

GUÍA DEL CONDUCTOR DE LA TERCERA EDAD PARA MANEJAR CON SEGURIDAD



Este manual está disponible
en **dmv.ca.gov**.

Gavin Newsom, Gobernador
Estado de California

Toks Omishakin, Secretario
Agencia de Transporte del
Estado de California

Steve Gordon, Director
Departamento de Vehículos Motorizados
de California

NO TOCAR EL DISPOSITIVO MÓVIL



El dispositivo móvil de un conductor debe estar montado en el parabrisas, tablero de instrumentos o consola central del vehículo.

No debe impedirle al conductor ver la carretera.

El conductor solo puede deslizar o tocar la pantalla una sola vez para activarlo.



**NUEVA LEY
DEL AÑO 2017**

CONTENIDO

PARTE 1: RECONOCER CAMBIOS.....	1
Desmintiendo el mito	1
Responsabilidades del DMV.....	2
Oficina del mediador del DMV para el conductor de la tercera edad.....	2
Salud.....	4
Nutrición.....	5
Lista nutricional	6
Buena salud física y mental	7
Cambios en los músculos, articulaciones y huesos.....	8
Sentido de la vista.....	10
3 discapacidades visuales comunes.....	11
Sentido del oído	13
Función cognitiva	14
Efectos de las discapacidades cognitivas en los conductores de la tercera edad	14
Algunas causas de las discapacidades cognitivas	15
Medicamentos y alcohol	16
PARTE 2: EVALUAR CÓMO MANEJA.....	17
Cuestionario de autoevaluación de la capacidad de manejar	18
PARTE 3: ADAPTARSE	21
Seguir manejando de manera segura.....	21
¿Es mi vehículo el adecuado para mí?.....	22
Curso de mejoramiento para conductores mayores	23
Licencia de manejar restringida	25
Restricciones impuestas por el DMV	26
Obtener una licencia de manejar restringida	27
Restricciones comunes.....	27
PARTE 4: PROCESO DE RENOVACIÓN DE LA LICENCIA DE MANEJAR.....	28
Examen teórico en una terminal de pantalla digital (antes conocido como examen escrito)	29
Exámenes de la vista.....	32

PARTE 5: PROCESO DE REEXAMINACIÓN.....	34
Cómo determina el DMV una reexaminación	34
Evaluaciones de condiciones médicas	38
Examen práctico de manejo	39
Decisiones del DMV después de una reexaminación.....	41
Duración de las suspensiones/revocaciones.....	42
Notificación de acciones tomadas en contra del privilegio de manejar.....	42
Audiencias administrativas	43
Sus derechos de audiencia	44
Revisar la evidencia del DMV	44
Citaciones judiciales	45
Presentar evidencia	46
Asistencia.....	46
Notificación de las decisiones.....	47
Apelaciones	47
Entrevistas	47
Síntomas de advertencia	48
PARTE 6: CUÁNDO DEJAR DE MANEJAR	48
Síntomas de advertencia	48
Cómo trasladarse sin manejar	50
PARTE 7: SI UN CONDUCTOR LO PREOCUPA	52
Evaluar la situación.....	52
Evaluar observaciones y preocupaciones	54
Lo que puede hacer para ayudar.....	55
Planear opciones alternativas de transporte.....	56
Obtener ayuda adicional	56
Tomar acción.....	57
Anticipar reacciones.....	57
Ayuda después de la conversación	58
Entrenamiento al volante	59
Conclusión	59

PARTE 8: RECURSOS..... 60

 Información sobre las licencias de manejar.....60

 Servicios60

 Sitios de Internet y recursos adicionales66

 Recursos del DMV69

 Crucigrama72

 Sopa de letras.....73

 Respuestas76

A dónde escribir

Si tiene comentarios o sugerencias sobre esta publicación, favor de enviarlos a:

*Department of Motor Vehicles
Customer Communications Section, MS H165
PO Box 932345
Sacramento, CA 94232-3450*

© Copyright, Department of Motor Vehicles 2017.
Todos los derechos reservados.

