



Instituto

**MAPFRE**

| SEGURIDAD VIAL

# Amaxofobia

## miedo a conducir

marzo 2005

## Índice

|  |         |
|--|---------|
| Objeto del estudio                             | Pág. 03 |
| Fundamento teórico                             | Pág. 05 |
| Datos técnicos de la encuesta                  | Pág. 08 |
| Cuestionario para detectar el miedo a conducir | Pág. 09 |
| Resultados del estudio                         | Pág. 11 |
| Conclusiones sobre el estudio                  | Pág. 20 |
| Recomendaciones                                | Pág. 26 |
| Glosario                                       | Pág. 29 |
| Currículum Vitae Miguel Muñoz Medina           | Pág. 30 |
| Currículum Vitae Estela Pérez Peláez           | Pág. 33 |

## Objeto del estudio

AMAXO: palabra del griego que significa carruaje.

FOBIA: palabra griega que significa miedo.

PROBOS: dios griego que encarnaba el miedo y el terror.

Amazo = carruaje

Fobia = phobos, miedo



Amazofobia = miedo a conducir

La fobia es miedo ante situaciones particulares u objetos que no son peligrosos y a las que la mayoría de la gente no considera problemáticos.

Por fobia a conducir entendemos una inquietud permanente y desproporcionada que surge antes, y sobre todo durante la acción de conducir.

La AMAXOFOBIA tiene que ver con fobias relacionadas con el movimiento que afecta a distintas formas de viajar (miedo a volar, miedo a conducir,...) y esto supone una limitación importante en el desarrollo del día a día de las personas que sufren este trauma.

**Las sensaciones pasan por ansiedad, incluso angustia, pesadillas anteriores y posteriores al viaje, sudor de manos, temblor, ideas negativas, irracionales, visualización de accidentes,...**

Todo ello conlleva que, la persona que sufre de amazofobia, tenga un cúmulo de sensaciones negativas y conduzca en tensión y con miedo.

Cierto grado de precaución es, por supuesto, bueno y aconsejable, pero todas estas sensaciones desagradables suponen conducir con un grado de tensión que puede ser negativo y que, con toda seguridad, llevan a la persona que sufre amazofobia a un desgaste extra que no le aporta nada positivo en su vida ni en el hecho de la conducción.

El objeto del presente informe consiste en realizar un estudio estadístico que permita determinar tanto el porcentaje de población (su distribución en hombres y mujeres) que tiene miedo a conducir, como los niveles de dicho miedo y las circunstancias en que más se produce (consumo de alcohol, accidentalidad,...)

De esta forma, una vez conocido el alcance y circunstancias en las que se desarrolla la amaxofobia en la conducción, se estará en disposición de poder analizar posteriormente posibles soluciones para tratar las diferentes casuísticas.

En cuanto a los niveles de miedo, en el estudio se distinguirá entre:

- a. paralizante, es decir, es aquel que sufren personas que, teniendo permiso de conducir, no conducen por este miedo.
- b. el miedo en circunstancias específicas, que no llega a ser paralizante, pero sí produce sensaciones de tensión en situaciones específicas relacionadas con variables externas al conductor, (como pueden ser las condiciones climatológicas, la fluidez del tráfico, el tipo de vía, etc.)

## Fundamento teórico

La fobia es miedo ante situaciones particulares u objetos que no son peligrosos y a las que la mayoría de la gente no considera problemáticos.

La AMAXOBOFIA tiene que ver con fobias relacionadas con el movimiento que afectan a distintas formas de viajar (miedo a volar, miedo a conducir,...) y esto supone una limitación importante en el desarrollo del día a día de las personas que sufren este trauma.

Además, se siente incomprendidos y no les resulta fácil explicar la angustia que sufren, y a los demás les resulta muy difícil comprender que no pueden o lo pasan muy mal conduciendo un coche.

Las personas que sufren y padecen una fobia se sienten incomprendidas y no les resulta fácil explicar a los demás qué les pasa y, mucho menos, por qué les pasa y por qué sienten esa angustia. Así mismo, a los demás les cuesta también muchísimo comprender que no puedan, o lo pasen muy mal, conduciendo un coche, por ejemplo.

Si nuestra mente está bien organizada y entrenada frente a la angustia, la amaxofobia existe de manera controlada y consciente y el miedo se acaba dominando. En caso contrario, se convierte en paralizante y limitante y nos domina, necesitando entonces la ayuda de un terapeuta.

Cerca de un 4% de la población padece fobias limitantes para hacer partes de una vida normal y un 35% convive con ellas aunque no a nivel tan profundo y limitante y es justo dentro de este colectivo, donde está enmarcado este estudio sobre amaxofobia.

Un accidente vivido o presenciado, puede provocar amaxofobia y puede llegar a convertirse en un trastorno limitante cuando enlaza con determinadas cadenas de pensamientos que son previas al suceso y tiene que ver con ideas de rechazo asociadas al movimiento y que se dan por supuesto, a nivel inconsciente y de ahí la dificultad para reconocerlo por parte del paciente y de descubrirlo por parte del terapeuta.

Por tanto, la relación amaxofobia y accidente de tráfico es clara y tiene que ver con sentimientos de inseguridad y vulnerabilidad cuando la persona descubre que no todo está bajo su control y conducir deja al descubierto nuestras limitaciones y dependencias y además, si la fobia está directamente relacionada con sufrir un accidente, esto nos hace asumir la responsabilidad de nuestros actos.

Un 10% de la población sufre trauma de estrés postraumático (TEPT) en algún momento de su vida, una patología asociada a la ansiedad que se da en aquellas personas que han sido víctimas de una tragedia que ha puesto en peligro su vida, como un atentado terrorista o un accidente de coche.

Las personas aquejadas por TEPT, presentan síntomas parecidos a la depresión “cuando se sufre una situación de riesgo para la propia vida” (es el caso de un accidente de tráfico), el paciente se muestra incapaz de asumir el hecho como un episodio perteneciente al pasado y éste permanece anclado en su mente como un suceso del presente.

La capacidad humana para adaptarse y sobrevivir a estas experiencias depende del equilibrio psicológico y biológico de cada uno.

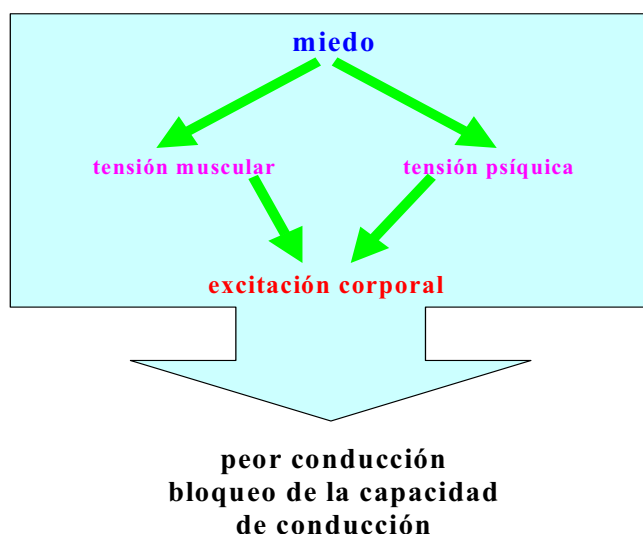
Uno de los síntomas es el recuerdo continuado o reaparición del accidente con gran viveza. Como consecuencia se produce ese miedo a conducir con un aumento permanente de las reacciones de alerta y sobresalto.

Por fobia a conducir entendemos una inquietud permanente y desproporcionada que surge antes y sobre todo durante la acción de conducir.

**Las sensaciones pasan por ansiedad, incluso angustia, pesadillas anteriores y posteriores al viaje, sudor de manos, temblor, ideas negativas, irracionales, visualización de accidentes,...**

Todo ello conlleva que, la persona que sufre de amaxofobia, tenga un cúmulo de sensaciones negativas y conduzca en tensión y con miedo.

Cierto grado de precaución es, por supuesto, bueno y aconsejable, pero todas estas sensaciones desagradables suponen conducir con un grado de tensión que puede ser negativo y que, con toda seguridad, llevan a la persona que sufre amaxofobia a un desgaste extra que no le aporta nada positivo en su vida ni en el hecho de la conducción.



