

Teinforma

DEPORTES NÁUTICOS A PRUEBA DE RIESGOS ESTE VERANO



Agosto es sinónimo de calor, de buen tiempo, de merecido descanso... y de deportes náuticos. Si es aficionado a estos últimos, le sugerimos que se informe de los seguros que protegen a las embarcaciones de recreo más utilizadas en los meses estivales, como las motos de agua.

Ya sea el propietario de una de estas embarcaciones o esté pensando en adquirir una, conviene que sepa que es necesario contar con un seguro de Responsabilidad Civil (RC) Obligatoria y cumplir con los requisitos que establece el RD 259/2002 de 8 de marzo, sobre medidas de seguridad de las motos náuticas.

Así, para el uso particular de una de estas embarcaciones es preciso contar con el título de Patrón de Moto Náutica A, B o C, Patrón para Navegación Básica, de embarcaciones de recreo, de Yate o Capitán de Yate. Por otro lado, la moto debe estar matriculada en cualquier Capitanía Marítima. Respecto a su uso, el chaleco salvavidas homologado es preceptivo, igual que la edad mínima: 18 años o 16 (con consentimiento escrito de padre/madre o tutor).

En España todas las embarcaciones de recreo o deportivas propulsadas a motor, lo que incluye a las motos de agua, deben contar con un seguro. También es obligatorio para aquellas embarcaciones que, aunque no dispongan de motor, tengan una eslora superior a los 6 metros. Navegar sin seguro podría implicar una multa de hasta 20.000 euros.

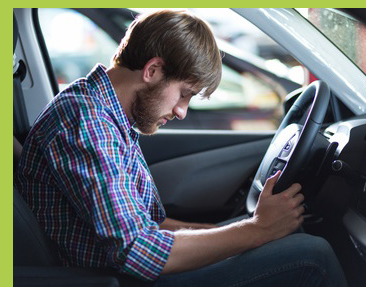
En definitiva, cada embarcación cuenta con unas necesidades de aseguramiento propias y diferentes, pero todas ellas deben contratar la cobertura de RC Obligatoria, que debe cubrir los posibles daños que puedan causar a terceros, tanto los propietarios de las motos de agua y embarcaciones, como las personas autorizadas para conducirlos o los esquiadores (acuáticos) u objetos que puedan arrastrar.

Hay que tener en cuenta que la legislación española obliga a asegurar las embarcaciones aunque solo estén atracadas a flote, y resulta igualmente necesario cumplir esta medida para poder navegar por aguas territoriales españolas siempre que tengan entrada o salida desde un puerto español, independientemente de que en su país de origen no sea obligatorio disponer de dicho seguro.

Si opta por alquilar una moto de agua en su lugar de veraneo, le recomendamos que confirme que la misma cuenta con un seguro de accidentes. A través de esta cobertura se indemniza a los ocupantes del vehículo o a sus familiares en caso de sufrir un accidente grave, fallecimiento o invalidez, así como los gastos médicos derivados del accidente. El importe de estas indemnizaciones está fijado en el anexo del Reglamento del Seguro Obligatoria de Viajeros.

Disfrutar del tiempo libre en vacaciones no está reñido con la seguridad. A la hora de practicar deportes náuticos ya sea en playas, ríos o pantanos, asegúrese de que la embarcación elegida cuenta con las medidas de seguridad adecuadas y que tiene todos los seguros necesarios en regla para evitar disgustos en caso de sufrir algún percance.

¿CÓMO EVITAR LA FATIGA AL VOLANTE?



El 60% de los españoles que saldrán de vacaciones este verano lo harán en automóvil. La Dirección General de Tráfico (DGT) espera que entre los meses de julio y agosto se produzcan cerca de 84 millones de desplazamientos por carretera, un 3,5% más que en 2015.

Conducir es una actividad que requiere de nuestra máxima atención. La monotonía de las vías rápidas y los viajes largos exigen varias horas de concentración que pueden producir fatiga y cansancio, factores éstos que están relacionados con el 20-30% de los accidentes de tráfico, según datos de la DGT.

Si alguna vez le ha pasado, reconocerá los síntomas: estiramientos, bostezos, constantes cambios de postura y acomodados en el asiento que pueden ser el preludio de una de las peores amenazas: dormirnos al volante.

La principal causa de la fatiga es no descansar o no hacerlo adecuadamente, pero hay factores que potencian sus efectos -como la monotonía, la incomodidad, la prisa, el estrés o la ansiedad- y que hay que evitar a toda costa cuando nos enfrentamos a un viaje en carretera. Otros factores que también influyen son el hambre, las comidas copiosas y las enfermedades del conductor.

Si antes de iniciar el trayecto nota que no está "al cien por cien", aplase el viaje

unas horas y descanse. Nada hay más importante que su seguridad. Si el cansancio aparece durante el viaje, es preferible parar unas horas en un lugar seguro y descansar antes de retomar la marcha. Los expertos recomiendan descansar suficientemente antes de iniciar el viaje, y parar cada dos horas o 200 kilómetros para descansar y estirar las piernas. Esta medida es clave.