Esta obra está protegida por la ley de derechos de autor de Estados Unidos (U.S. Copyright Law). El DMV es propietario de los derechos de autor de esta obra. La ley de derechos de autor prohíbe lo siguiente: (1) la reproducción de obras con derecho de autor; (2) la distribución de ejemplares de obras con derecho de autor; (3) la preparación de obras derivadas de obras con derecho de autor; (4) la exhibición a nivel público de una obra con derecho de autor; o (5) la presentación pública basada en una obra con derecho de autor. Todas las peticiones de permiso para hacer copias de la totalidad de esta publicación o cualquier parte de esta publicación deben dirigirse a:

*Department of Motor Vehicles
Legal Office MS C128
PO Box 932382
Sacramento, CA 94232-3820*

PARTE 1: RECONOCER CAMBIOS

Para el año 2030, se estima que 1 de cada 5 conductores en los Estados Unidos (EE. UU.) tendrá 65 años de edad o más. Al Departamento de Vehículos Motorizados (DMV) le gustaría que todos los conductores mantengan la independencia de manejar mientras lo puedan hacer de manera segura. Esta guía ha sido creada para proveer un mejor entendimiento de los cambios que alteran la vista, la flexibilidad, la fortaleza y otras características físicas que pueden afectar la manera de manejar de forma segura conforme usted envejece. En esta guía se presentan herramientas para autoevaluarse, consejos y recursos que le ayudarán a tomar un rol activo en el control de su seguridad personal y la de los demás.



DESMINTIENDO EL MITO

MITO: *El DMV automáticamente vuelve a examinar a los conductores después que cumplen cierta edad.*

REALIDAD: La edad en sí de una persona no es razón suficiente para volver a examinar al conductor. El DMV tiene autoridad para investigar y reexaminar la capacidad de todos los conductores de operar un vehículo motorizado de manera segura según sea el estado físico o mental o debido a faltas en el expediente de manejo.

RESPONSABILIDADES DEL DMV

Algunas de las principales responsabilidades del DMV son fomentar la seguridad vial y proteger a los automovilistas reduciendo al mínimo el número de conductores peligrosos. El DMV comprende la importancia de la relación entre la licencia de manejar y la independencia de una persona y lo toma en cuenta al evaluar a un conductor.

OFICINA DEL MEDIADOR DEL DMV PARA EL CONDUCTOR DE LA TERCERA EDAD

El DMV tiene una oficina del mediador para el conductor de la tercera edad (*DMV's Senior Driver Ombudsman Section*) para atender sus preocupaciones con respecto al manejar de manera segura. El DMV, por medio de los mediadores, se esfuerza en concientizar al público para que los conductores de la tercera edad sigan manejando de manera segura el mayor tiempo posible.

La función principal de la oficina del mediador para el conductor de la tercera edad es representar los intereses de la seguridad vial pública de todos los californianos poniendo mayor interés en lidiar con las preocupaciones de los conductores de la tercera edad. Los mediadores pueden asistir como “intermediarios” para asegurar que dichos conductores sean tratados de manera justa, en conformidad con las leyes y regulaciones y con la dignidad y el respeto que se merecen. Aunque el mediador no puede representarlo en una audiencia o reexaminación del DMV, sí puede proveerle las herramientas e información que necesite para estos asuntos.

Los mediadores están disponibles para asistir en casos individuales, así como para participar en seminarios de alcance comunitario para grupos pequeños y grandes, con el fin de fomentar la seguridad vial en California poniendo énfasis en las preocupaciones de las personas de la tercera edad. Si quisiera que un mediador atendiera a la junta de su grupo o evento para hacer una presentación o si necesita otro tipo de ayuda, por favor comuníquese con la oficina del mediador para el conductor de la tercera edad en los siguientes lugares:

- Condados de Los Ángeles y de la Costa Central
(310) 615-3552
- Condados de Sacramento y del norte de California
(916) 657-6464
- Condado de Orange y condados del sur de California
(714) 705-1588
- San Francisco, Oakland y el Área de la Bahía
(510) 563-8998

SALUD

Su salud está directamente relacionada a su forma de manejar. Usted debe poder ver lo suficientemente bien como para detectar peligros en cualquier tipo de iluminación, calcular distancias, ajustar su velocidad a la misma del tráfico y leer las señales viales. Su mente debe estar lo suficientemente alerta para tomar rápidamente la acción correcta en cualquier tipo de situación de tráfico, incluso las inesperadas. Asimismo, su cuerpo debe poder responder y reaccionar rápidamente.