Con la formación para conocer y controlar el miedo a conducir ayudamos a admitir el miedo sin caer en el pánico aprendiendo a influir en el proceso de miedo y controlarlo hasta cierto grado para evitar que se dispare.

## Datos técnicos de la encuesta

### TIPO DE ESTUDIO

Las personas han sido entrevistadas personalmente en su mayoría y se les indicaba que siempre que fuese posible eligieran una de las alternativas que se les presentara, aquélla que fuese más representativa para ellos.

También se realizaron algunas entrevistas telefónicamente e incluso algunas por correo electrónico pero no es un porcentaje representativo.

### MUESTRA

Se ha realizado sobre una muestra de 1.502 individuos elegidos al azar y que han sido encuestados en Madrid capital y su Comunidad.

De estos, 410 personas mostraron miedo a conducir en algunas circunstancias y 91 tiene un miedo paralizante, amaxofobia que les impide conducir.

Así pues, se analizaron un total de 501 cuestionarios.

### RESPUESTA

Las preguntas son todas cerradas excepto en dos alternativas de “otras” en las cuales existe la posibilidad de dar una respuesta abierta.

### UNIVERSO

Las únicas condiciones son que es las personas tuviesen permiso de conducir por lo que la edad lógicamente es superior a 18 años pero sin límite y que pertenezcan a Madrid o su comunidad.

### ERROR

+/- 4,2% para un nivel de confianza del 95%

### LAS VARIABLES DE TIPIFICACIÓN

- El sexo
- Si conducen o no, es decir, si el miedo es en ciertas circunstancias o si es un miedo paralizante que no permite la conducción
- La edad, mayores de 18 años



## Cuestionario para detectar el miedo a conducir

**1. Sexo**

- Mujer
- Hombre

**2. Edad: \_\_\_\_\_ años**

**3. Años con permiso de conducir: \_\_\_\_\_**

**4. Años conduciendo: \_\_\_\_\_**

**5. ¿Tiene miedo a conducir?**

- Sí
- No

**6. ¿Conduce?**

- Sí
- No (responder directamente la pregunta nº 8)

**7. ¿Hay alguna circunstancia concreta en la que usted tiene miedo a conducir?**

➤ **Condiciones del conductor**

- Cuando he ingerido algo de alcohol
- Cuando me encuentro mal físicamente
- Cuando me encuentro mal psíquicamente

➤ **Tipo de Vía**

- en carreteras nacionales
- en autopistas/autovías
- en regionales/comarcales
- en vías desconocidas
- en condiciones climatológicas adversas

➤ **Fluidez del Tráfico**

- Con mucho tráfico
- Con tráfico fluido
- Con poco tráfico

➤ **Condiciones Espacio - Temporales**

- Por el día
- Por la noche
- Fines de semana
- Entre semana

- Grandes poblaciones
- Pequeñas poblaciones
- Ocupantes
  - Cuando viajo solo
  - Cuando viajo acompañado de adultos
  - Cuando viajo con niños
- Tipo de Vehículo
  - En un vehículo grande
  - En un vehículo pequeño
  - En un "todo terreno"
  - En un vehículo con poca potencia
  - En un vehículo con mucha potencia
  - En un vehículo alquilado
  - En un vehículo prestado

**8. Causas del miedo a conducir: según su opinión, éste se ha generado como consecuencia de:**

- Haber sufrido un accidente de tráfico hace menos de un año
- Haber sufrido un accidente de tráfico hace menos de cinco años
- Haber sufrido un accidente hace más de diez años
- Haber presenciado un accidente
- La manera de conducir de los demás conductores
- Familiar dominante que le debilitó la autoestima
- Disminución de las capacidades y/o habilidades físicas
- otras : especificar

**9. ¿Qué medidas ha adoptado ante su miedo a conducir?**

- Conducir sólo por un tipo de vía
- Conducir dependiendo de la fluidez de la vía
- Conducir solamente en una situación espacio-temporal (día, noche, entre semana,...)
- Conducir dependiendo de los ocupantes
- Conducir un tipo de vehículo o cambiar de vehículo
- Utilizo más el transporte público
- Busco otras alternativas cuando puedo
- Otros:

## Resultados del estudio

Como consecuencia de las encuestas realizadas se han llegado a una serie de resultados que se presentan a continuación.

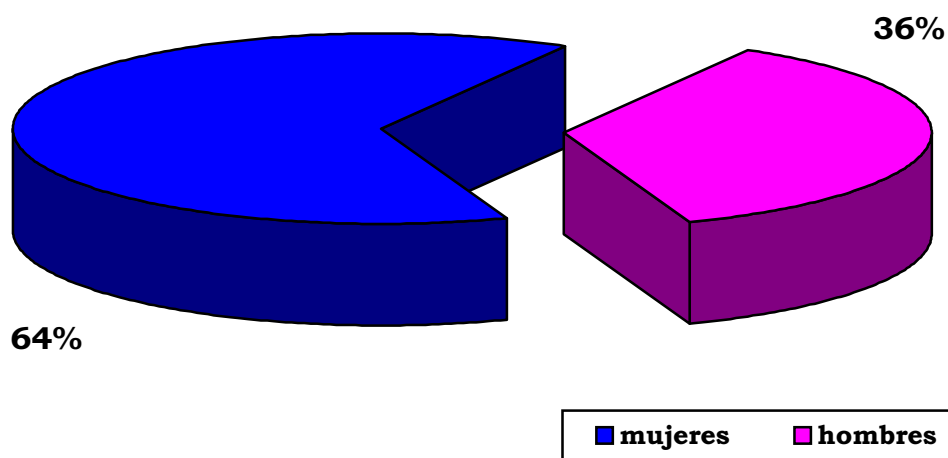
El porcentaje de la población que muestra miedo a conducir tanto en circunstancias concretas como de manera paralizante es de un **33,3%**.

|                  |             |
|------------------|-------------|
| <b>Población</b> | <b>33 %</b> |
| <b>Mujeres</b>   | <b>21 %</b> |
| <b>Hombres</b>   | <b>12 %</b> |

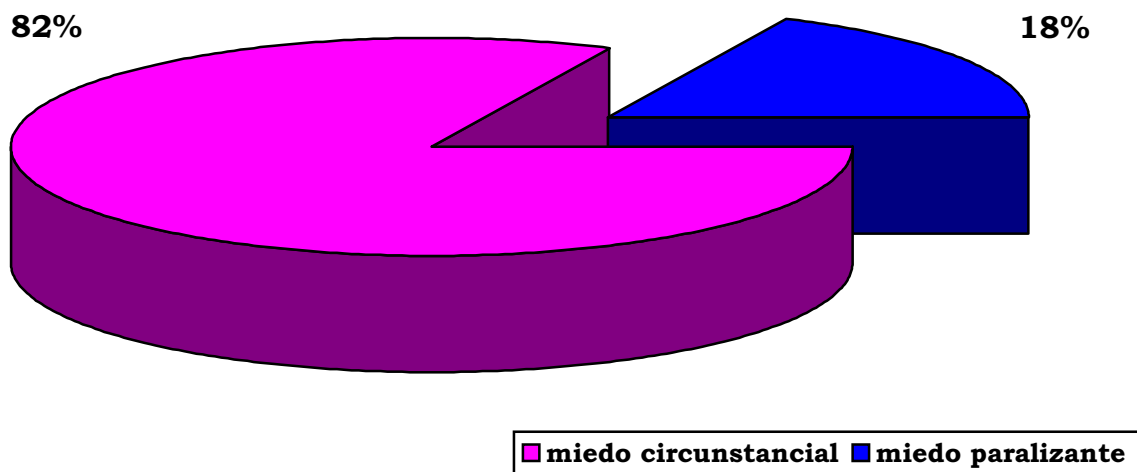
| <b>Población</b>    | <b>Miedo circunstancial</b> | <b>Miedo paralizante</b> |
|---------------------|-----------------------------|--------------------------|
| <b>Mujeres 21 %</b> | <b>17 %</b>                 | <b>4 %</b>               |
| <b>Hombres 12 %</b> | <b>10 %</b>                 | <b>2 %</b>               |

A partir de aquí, todo el estudio se centra en ese 33% de la población que tiene miedo a conducir en algunas circunstancias concretas que se relatan a continuación, y en aquellas otras personas que, a pesar de tener permiso de conducir, no conducen por miedo paralizante generado por algún motivo que se estudia más adelante.