La hidratación es fundamental. Beber agua ayudará al conductor a mantenerse hidratado y el café y los refrescos de cola contribuirán también a mantenerle despierto, por su contenido en cafeína y azúcar, que aporta los niveles necesarios de glucosa al cerebro, lo que favorece la concentración y la capacidad de reacción ante los imprevistos del trayecto. Por supuesto, tomar alcohol o drogas antes o durante el viaje está absolutamente prohibido, por su seguridad, la de los pasajeros y los demás conductores.

Otro de los factores que favorecen la somnolencia al volante es el calor. Para combatirlo, especialmente ahora en verano, es recomendable ventilar el coche y mantenerlo climatizado en una temperatura cercana a los 21°C.

Esperamos que estos consejos le ayuden a evitar la fatiga en su próximo viaje.



EL SECTOR ASEGURADOR SE VUELCA CON EL DEPORTE PARALÍMPICO

Fuerza y afán de superación. Son dos características propias de los deportistas paralímpicos. A un paso de los Juegos de Río 2016, estos deportistas han encontrado en el sector asegurador el impulso necesario para lograr sus objetivos. Numerosas compañías de seguros apoyan a estos deportistas para que puedan alcanzar su meta: acudir a unos Juegos Olímpicos y dejar bien alta la bandera del equipo español. En Londres 2012 los deportistas paralímpicos españoles volvieron a casa con 42 medallas: ocho oros, 18 platas y 16 bronce, y en la cita de Río 2016 su objetivo será superar este magnífico palmarés.

Más de 4.000 deportistas invidentes, con discapacidad física, intelectual o parálisis cerebral, procedentes de 176 países, participarán en los 22 deportes que forman parte del programa de com-

petición, entre los que hay que destacar el debut del piragüismo y el triatlón.

Para llegar hasta ahí, nuestro equipo paralímpico ha contado con el apoyo de programas como #SeSalen, iniciativa de un grupo asegurador, patrocinador del plan ADOP que, junto al Comité Paralímpico Español, quiere generar una afición única en torno al deporte paralímpico a través de las historias de seis atletas que tienen muchas posibilidades de acceder al medallero: Sandra Peña, Loida Zabala, Alfonso Cabello, David Casinos, Ricardo Ten y Daniel Caverzaschi.

El patrocinio de los tenistas Lola Ochoa y Francesc Tur a través de la Fundación Jesús Serra, el proyecto "De un sueño, una realidad" para apoyar al Equipo Paralímpico de Triatlón, se hacen realidad gracias a la contribución del Seguro.

CONSEJOS PARA PREVENIR LAS PICADURAS ESTE VERANO

En verano pasamos más tiempo al aire libre, cerca del mar o la piscina, donde además del buen tiempo nos pueden acompañar otros elementos menos deseables, como los insectos. Las picaduras de insectos y otros animales son una de las principales causas de consulta médica en los lugares de vacaciones, especialmente en aquellas zonas de España en las que se encuentra el mosquito tigre, cuya picadura es más molesta y problemática que la de nuestro mosquito autóctono.

Para prevenir las picaduras de estos insectos se recomienda utilizar ropa clara, evitar las zonas en las que proliferan como humedales,

áreas de vegetación y maleza, y utilizar repelentes, pero si a pesar de estas precauciones sufrimos una picadura, la primera medida es evitar rascarse, tratar la zona con pomadas o líquidos a base de amoníaco y aplicar hielo, envuelto en alguna tela, contra la posible inflamación, que además aliviará el picor.

En esta época del año hay que prestar especial atención a las picaduras de avispas y abejas. Si no se es alérgico a su veneno, bastará con limpiar y desinfectar la zona con agua y jabón y aplicar una compresa de agua fría o hielo. Si el aguijón ha quedado dentro, es preciso extraerlo delicadamente con unas pinzas. En



caso de ser alérgico o de recibir la picadura en la boca o la faringe hay que buscar atención médica inmediata. En cualquier caso, conviene ir al médico si la picadura duele mucho o dura más días de lo habitual.

También las medusas hacen de las suyas en los meses estivales, especialmente en las playas de aguas cálidas, como las del Me-

diterráneo. En caso de picadura conviene acudir al puesto de socorro más próximo, pero si no existiera, la primera medida es aclarar la zona con agua salada (nunca dulce, porque agravaría la afección), retirar con pinzas los restos de medusa que pudiera haber y aplicar hielo convenientemente. También se puede tomar un antihistamínico y un analgésico.

Si ha decidido pasar sus vacaciones de verano en el extranjero debe prestar especial atención a las picaduras de los insectos locales, especialmente en las zonas tropicales. Infórmese de ello antes de viajar y, ante cualquier percance, no dude en acudir a los especialistas sanitarios, que podrán asesorarle en todo momento a través de su seguro de salud.