“Se estima que para el año 2030 1 de 5 conductores en los Estados Unidos tendrá 65 años o más.”

Usted cambia física y mentalmente conforme envejece. Estos cambios pueden, y de hecho sí afectan su capacidad de manejar. El envejecimiento no resulta automáticamente en la disminución de su capacidad para manejar. Muchas personas siguen manejando de manera segura muchos años después de jubilarse. Usted elige su estilo de vida y esto puede afectar su salud; por ejemplo, lo que come y cuándo, cuánto y qué tipo de ejercicio hace, cómo lidia con el estrés, cuánta interacción social tiene, etcetera.

Mantener un cuerpo sano, ágil y una mente alerta requiere una buena nutrición, descanso adecuado y hacer ejercicio para mantener o aumentar la fuerza, la flexibilidad y los buenos reflejos.

NUTRICIÓN

Una nutrición adecuada ayuda a conservar la salud y provee la energía necesaria para desempeñar las actividades diarias, incluyendo manejar de manera segura. Es fácil ignorar los síntomas de la mala nutrición conforme envejecemos, por lo tanto siempre consulte a su médico antes de hacer cualquier cambio nutricional o dietético.

Si siente que ha perdido el apetito, consúltelo con su médico porque a veces puede ser un síntoma de una enfermedad o de un efecto secundario de un medicamento que puede afectar la manera de manejar. La lista en la siguiente página es una herramienta que le ayudará a identificar las áreas a las que quizás necesite prestar más atención. Complete la lista y llévela consigo para hablar sobre su nutrición con su médico.

Esta lista nutricional no fue creada con la intención de dar consejos médicos o tratamiento; es solo una herramienta para ayudarle a identificar y tomar conciencia de sus hábitos alimenticios. Hable con su médico si tiene preguntas o preocupaciones sobre su nutrición.

LISTA NUTRICIONAL

	Sí	No
Como por lo menos 3 comidas al día....	☐	☐
Como productos lácteos casi todos los días.....	☐	☐
Como 5 porciones de verduras casi todos los días	☐	☐
Cambié la cantidad y/o tipo de alimentos que como debido a una condición médica	☐	☐
Bebo de 6 a 8 vasos de líquidos casi todos los días.....	☐	☐
Por lo general, tengo suficiente dinero para comprar comida.....	☐	☐
Tomo 3 o más vasos de cerveza, vino o licor por día	☐	☐
Casi siempre como solo(a).....	☐	☐
Tengo problemas dentales, bucales o al tragar alimentos, lo que me dificulta comer.....	☐	☐
Tomo 3 o más medicamentos distintos recetados o sin receta diariamente	☐	☐
Compro, cocino y/o me alimento yo mismo(a) con frecuencia.....	☐	☐
Tomo suplementos vitamínicos.....	☐	☐
He subido más de 11 libras en los últimos 6 meses.....	☐	☐

BUENA SALUD FÍSICA Y MENTAL

La madurez trae consigo cambios en la movilidad física. Por ejemplo, ¿puede aún girar la cabeza para ver sobre su hombro cuando retrocede en su vehículo o cambia de carril? ¿Siente debilidad en los brazos o piernas al dirigir el volante, frenar o acelerar? Mantenerse en forma y activo le ayudará a mantener la fuerza muscular y la flexibilidad que necesita para manejar de manera segura.

“La madurez trae consigo cambios en la movilidad corporal”

El ejercicio y la actividad física no tienen que ser arduos ni requerir equipo o ropa especial. Puede hacer ejercicio en la comodidad de su propio hogar levantando objetos livianos como latas de sopa, botellas de agua de 8 onzas, etcetera. Mientras mira televisión, puede apretar en forma rítmica una pelotita o un animal de peluche para fortalecer las manos y los brazos. Sin importar su condición o edad, siempre habrá algún tipo de ejercicio o actividad que puede ser de beneficio para su salud. Puede tratar de:

- Caminar
- Nadar
- Bailar
- Levantar pesas
- Hacer jardinería

- Ir de compras
- Hacer acuáticos
- Mantener un régimen de ejercicios (consulte su centro local para personas de la tercera edad, su médico, anuncios comunitarios, etcetera).