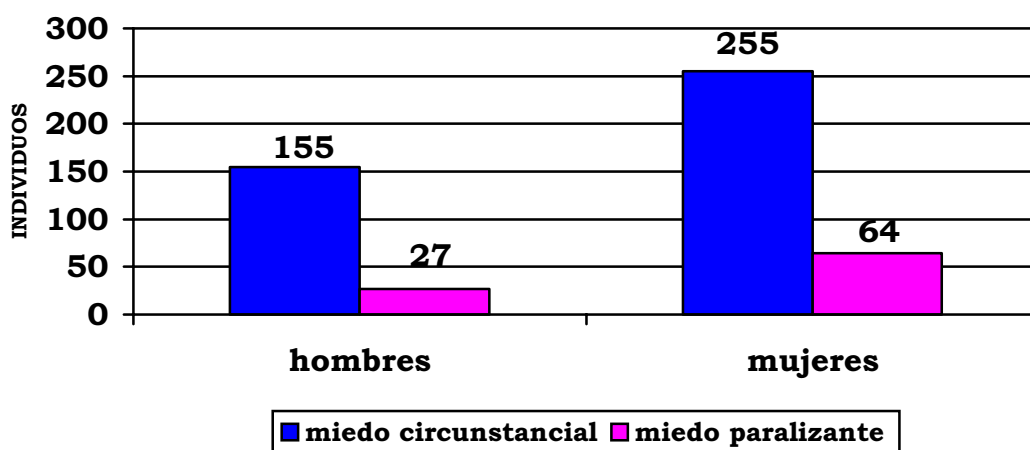
- 1) De este 33% de la población que padece miedo a conducir, las mujeres representan un 64% y los hombres suponen un 36%.



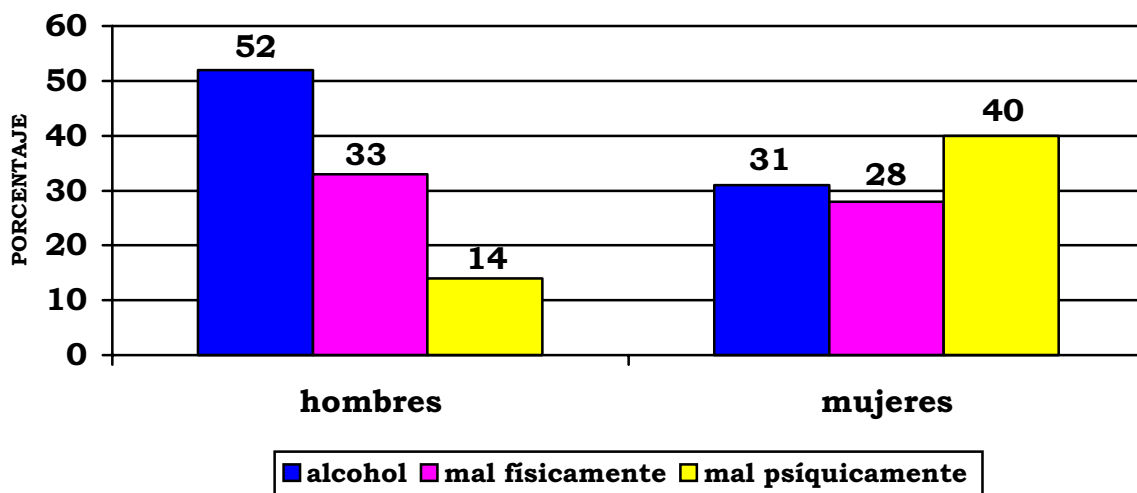
- 2) El número de personas con miedo a conducir de manera paralizante, es decir, que tienen permiso de conducir pero no conducen, es de 91 personas entre una muestra total de 501, lo que representa el 18% de los casos estudiados.



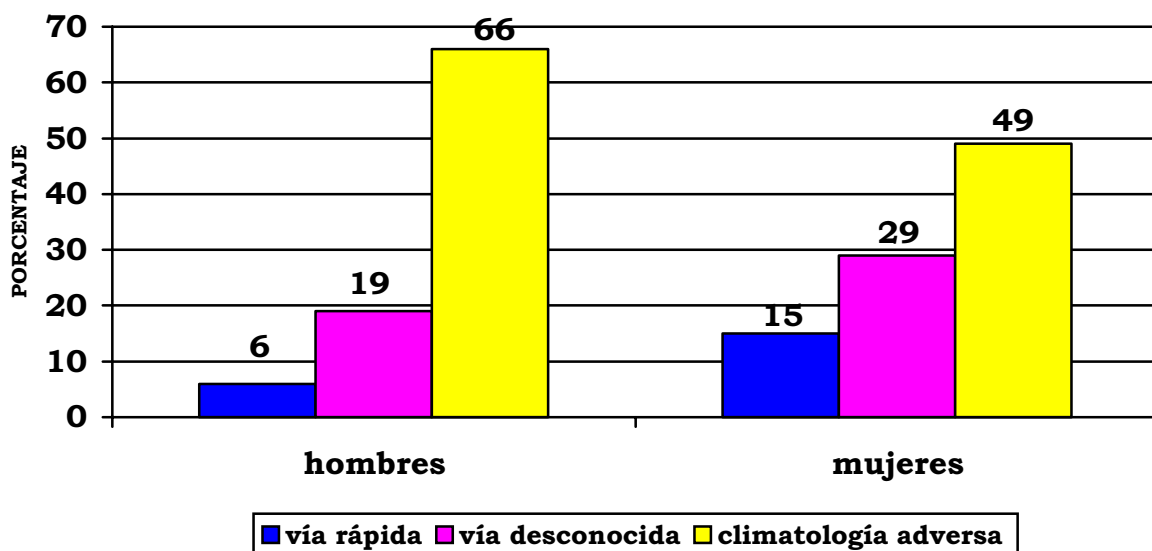
De los 91 casos estudiados en los que se detecta miedo paralizante, 64 corresponden a mujeres y 27, a hombres.



- 3) Entre los factores relacionados con las condiciones del conductor, los resultados indican que a los hombres les afecta más la amaxofobia cuando se encuentran bajo los efectos del alcohol, mientras que las mujeres son más vulnerables cuando se sienten mal psíquicamente.

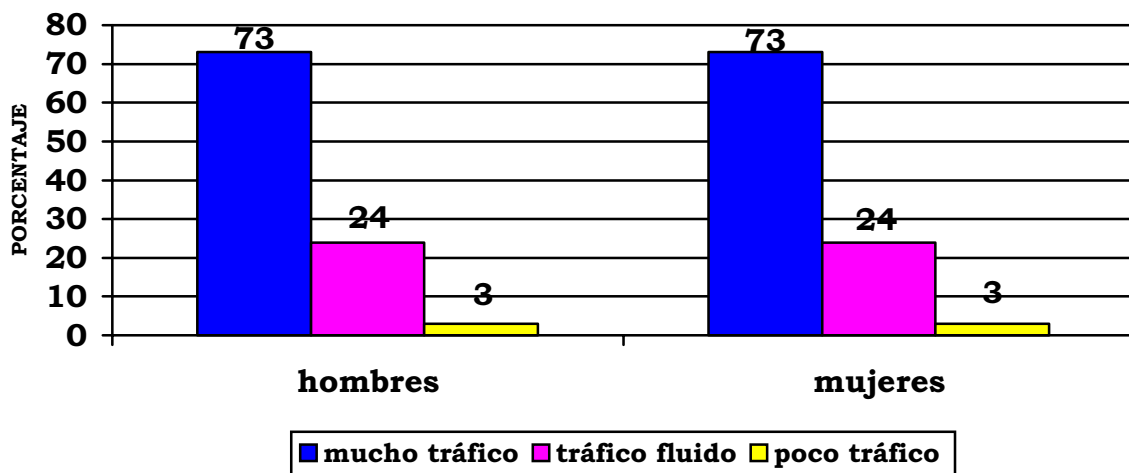


- 4) Circular por vías desconocidas provoca angustia y estrés, pero lo que más ansiedad genera es conducir bajo circunstancias meteorológicas adversas.

