sangre baja y ritmo cardíaco irregular.
- **Afecciones crónicas que afectan la coordinación y la fuerza**, como demencia, enfermedad de Parkinson o accidente cerebrovascular previo.
- **Medicamentos que causan somnolencia o afectan la capacidad de pensar con claridad**, como benzodiazepinas, opioides, anticolinérgicos y ciertos anticonvulsivos.

Cómo evaluar si es seguro para usted conducir

- Hable con familiares y pasajeros sobre si su forma de conducir no es segura.
- Utilice sistemas de posicionamiento global que evalúen sus hábitos de velocidad, frenado, aceleración y giro.
- Hágase una prueba de rendimiento en la carretera administrada por un especialista en terapia ocupacional.

Formas de mejorar la seguridad al conducir

- No utilice teléfonos móviles mientras conduce.
- No tome medicamentos sedantes antes de conducir.
- Reciba tratamiento para los problemas de visión y de sueño.
- Utilice tecnología automatizada para que lo ayude con el aparcamiento y el frenado de emergencia, y para que le advierta de salidas del carril, obstáculos o peatones que no haya visto y de condiciones meteorológicas peligrosas.



estimular conversaciones sobre la conducción segura y sobre si las personas deben dejar de conducir.

Las pruebas de rendimiento en la carretera administradas por especialistas en terapia ocupacional pueden ayudar a evaluar cómo los conductores mayores sortean las situaciones de tránsito y a determinar si se deben revocar sus privilegios de conducción.

Tecnología para ayudar a los conductores mayores

Algunos automóviles cuentan con tecnología automovilística que puede alertar a los conductores si se desvían de su carril, si un vehículo se encuentra en su punto ciego, si hay peatones en su camino o si deben actuar para evitar un choque. Algunos vehículos tienen aparcamiento en paralelo y frenos de emergencia automáticos, y proporcionan alertas sobre el empeoramiento de las condiciones meteorológicas o sobre obstrucciones de las señales de tránsito, lo que también puede reducir los errores de conducción. Los automóviles sin conductor, aunque actualmente no están disponibles en muchas zonas de los EE. UU., pueden ser una opción útil para los conductores mayores en el futuro.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

National Institute on Aging (Instituto Nacional sobre el Envejecimiento)
www.nia.nih.gov/health/older-drivers

Autora: Rebecca A. Voelker, MSJ

Publicado en línea: 18 de diciembre de 2023. doi:10.1001/jama.2023.20347

Afiliaciones de la autora: Escritora colaboradora, JAMA.

Divulgaciones relacionadas con conflictos de intereses: no se informó ninguna.

Fuente: Carr DB, Babulal GM. Addressing the complex driving needs of an aging population. *JAMA*. 2023;330(12):1187-1188. doi:10.1001/jama.2023.16093

La hoja para el paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden descargar o fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, envíe un correo electrónico a reprints@jamanetwork.com.