Éstas son solo algunas sugerencias. Lo importante es llevar una vida activa y hacer lo que crea conveniente, una actividad que usted disfrute. El ejercicio no solo facilita manejar de manera más segura, sino que también puede prevenir o reducir el avance de muchas discapacidades, enfermedades y otras condiciones médicas. Pregúntele a su médico qué tipo de actividades serían apropiadas para usted y consúltelo antes de empezar cualquier actividad nueva.

El ejercicio mental es también beneficioso. Lea, complete crucigramas y practique juegos de palabras o números aunque solo sea para llevar el puntaje. Los rompecabezas afinan su percepción visual. Los juegos “Dígalo con mímica” y “Solitario” son actividades que estimulan su pensamiento lógico. En las páginas 72 y 73 se han incluido ejercicios mentales para ayudarlo a comenzar.

CAMBIOS EN MÚSCULOS, ARTICULACIONES Y HUESOS

Conforme envejecemos, los reflejos son lentos, perdemos fuerza muscular, flexibilidad en las articulaciones y los huesos se vuelven frágiles. Reflejos lentos, en combinación hasta con una mínima pérdida de la vista, pueden convertir situaciones de manejo comunes en situaciones peligrosas.



CONSEJOS PARA MANEJAR DE MANERA SEGURA

- Las articulaciones rígidas y/o los efectos de la osteoporosis pueden dificultarle girar la cabeza para ver hacia atrás.
 - Instale en su vehículo espejos laterales grandes y/o un espejo panorámico.
 - Gire su cuerpo para ver detrás de usted al retroceder o cambiar de carril.
- Conforme los músculos pierden fuerza, es más difícil girar el volante. No dé vueltas abiertas para compensar.
 - Maneje un vehículo con dirección hidráulica.
 - Si aún así tiene problemas, intente usar una perilla para girar el volante.
- Los músculos cansados y las articulaciones adoloridas pueden distraerlo e impedirle poner atención al camino.
 - Asegúrese de descansar lo suficiente antes de manejar.
 - Pare con frecuencia para descansar en viajes largos.
- Aunque los huesos fracturados hayan sanado totalmente, pueden causar reflejos más lentos.
 - Consulte a su médico sobre dispositivos alternativos de frenado para su vehículo si siente que sus reflejos son más lentos debido a una atrofia muscular asociada a fracturas de huesos, un clavo de metal en su pierna o cadera, etcetera.

- Dése tiempo para reaccionar de manera segura.
 - Quédese por lo menos a 3 segundos de distancia detrás del vehículo que va delante.
 - Anticipe el peligro y tenga cuidado con los otros conductores.

SENTIDO DE LA VISTA

Usted necesita ver bien para manejar de manera segura. Si no puede ver con claridad, no puede calcular la distancia ni detectar problemas para reaccionar debidamente. También necesita ver de reojo (visión periférica) para divisar vehículos u objetos aproximándose por los costados mientras usted ve hacia adelante.

Quizás pueda ver con claridad y aún así no pueda calcular la distancia. Necesita poder calcular bien la distancia para saber qué tan lejos circula de otros vehículos, cruces peatonales, etcetera. Muchas personas que pueden ver con claridad durante el día tienen dificultad para ver de noche. Algunos individuos ven menos en luz baja. Otros pueden tener dificultad para ver el camino debido al resplandor de las luces delanteras.

La detección temprana al hacerse exámenes de la vista periódicos y completos es la clave para protegerla. Con el tratamiento apropiado, las discapacidades de la vista pueden minimizarse, prevenirse o demorar su avance; así que asegúrese de hacer citas regularmente con su oculista.

3 DISCAPACIDADES VISUALES COMUNES

Cataratas

Las cataratas nublan el cristalino del ojo haciendo más difícil ver el camino, las señales viales, otros vehículos y peatones. Otros indicios de cataratas son: ver los colores más opacos, los objetos más borrosos ya sea a plena luz del día o de noche y tener mayor sensibilidad al resplandor de las luces delanteras.