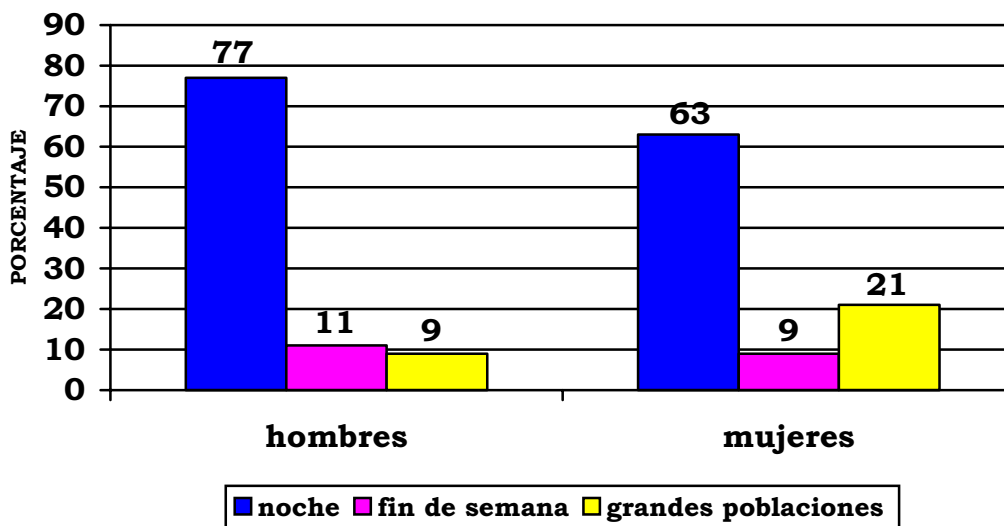


Las demás opciones no presentan un porcentaje representativo por lo cual no aparecen en el gráfico.

- 5) La fluidez de la vía también influye. A los amaxofóbicos no les gusta verse inmersos en condiciones de mucho tráfico.

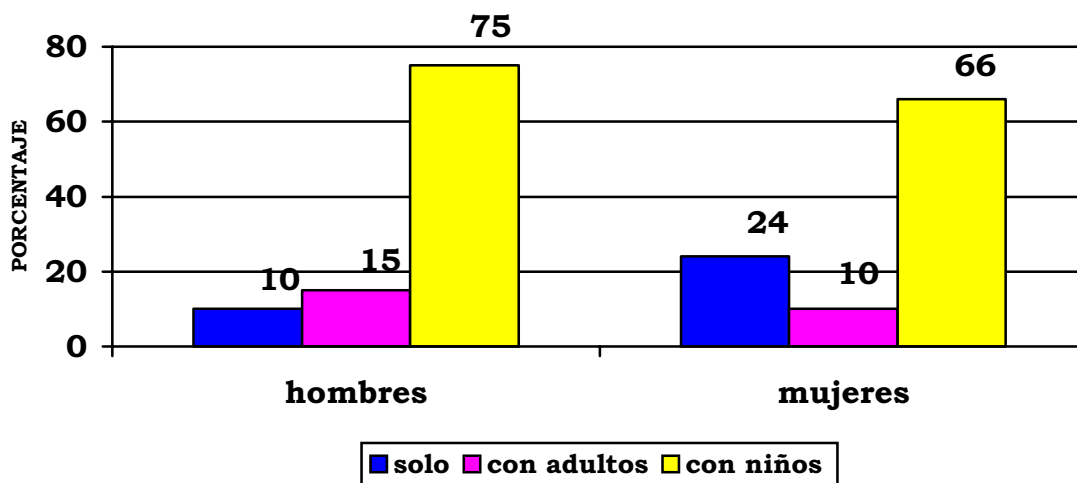


- 6) Entre las condiciones espacio-temporales, es en situaciones de conducción nocturna cuando peor lo pasan hombres y mujeres.

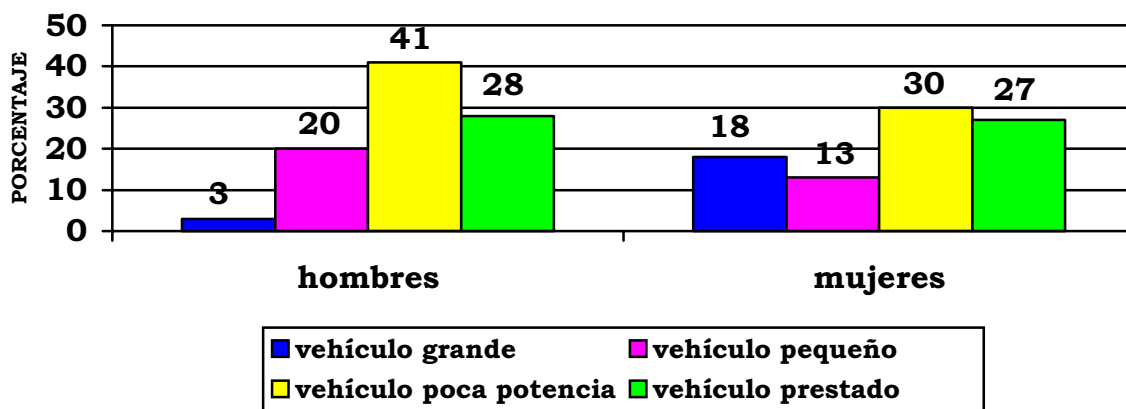


Sólo se han tenido en cuenta en esta representación estas tres opciones puesto que las demás suponen un porcentaje muy poco representativo, por debajo del 9%

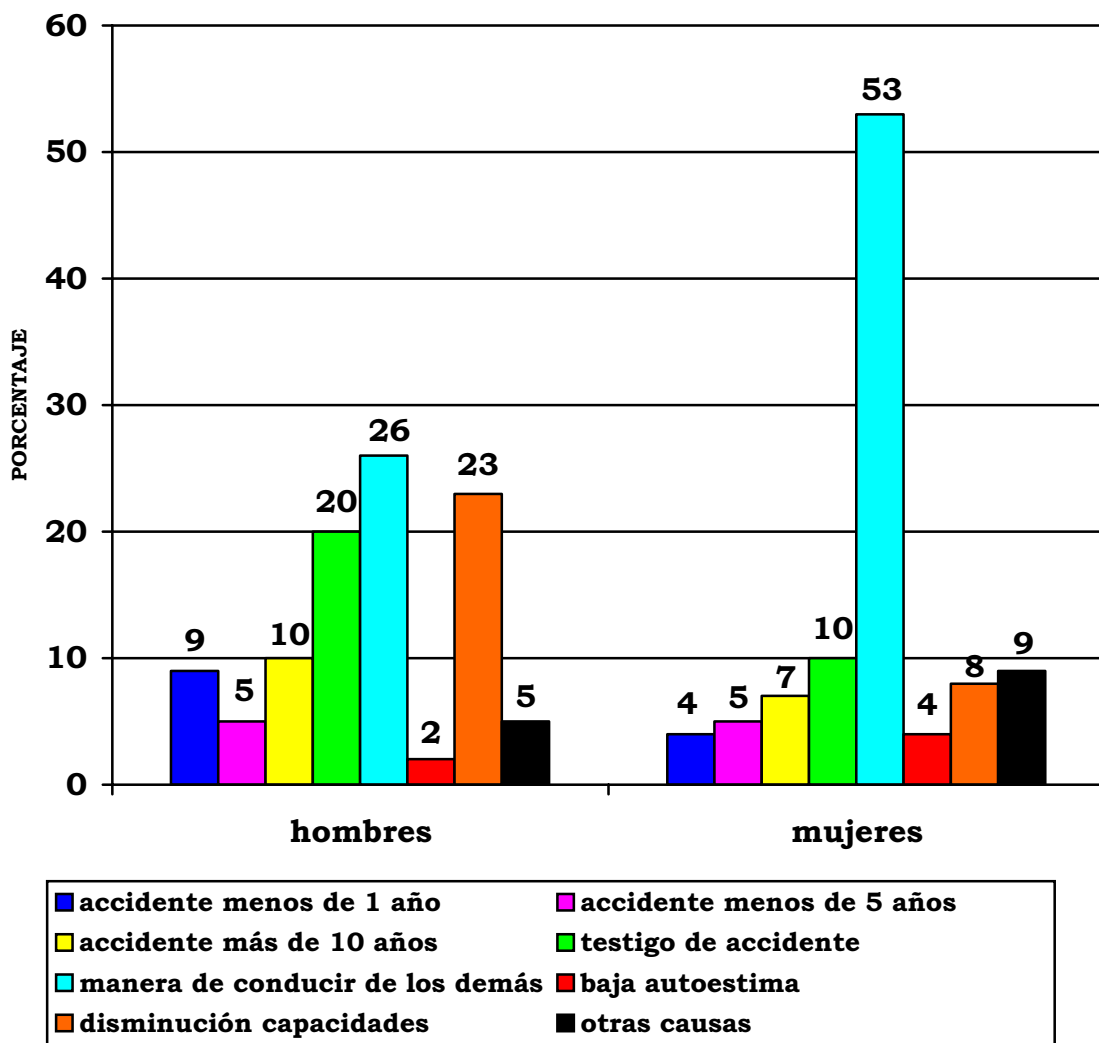
7) La responsabilidad de viajar con ocupantes no gusta a los que padecen miedo a conducir.



8) Vehículos de poca potencia y vehículos prestados generan inseguridad a los protagonistas de los casos estudiados.

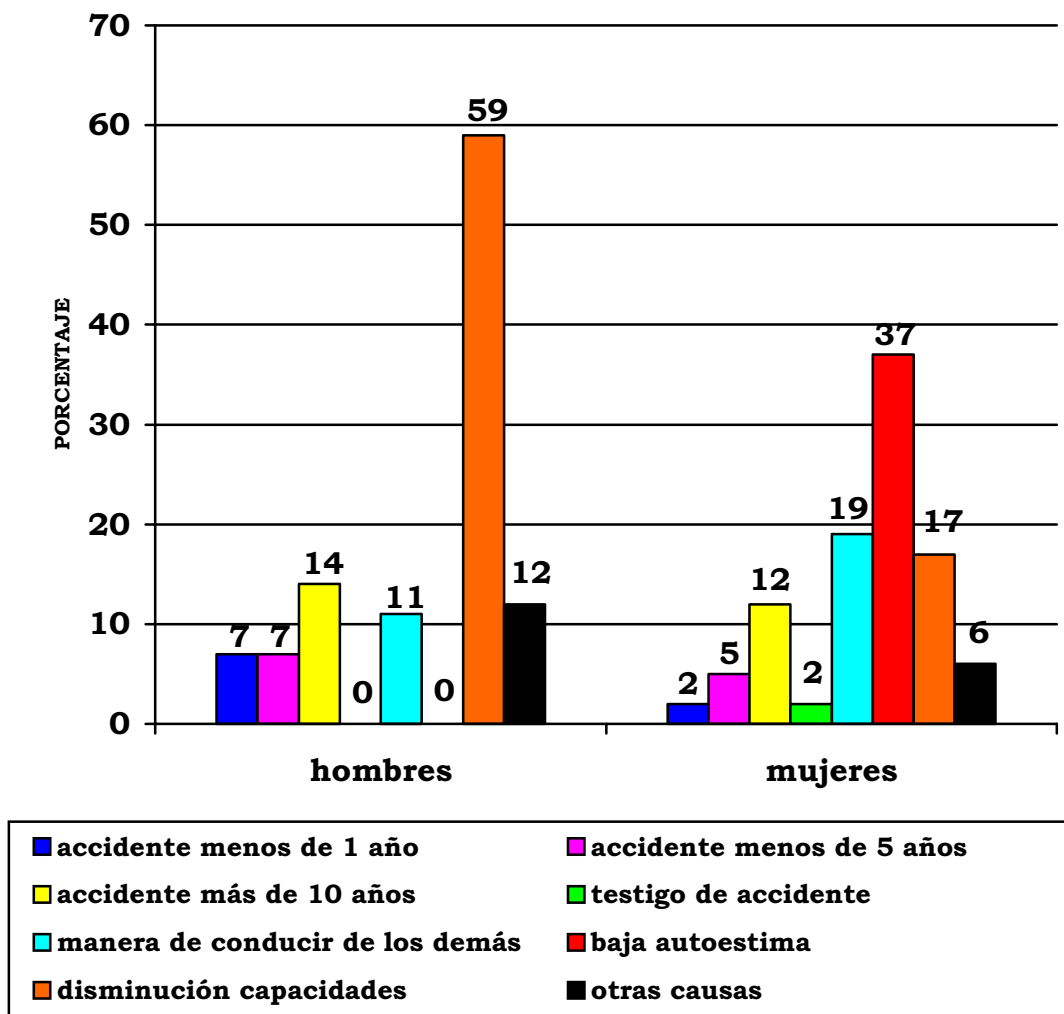


9) En líneas generales, la principal causa del miedo a ponerse detrás de un volante la encontramos en la manera de conducir del resto de usuarios de la vía pública.