Degeneración macular

La degeneración macular puede distorsionar la visión central y causar la pérdida de agudeza visual. Las personas notan de diferentes maneras el efecto visual de la degeneración macular. En las primeras etapas, la degeneración macular puede crear distorsiones en pequeñas áreas centrales del campo visual sin que usted lo note y sin afectar su capacidad de manejar. Conforme la degeneración macular avanza, se vuelve más difícil ver con claridad y manejar de manera segura.

Glaucoma

El glaucoma puede causar pérdida parcial de la vista o ceguera total. Generalmente, el glaucoma afecta la visión periférica, la parte de la vista que le permite ver de reojo. Puede afectar su capacidad de ver otros vehículos, ciclistas o peatones que se encuentren fuera del área central del campo visual.



CONSEJOS PARA MANEJAR DE MANERA SEGURA

- Hágase un exámen de la vista cada 2 años o más seguido si nota un cambio repentino en su visión. A menos que se haga un examen de la vista, quizás no se dé cuenta que ha ido perdiendo la visión periférica o tenga dificultad para calcular la distancia.
- Mantenga limpios sus lentes, ventanillas, espejos y luces delanteras del vehículo.
- Limítese a manejar durante el día si tiene problemas para ver de noche o si sus ojos tienen dificultad para recuperarse del encandilamiento de las luces delanteras de los vehículos que se aproximan.
- Gire la cabeza con frecuencia para compensar cualquier reducción de su visión periférica.
- Evite ponerse lentes de aumento o lentes de sol que tengan patillas o armazones anchos que puedan bloquear su visión lateral.
- Si no puede ver por encima del volante, siéntese sobre un cojín o almohadón, pero asegúrese que aún pueda alcanzar el pedal del freno y el del acelerador.

SENTIDO DEL OÍDO

Oír es más importante para la seguridad vial de lo que mucha gente piensa. El sonido del claxon, sirenas, motocicletas o el rechinar de llantas puede advertirle peligros al manejar. Si usted sospecha que quizás tiene alguna pérdida auditiva, consulte a su médico. Algunos indicios y síntomas de una pérdida auditiva pueden incluir dificultad para:

- Oír el claxon o las sirenas cuando las ventanillas de su vehículo están cerradas.
- Oír el ruido intermitente de las luces direccionales cuando están encendidas.
- Seguir “el hilo” y participar en una conversación.
- Oír con claridad la pronunciación de las palabras aunque se repitan.
- Oír voces o sonidos agudos.



CONSEJOS PARA MANEJAR DE MANERA SEGURA

- Hágase un examen de los oídos regularmente.
- Si tiene pérdida auditiva, aunque sea en los dos oídos, por lo general lo puede compensar mirando por los espejos y observando a su alrededor frecuentemente (mirando hacia adelante, a los lados y hacia atrás de su vehículo).

FUNCIÓN COGNITIVA

La función cognitiva se refiere a la capacidad de una persona para procesar la información que recibe. El conocimiento significa estar consciente de su entorno utilizando la percepción, el razonamiento, el juicio, la intuición y la memoria. Cualquier discapacidad cognitiva afectará negativamente su capacidad para manejar de manera segura.

Efectos de las discapacidades cognitivas en los conductores de la tercera edad

Una de las discapacidades cognitivas más graves que afecta a la población de la tercera edad es la demencia. Con frecuencia, no se detecta ni se documenta. Desafortunadamente, antes que se detecte, la demencia puede avanzar más allá de la etapa en que un tratamiento a tiempo hubiera podido reducir su desarrollo de la enfermedad. Las personas de la tercera edad que padecen de demencia presentan un alto riesgo al manejar. A largo plazo, las personas con demencia progresiva pierden la capacidad de manejar de manera segura.

A diferencia de los conductores de la tercera edad con discapacidades musculares o visuales, que tienden a limitar al mínimo su manejo, los conductores de la tercera edad que padecen de demencia continúan manejando aunque sea peligroso. A menudo, depende de los familiares o de las personas que los cuidan que estos conductores dejen de manejar y coordinar para que usen otros medios alternativos de transporte.