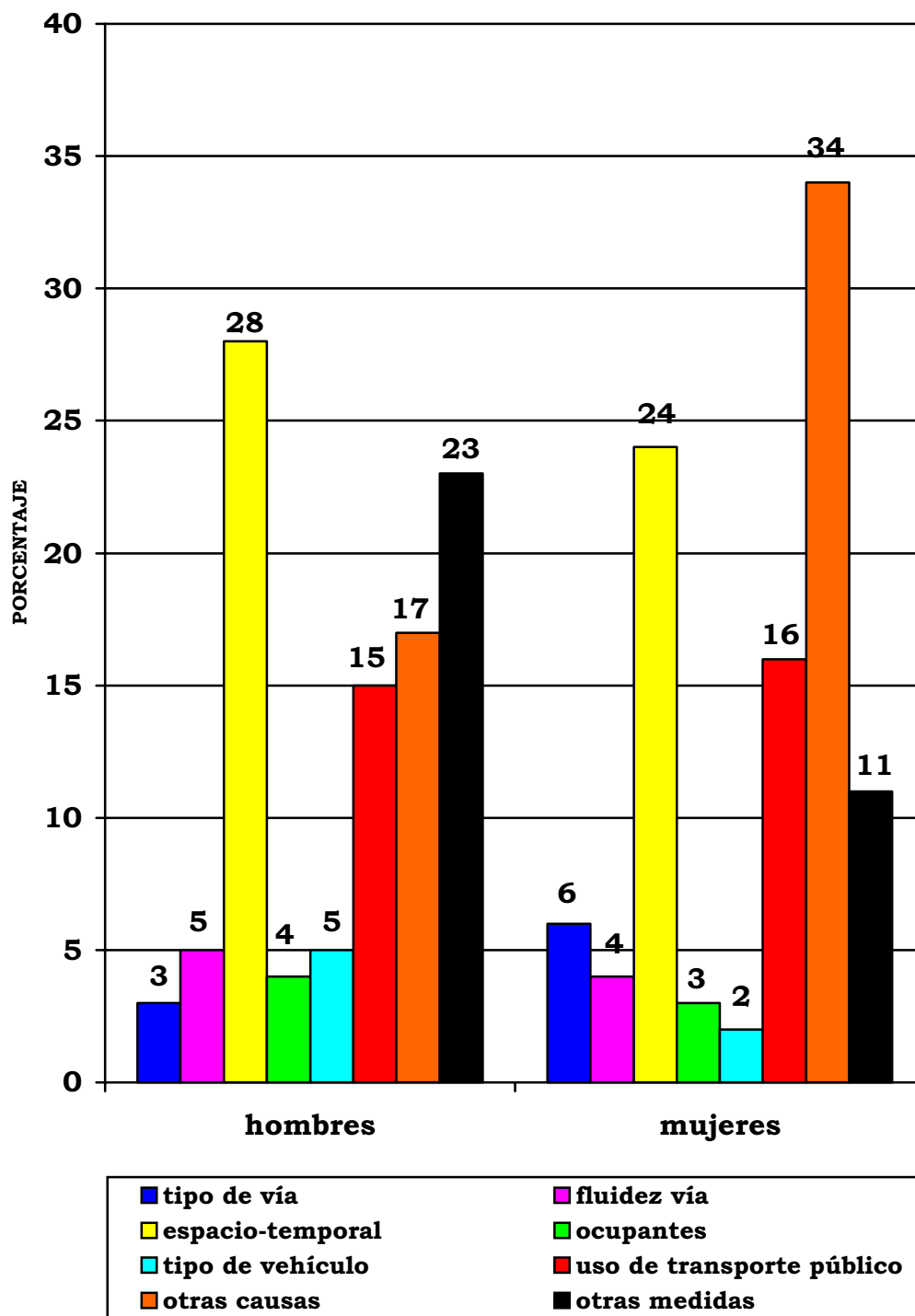




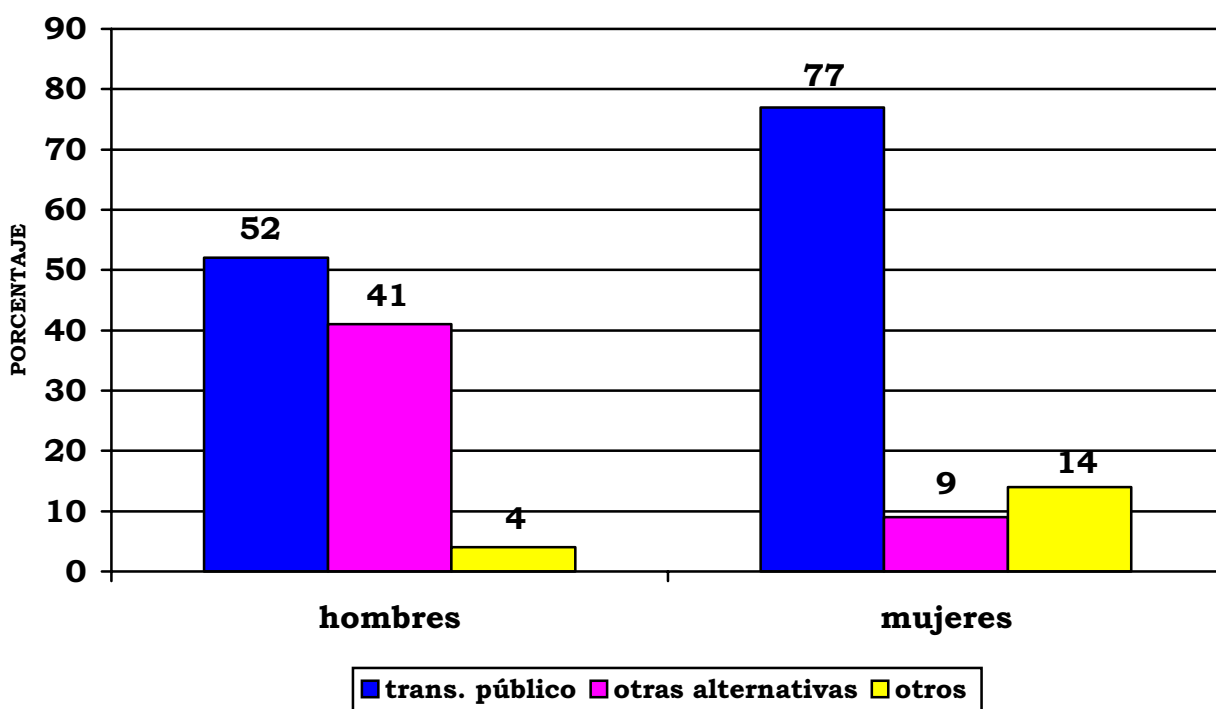
Si nos fijamos con detalle en las personas con miedo paralizante, la causa principal de ese miedo a conducir se encuentra en la disminución de las capacidades, entre los hombres, y en una baja autoestima, entre las mujeres.



10) Ante el miedo a conducir, los protagonistas del estudio han optado por actuar buscando una opción a siguientes situaciones:



En cuanto a las personas con miedo a conducir de manera paralizante, la mayoría ha optado por el uso de transporte público.



## Conclusiones

A la vista de los resultados estadísticos obtenidos se puede llegar a una serie de conclusiones.

Las conclusiones se presentan:

1. conclusiones generales del estudio.
2. conclusiones para aquellas personas que conducen pero que, en ciertas circunstancias, sienten cierto temor a conducir aunque su miedo no es paralizante.
3. en tercer lugar, se presentan las conclusiones de las personas que sufren de amaxofobia y que, aún teniendo permiso de conducir, no conducen por un miedo que las incapacita.
4. respuestas cualitativas.

## Conclusiones generales:

- El miedo a conducir afecta más a mujeres que a hombres. El porcentaje de mujeres es prácticamente el doble que el de hombres. Esto es así tanto en miedo en determinadas circunstancias como en miedo paralizante o amaxofobia.
- La media de edad de las mujeres es inferior a la de los hombres en ambas circunstancias. De esto se concluye que las mujeres tienen, o son conscientes de situaciones en la que tienen miedo a conducir, antes que los hombres.
- La relación entre miedo a conducir y los accidentes de tráfico es mucho más evidente en hombres que en mujeres y es una de las causas fundamentales para ellos. En los hombres, el haber sufrido o presenciado un accidente es el 40% de las causas del miedo, mientras que en las mujeres el porcentaje baja al 25%.  
**Este dato correlaciona desde luego, con todos los estudios hechos sobre el índice de accidentalidad, muy superior en hombres que en mujeres.**
- La relación entre miedo y consumo de alcohol es superior en hombres.  
**Esto correlaciona con los estudios sobre accidentalidad y consumo de alcohol (el 36% de los fallecidos superaban la tasa de alcohol permitida según estudio de I Instituto de Toxicología realizado en el año 2000) y la tasa de mortalidad es muy superior en hombres que en mujeres (en el año 2002 y según datos de la DGT, hubo 5.347 muertos de los cuales 4.061 fueron hombres y 1.285 mujeres).**  
**Por otra parte, las mujeres son más proclives a la reducción a 0 de la tasa permitida de alcoholemia (68% frente al 56% para los hombres).**

## Conclusiones de miedo en circunstancias determinadas

- En los factores relacionados con el conductor, se ha observado que, mientras para los hombres el porcentaje más elevado se produce cuando se ha ingerido alcohol, en las mujeres el porcentaje mayor se da cuando se encuentran mal psíquicamente.

Esto, está relacionado con el hecho de que el consumo de alcohol es mayor en hombres que en mujeres y que las mujeres son emocional y psíquicamente más sensibles que los hombres.

Sin embargo, el hecho de encontrarse mal físicamente tiene porcentajes bastante semejantes en ambos sexos.

- En los factores relacionados con el tipo de vía, la conducción con factores climatológicos adversos es el factor que más porcentaje a conseguido tanto en hombres como en mujeres. Está confirmado que cuando llueve, nieva, hay niebla o cualquier otra circunstancia de este tipo, la mayoría de los conductores extreman la prudencia y reducen la velocidad y situación que conlleva un aumento de la tensión.
- En cuanto a la fluidez del tráfico, no se han encontrado diferencias y en ambos casos, tanto para hombres como para mujeres las mayores situaciones de tensión y ansiedad se producen cuando hay mucho tráfico
- En los factores espacio-temporales, también se produce una coincidencia ya que es por la noche cuando las personas prefieren no conducir.
- En el relacionado con los ocupantes, todas las personas muestran una clara responsabilidad y sensibilidad ante lo que supone conducir con pequeños ocupantes.
- En lo referente al tipo de vehículo, los resultados nos llevan a confirmar que desde el punto de vista del conductor/a la potencia es un factor de seguridad a la hora de conducir. Es decir, los vehículos con poca potencia han resultado ser los que causan más inseguridad y los menos preferidos por

todos. Así mismo, el conducir un vehículo prestado es vivido por el conductor como un factor de ansiedad.

- En lo referente las causas del miedo a conducir, los datos revelan que, mientras para las mujeres la manera de conducir de los demás es lo que más les estresa, para los hombres la prioridad se reparte entre esta alternativa y la disminución de las capacidades y/o habilidades físicas, situación íntimamente relacionada con la ingesta de alcohol.
- En lo relativo a las medidas adoptadas ante el miedo a conducir, las mujeres generalmente optan por no conducir, se limitan a ir de acompañantes y, desde luego, renuncian a conducir de noche. En esto coinciden con los hombres que eligen como primera opción no conducir de noche.

## Conclusiones de las personas que sufren amaxofobia

- El porcentaje de mujeres con amaxofobia es superior, casi el doble, que el de hombres
- La edad media de los hombres con miedo paralizante es superior a la de las mujeres. En hombres es de 60 años frente a los 48 años de las mujeres.
- La amaxofobia en hombres va muy relacionada con la disminución de las capacidades y/o habilidades físicas, con lo cual muchos casos son por edad, enfermedades, recomendaciones médicas.
- En el caso de las mujeres la amaxofobia va ligada en un alto porcentaje con familiares que les debilitaron la autoestima, padres o maridos muy dominantes y que es sus primeras experiencias como conductoras sufrieron alto grado de estrés y ansiedad que les provocó no volver a conducir.
- También a las mujeres les afecta más la manera de conducir de los demás conductores.
- Ante su miedo a conducir, las mujeres y los hombres utilizan más el transporte público. Y en segundo lugar buscan otras alternativas como el que alguien les lleve.



## Respuestas cualitativas

Las respuestas cualitativas surgen en dos preguntas del cuestionario:

1. en la cuestión 8 *“causas del miedo a conducir: según su opinión, éste se ha generado como consecuencia de:”* las respuestas encontradas se pueden agrupar:
  - pérdida de control del coche
  - conocimiento sobre los efectos del alcohol
  - no me gusta conducir
  - problemas técnicos del coche
  - vértigo
  - poca experiencia
  - gran número de víctimas
  - inseguridad, personalidad miedosa
  - muerte de familiares o personas conocidas
  - responsabilidad ante posibles daños a terceros
  - me genera tensión
  
2. en la cuestión 9 *“¿qué medidas ha adoptado ante su miedo a conducir?”* las respuestas se pueden agrupar:
  - conducir con más precaución, más precaución
  - que conduzcan los demás
  - si bebo no conduzco
  - controlar la velocidad, respetar los límites
  - obligarme a conducir
  - conducir lo menos posible
  - conducir más para ganar experiencia
  - si hace mal tiempo extremar las precauciones
  - conducir pensando en los demás

## Recomendaciones y sugerencias

Conocido el alcance y circunstancias en las que se desarrolla la amaxofobia en la conducción, se está en disposición de poder analizar posibles recomendaciones y sugerencias para tratar las diferentes casuísticas.

En cuanto a los niveles de miedo, se distingue entre:

- a. el miedo en circunstancias específicas, que no llega a ser paralizante, pero sí produce sensaciones de tensión en situaciones específicas relacionadas con variables externas al conductor, (como pueden ser las condiciones climatológicas, la fluidez del tráfico, el tipo de vía, etc.)
- b. paralizante, es decir, es aquel que sufren personas que, teniendo permiso de conducir, no conducen por este miedo.

### EL MIEDO EN DETERMINADAS CIRCUNSTANCIAS.

El miedo en determinadas circunstancias, dependiendo de distintas variables, es adaptativo y supone al individuo cierto estado de alerta que es positivo y un grado de ansiedad óptimo como reacción del cuerpo y la mente ante alguna circunstancia que nos hace prever un posible riesgo o peligro.

De todas las circunstancias estudiadas en este trabajo, podríamos decir que existen variables que puede controlar el individuo y otras que no.

Entre las que no podemos controlar o nos vienen dadas son:

- tipo de vía
- fluidez del tráfico
- condiciones espacio-temporales
- ocupantes
- tipo de vehículo

Para todas estas, los propios entrevistados han sugerido qué medidas adoptan ellos ante estas circunstancias en la pregunta 9 del cuestionario y se han tipificado en el estudio.

Aquella que podemos controlar nosotros es la referente a:

- condiciones del conductor

En cuanto al estado del conductor, circunstancia que es muy importante en la conducción, debemos recordar algunas indicaciones básicas:

- el consumo de alcohol es uno de los factores responsables, en un índice muy alto de los accidentes de tráfico. Por ello, todos debemos ser conscientes de las consecuencias de conducir con una tasa de alcohol superior a la permitida. Las campañas de información de la DGT refuerzan esta idea (especialmente en jóvenes/fines de semana/noche).
  - RECOMENDACIÓN: además del control por la autoridad competente, información (con datos e imágenes) y formación específica preventiva.
- el mal estado físico del conductor/a que supone, en un alto porcentaje, consumo de medicamentos debe conllevar la responsabilidad de la persona de saber cómo esta medicación incide y está contraindicada con la acción de conducir.
  - RECOMENDACIÓN: Información y lectura de prospectos de medicamentos. Campañas de información, formación y sensibilización en los colegios oficiales de médicos y farmacéuticos para que comuniquen a sus pacientes y clientes las consecuencias de conducir e ingerir ciertos medicamentos.
- cuando el conductor/a se encuentra mal psíquicamente y desde luego si está en tratamiento terapéutico, el profesional debe advertirle e informarle cómo puede incidir su estado psíquico en el hecho de conducir.
  - RECOMENDACIÓN: Campañas de información y formación en los colegios oficiales de médicos (psiquiatras) y terapeutas (psicólogos) para sensibilizarles de la importancia de la advertencia a los pacientes de esta información, que puede llegar a ser fundamental para la vida de sus pacientes y de la de los demás.

## EL MIEDO PARALIZANTE

Las personas que sufren este trastorno tienen que querer combatir esta fobia, es decir, tienen que ser conscientes, reconocerla, verbalizarla y querer trabajar sobre ella para superarla. Para ello, necesitan de una ayuda externa y profesional.

- RECOMENDACIÓN: cursos de formación con dinámicas de grupo y verbalización de síntomas, sensaciones y pensamientos bloqueantes y terapia individual y grupal para superar el miedo y el trauma de estrés postraumático cuando se dé.

## Glosario

**Amaxofobia:** miedo a conducir

**Angustia:** grado más profundo de ansiedad que incapacita a la persona para la realización de las actividades de la vida cotidiana bloqueándola.

**Ansiedad:** sentimiento humano que experimentamos cuando nos exponemos a situaciones que consideramos difíciles o que nos suponen una amenaza. Se caracteriza por una serie de síntomas como tensión muscular, nerviosismo, sudoración, palpitaciones, etc. Estado de inquietud.

**Autoestima:** capacidad para aceptarse y quererse a uno mismo tal y como es, con sus virtudes y defectos.

**Estrés:** término muy amplio que de manera general se refiere a una hiperactividad del sistema nervioso y glandular y que se manifiesta por múltiples síntomas de desequilibrio, insomnio, falta de concentración, ansiedad, trastornos físicos, etc. y que, dependiendo de cada persona, se manifiesta con unos u otros síntomas.

**Fobia:** miedo ante situaciones particulares u objetos que no son peligrosos y a las que la mayoría de la gente no considera problemáticos.

**Fobia a conducir:** inquietud permanente y desproporcionada que surge antes, y sobre todo durante la acción de conducir.

**Paralizante:** es aquel miedo que sufren personas que, teniendo permiso de conducir, no conducen por este miedo.

**Trauma de estrés postraumático:** patología asociada a la ansiedad que se da en aquellas personas que han sido víctimas de una tragedia que ha puesto en peligro su vida, como un atentado terrorista o un accidente de coche.