Algunas causas de las discapacidades cognitivas

Algunas causas de las discapacidades cognitivas de un individuo son las siguientes:

- Demencia (enfermedad de Alzheimer y otras clases de demencia)
- Ataques convulsivos (pérdida del conocimiento)
- Trastornos del sueño (narcolepsia, apnea del sueño, pérdida del conocimiento)
- Tumor cerebral
- Enfermedad de Parkinson
- Derrame cerebral
- Vértigo

Es importante recordar que muchas de las discapacidades cognitivas son **progresivas**. El diagnóstico y el tratamiento a tiempo son críticos para asegurar que la persona pueda manejar de manera segura mientras la condición sea leve. Una vez que la discapacidad alcance una etapa moderada o severa, es demasiado peligroso que la persona siga manejando.

NOTA: Cuando el DMV recibe un reporte o un diagnóstico de una persona que sufre una discapacidad cognitiva leve, la oficina de seguridad vial (*Driver Safety*) hace una cita para hacerle una reexaminación. Más información sobre el proceso de reexaminación empieza en la página 34.

Medicamentos y alcohol

Muchos de los medicamentos (recetados o sin receta) tienen efectos secundarios que pueden afectar su capacidad de manejar de manera segura. Los medicamentos sin receta y los recetados para combatir resfriados y alergias pueden causar sueño. Es su responsabilidad saber los efectos secundarios de los medicamentos que toma. Asegúrese de leer cuidadosamente todas las etiquetas, información provista en la caja y folletos informativos de los medicamentos.

Tomar alcohol deteriora el buen juicio, entorpece los reflejos, distorsiona la capacidad para tomar decisiones y dificulta la coordinación. Conforme envejecemos, se tiene menos tolerancia al alcohol, lo que a la vez aumenta el riesgo de tener problemas relacionados a manejar alcoholizado.



CONSEJOS PARA MANEJAR DE MANERA SEGURA

- Si antes de manejar necesita tomar algún medicamento, consulte con su médico y farmacéutico sobre los efectos.
- Si toma alcohol, no maneje.

PARTE 2: EVALUAR CÓMO MANEJA

Manejar es una tarea muy compleja. Requiere ciertas capacidades físicas, visuales y mentales. Conocerse a sí mismo es la clave para manejar de manera segura. Una autoevaluación puede ayudarle a identificar sus limitaciones como conductor, a comparar su capacidad con los requisitos necesarios para manejar de manera segura y ayudarle a tomar las medidas necesarias para garantizar que usted sea un conductor responsable y maneje de manera segura.

El cuestionario de autoevaluación de las capacidades del conductor está disponible en las páginas 18 y 19 para que lo use y pueda ayudarle a decidir si su capacidad de manejar debería evaluarse.

“Una autoevaluación puede ayudarle a identificar sus limitaciones como conductor...”

Si contesta “no” a cualquiera de estas preguntas, no es el único. Los cambios físicos naturales del envejecimiento normal pueden afectar su capacidad para manejar de manera segura. Lo bueno es que usted



puede controlar muchos de estos cambios sabiendo cuáles son sus limitaciones y adaptando sus hábitos de manejo para poder seguir haciéndolo de manera segura. Asimismo, quizás debería consultar a su médico sobre éstas y otras preocupaciones o problemas que pueda tener.

CUESTIONARIO DE AUTOEVALUACIÓN DE LA CAPACIDAD DE MANEJAR

Sentido del oído

Sí

No

¿Puede oír una sirena o un claxon si lleva las ventanillas cerradas? ☐ ☐

¿Puede oír el sonido intermitente de las luces direccionales cuando están encendidas? ☐ ☐

Sentido de la vista

Sí

No

¿Puede ver objetos con claridad? ☐ ☐

¿Puede ver de noche con claridad?..... ☐ ☐

¿Puede salir a plena luz del sol y ver claramente de inmediato? ☐ ☐

NOTA: Esto no se aplica cuando sale de un cuarto oscuro a la luz en pleno día.