### Más información:

## C.V. Miguel Muñoz Medina

Presidente del Instituto Mapfre de Seguridad Vial

### Datos personales:

Lugar y fecha de nacimiento: Madrid, 6 de Febrero de 1944

### Estudios realizados:

- Licenciado en Derecho (Universidad Complutense)
- Curso de Derecho Comunitario (Escuela diplomática)
- Doctor “cum laude” en Derecho (Universidad de Granada)

### Experiencia profesional:

- 1966-67 - MAPFRE Mutualidad de Seguros
- 1966-68 - Ejercicio libre de la abogacía
- 14.03.69/09.03.96 - Funcionario del cuerpo técnico de la DGT
- 02.09.88/08.03.96 - Director General de Tráfico
- 20.03.96 - Se incorpora a MAPFRE Mutualidad. En la actualidad es Director General Adjunto de MAPFRE Mutualidad, Director General de MARES y Vicepresidente de la Comisión Ejecutiva de la Unidad Operativa de Automóviles.
- 19.06.96 - Patrono de la Fundación MAPFRE y Presidente del Instituto MAPFRE de Seguridad Vial.
- 22.01.04 - Fue elegido Presidente de la Asociación Española de la Carretera.

### Actividades docentes:

- Profesor asociado del Instituto Nacional de Administración Pública, con asidua (hasta 1996) participación en cursos de formación de directivos.
- Director del Área jurídica en el Master de Tráfico, organizado por la Universidad Politécnica de Madrid (cursos 1993/94 y 1994/95), habiendo impartido en el mismo las materias de Derecho Constitucional, Derecho Administrativo e Instituciones Internacionales y supranacionales.
- Profesor invitado del Instituto Universitario Ortega y Gasset.
- Profesor invitado del Master de periodismo organizado por “Prensa Española”.
- Director Técnico del “Curso Universitario de Post-grado de Especialización en dirección y gestión de la Seguridad Vial”

organizado por la Fundación MAPFRE Estudios en colaboración con la Universidad Politécnica de Madrid. En las dos ediciones del curso (curso académicos 98-99 y 99-00) ha coordinado tres módulos impartiendo así mismo, entre otras más genéricas de seguridad vial, las materias de Derecho de la Circulación, Derecho Constitucional y Derecho Administrativo.

- Ha impartido la lección inaugural del curso académico 1998-99 de la Universidad Pontificia de Salamanca.
- Coordinador del módulo “Seguro de Automóviles” en el segundo curso de la Licenciatura en Administración y Dirección de Empresa en la Facultad de Ciencias del Seguro Jurídicas y de la Empresa (Universidad Pontificia de Salamanca).
- Profesor encargado de Cátedra (asignatura: Clases de seguros) de la Facultad de Ciencias del Seguro de Universidad Pontificia de Salamanca.

#### **Publicaciones:**

- “La Potestad Sancionadora de la Administración en materia de tráfico”: Infracciones y Sanciones. Editorial BOE 1993
- “Como evitar las multas de tráfico”. Ediciones “B” 1996
- “Informe sobre jóvenes conductores”. Editorial MAPFRE 1996
- “Los delitos en materia de tráfico y su relación con la seguridad vial”. En “La imprudencia” (Cuadernos de Derecho Judicial). CONSEJO GENERAL PODER JUDICIAL 1993
- “Investigación y educación para la seguridad vial”. Editado por el RACC. Barcelona 1995
- “La seguridad vial en el derecho histórico español”. En “Anales de Caminería Hispánica”. AACHE Ediciones 1996
- “Los valores constitucionales protegidos por el sistema de valoración de daños personales por accidentes de circulación establecido por la ley 30/95” en “Sociedad y Utopía”. Madrid 1999
- Numerosísimos artículos sobre temas jurídicos y de seguridad vial en diversas publicaciones periódicas
- También numerosísimas transcripciones de conferencias, ponencias y comunicaciones en diversos congresos, seminarios, etc.

#### **Condecoraciones:**

- Gran Cruz de la Orden del Mérito Civil
- Medalla de Oro del Mérito de la Seguridad Vial
- Medalla de Plata con Hojas de Palma del Mérito del Seguro

- Cruz de Caballero de Mérito de la sacra Orden militar Constantiniana de San Jorge
- Cruz de Plata del Mérito de la Guardia Civil
- Cruz del Mérito Policial con distintivo rojo

Otras distinciones

**Nacionales:**

- Master de oro del Forum de Alta Dirección (de cuya Junta Directiva forma parte actualmente)
- Medalla de oro del Consejo General de Colegios de Gestores Administrativos de España
- Caballero de la Real Asociación de Caballeros del Imperial Monasterio de Yuste

**Internacionales:**

- Premio de la Federación Mundial de sociedades de Neurocirugía (WFNS) a la mejor labor de prevención de las lesiones neurológicas. 1992
- Premio “HOMBRE DEL AÑO” de la Federación Internacional de Carreteras (IRF).1998



## C.V. Estela Pérez Peláez

Psicóloga y autora del informe sobre Amaxofobia

### Datos personales:

Lugar y fecha de nacimiento: Asturias, 17 de julio 1962

### Estudios realizados:

- Licenciada en Psicología. (Especialidad Industrial, año1986. Universidad Complutense de Madrid).
- Diplomada en Psicología Aplicada a la Empresa por ICADE
- Técnico en Formación de Formadores de Alta Dirección por la CEOE
- Master en Dirección de Recursos Humanos por la Cámara de Comercio e Industria de Madrid
- Master en Dirección de la Calidad Total por la Universidad Politécnica de Madrid

### Experiencia profesional:

- Hipermercados Continente
- SGS TécnoS
- ENAC
- Como Freelance, formadora y consultora en Área de recursos humanos y calidad.
- Realización de proyectos especializados como Jornada de integración y cambio de actitudes en Organizaciones, el primer estudio español sobre Miedo a Conducir (amaxofobia), o la elaboración de la parte metodológica para el proyecto europeo “Leonardo” de la AEND.

### Actividades docentes:

- Cursos de formación impartidos a profesionales de empresa sobre los siguientes contenidos:
  - La Comunicación Eficaz
  - El Trabajo en Equipo
  - La Motivación Laboral
  - La Empresa y su Entorno
  - La Función de Secretaria
  - Atención Telefónica

- Orientación Sociolaboral
- La Selección de Personal
- Dirección de Reuniones
- Habilidades Directivas
- Atención al Cliente
- Las Herramientas de Gestión de la Calidad
- Las Relaciones Humanas en la empresa
- Motivación y Mejora para la Calidad
- Habilidades Comerciales
- Los Factores Humanos en la Empresa
- Equipos de Mejora
- Formación de Formadores
- Habilidades Relacionales
- Liderazgo, Motivación, Trabajo en Equipo e Inteligencia Emocional
- Comunicación y Habilidades Comerciales
- Aspectos Humanos de la Auditoría
- Cómo mejorar las Habilidades de Comunicación
- Habilidades Personales
- Norma ISO 9001:2000. Sensibilización a la Calidad
- Presentaciones eficaces
- Negociación

#### **Publicaciones:**

- “Amaxofobia o miedo a conducir”, Instituto Mapfre de Seguridad Vial
- “Manual de estilo” y “Guías didácticas” para el proyecto Leonardo de la AEND

#### **Clientes:**

- Ciat, S.A.
- Máster Eight, S.L.
- Instituto Madrileño para la Formación (IMAF)
- Puerto de Barcelona
- Transportes Contendores Barcelona, T.C.B.
- Tecnos Garantía de Calidad, S.A.
- Central Nuclear de Zorita
- Master en Dirección de la Calidad Total de la Universidad Politécnica de Madrid
- Organización de Profesionales Autónomos de Toledo, OPA
- Central Nuclear de Almaraz
- Grupo SGS España, S.A.

- Master en Dirección de la Calidad Total de la Escuela de Organización Industrial (EOI)
- Instituto Municipal para el Empleo y la Formación Empresarial (Imefe),
- Gas Natural
- Formaselect
- Grupo Ros Casares, S.A.
- Renault, Vehículos Industriales, S.A.
- La Caixa
- Experiencia Profesional
- Entidad Nacional de Acreditación, ENAC
- Escuela Joven de Iniciativas Empresariales
- Instituto Europeo de Salud y Bienestar Social
- Fundación Síndrome de Down de Madrid
- Accenture
- Cadena COPE
- Distanmark Group
- Solidarios para el desarrollo
- Transportes Azkar
- Hewlett Packard´
- Genworth Financial, General Electric
- Mapfre, Seguridad Vial
- Deloitte
- Asociación Española de Ensayos no Destructivos