¿Puede ver con claridad por encima del volante? ☐ ☐

Cabeza y cuello

¿Puede girar la cabeza a la misma distancia de un lado a otro?..... ☐ ☐

¿Puede girar la cabeza y el cuello lo suficiente como para ver por encima de sus hombros? ☐ ☐

CUESTIONARIO DE AUTOEVALUACIÓN DE LA CAPACIDAD DE MANEJAR

Brazos y manos

Sí No

¿Puede manejar largas distancias sin que se le cansen las manos y los brazos?.. ☐ ☐

¿Puede manejar por un mínimo de 30 minutos sin sentir “hormigueo” o entumecimiento en los dedos o brazos?... ☐ ☐

¿Puede agarrar el volante firme pero cómodamente con ambas manos mientras mantiene los codos flexionados y relajados? ☐ ☐

¿Puede levantar un brazo a la altura suficiente para ajustar el espejo retrovisor?.... ☐ ☐

¿Puede cruzar las manos, una sobre la otra al girar el volante?..... ☐ ☐

Piernas y pies

Sí No

¿Puede pisar el pedal del freno con la rodilla flexionada?..... ☐ ☐

¿Puede sentarse por 15 minutos sin sentir “hormigueo” o entumecimiento en los pies o en las piernas? ☐ ☐

¿Usa solamente el pie derecho para pisar el pedal del freno o el acelerador?..... ☐ ☐

¿Puede flexionar el pie por lo menos 10 grados? ☐ ☐

CUESTIONARIO DE AUTOEVALUACIÓN DE LA CAPACIDAD DE MANEJAR

Función cognitiva	Sí	No
¿Puede decidir fácilmente cuándo entrar a un carril en plena circulación?	☐	☐
¿Se siente seguro al manejar en intersecciones?	☐	☐
¿Se siente tranquilo mientras maneja?..	☐	☐
¿Tiene un buen expediente de manejo sin multas o choques?	☐	☐
¿Le ha dicho algún familiar cercano o amigo que usted es un conductor excelente?	☐	☐
¿Se acuerda cómo llegar a lugares conocidos?	☐	☐

PARTE 3: ADAPTARSE

El índice general de choques por conductor es más bajo que el promedio en el grupo de los conductores mayores porque ellos tienden a limitar su propio manejo, la frecuencia con que lo hacen y compensan por la disminución de su capacidad de manejar debido al envejecimiento. Desafortunadamente, los índices del grupo de los conductores mayores empiezan a acercarse a los índices de los adolescentes cuando se divide la cantidad de los choques entre la cantidad de millas recorridas. Debido a que el cuerpo de una persona mayor es más frágil, los daños corporales sufridos en un choque no solo son más graves, sino que también son tres veces más probables de ser mortales.

SEGUIR MANEJANDO DE MANERA SEGURA

Seguir siendo un conductor que maneja de manera segura significa algo más que evitar choques. Siempre abróchese el cinturón (de seguridad) correctamente (sobre el hombro y la cadera). Los cinturones de hombro y de cadera proporcionan soporte al cuerpo, lo protegen de lesiones y reducen las probabilidades de ser arrojado del vehículo en caso de un choque.

¿ES MI VEHÍCULO EL ADECUADO PARA MÍ?

Otra clave para su seguridad y la de los demás es que su vehículo sea el adecuado para usted. Que sea el adecuado significa que puede:

- Ver con claridad por encima del volante.
- Alcanzar con facilidad el freno y el acelerador.
- Poner el reposacabezas en la posición apropiada.
- Entrar y salir del vehículo con facilidad.

Aunque su vehículo no sea el adecuado perfectamente, hay dispositivos y funciones disponibles que se adaptan al vehículo para ayudarle a compensar cualquier cambio físico que pueda tener, haciéndolo más cómodo y seguro de manejar. A continuación se presentan solo algunos ejemplos de dispositivos de adaptación disponibles para vehículos:

- Perillas para girar el volante.
- Adaptadores para el cinturón de seguridad.
- Espejos para minimizar los puntos ciegos.
- Extensiones para pedales.

Para mayor información sobre dispositivos de adaptación y programas disponibles para ayudarle a evaluar qué tan bien usted y su vehículo funcionan juntos, consulte la lista de recursos que empieza en la página 61. La asociación local de automovilistas estadounidenses (*American Automotive Association Club*, AAA), la asociación estadounidense de personas jubiladas (*American Association of Retired Persons*, AARP) o un terapeuta ocupacional son recursos adicionales.



CONSEJOS DE SEGURIDAD ADICIONALES

- **Nunca** beba alcohol y maneje.
- **No maneje** si toma medicamentos con o sin receta que puedan incapacitarlo cuando maneja.
- Hable con su médico si tiene preocupaciones sobre su seguridad al manejar.
- No maneje cuando esté enojado, molesto, somnoliento o enfermo.
- Mantenga su vehículo en buenas condiciones (por ejemplo, las llantas infladas correctamente, buenos frenos y limpiaparabrisas, etcetera.).

CURSO DE MEJORAMIENTO PARA CONDUCTORES MAYORES

El curso de mejoramiento para los conductores mayores (*Mature Driver Improvement Course*) ofrece instrucción específica adaptada para conductores mayores sobre cómo manejar a la defensiva y las leyes de tránsito de California. En este curso se provee información sobre los efectos que los medicamentos, la fatiga, el alcohol y las discapacidades visuales o auditivas tienen en la capacidad de una persona para manejar de manera segura.

“La limitación física más común está relacionada a la vista”

El curso requiere asistir a un salón de clases por lo menos 6 horas y 40 minutos, lo que puede programarse en 1 o 2 sesiones. Presente su certificado del DMV a su compañía de seguros comprobando que lo ha terminado.

Los conductores de 55 años de edad o mayores que terminen un curso de mejoramiento para conductores mayores autorizado por el DMV **pueden** calificar para una reducción en la prima de su seguro de auto. Consulte con su compañía de seguros. Puede encontrar una lista de los programas autorizados en el sitio de Internet del DMV en **www.dmv.ca.gov**.



CONSEJOS PARA ESCOGER UNA ESCUELA DE MANEJO

- Busque una escuela de manejo que se especialice en evaluar a conductores mayores.
- Verifique el estatus de la licencia de la escuela de manejo en el sitio de Internet del DMV en **www.dmv.ca.gov**.
- Llame al DMV al (916) 229-3127 para verificar el estatus del permiso del instructor de la escuela de manejo.
- Comuníquese a la oficina de protección al consumidor (*Better Business Bureau*) para saber si hay quejas registradas contra la escuela.

- Compare los costos de matrícula de diferentes escuelas de manejo y pregunte si habrán costos o cargos adicionales. Siempre entienda con claridad todos los costos.
- Infórmese sobre la política de la escuela de manejo por si tiene que cancelar o volver a programar una sesión de entrenamiento de manejo.

LICENCIA DE MANEJAR RESTRINGIDA

Los estudios indican que los conductores de la tercera edad, conscientes de su disminución de la capacidad para manejar, con frecuencia limitan cuánto tiempo manejan. Quizás ya no le guste manejar por ciertos caminos o a ciertas horas del día. Posiblemente ya no maneje en las autopistas o solo maneje durante las horas del día. Estas son restricciones que usted se ha impuesto a sí mismo. También hay restricciones que el examinador del DMV puede imponer en la licencia de manejar de una persona después de haberla evaluado en un examen de manejo y haber hablado con el conductor.

Restricciones impuestas por el DMV

El DMV impone restricciones o condiciones en la licencia de manejar cuando es necesario asegurarse que la persona maneje de acuerdo a su capacidad. Estas restricciones no deben percibirse como un castigo o como un intento de limitar su manejo. En realidad, se imponen para ayudarle a manejar de manera más segura y por más tiempo. Las restricciones pueden ser discrecionales (impuestas por el DMV) u obligatorias (requeridas por ley). Nunca se imponen restricciones innecesarias. Cualquier restricción discrecional que se le imponga a su privilegio de manejar será razonable y necesaria por su seguridad y la de los demás.

Las restricciones y condiciones varían y pueden:

- Requerir que una persona instale dispositivos mecánicos especiales en su vehículo.
- Limitar cuándo y por dónde la persona puede manejar.
- Requerir el uso de lentes de aumento, lentes de contacto correctivos u otros dispositivos tales como espejos exteriores o manejar un vehículo de transmisión automática.

NOTA: No hay restricciones específicas para personas de la tercera edad. Todas las restricciones se basan en ciertas condiciones, no en la edad.

Obtener una licencia de manejar restringida

Cualquier restricción que se le imponga a su licencia de manejar se basa en los resultados y recomendaciones del examinador quien revisa los resultados de su examen de manejo y de la vista y toma en cuenta sus circunstancias personales.

A veces se añade una restricción debido a información recibida de manera voluntaria sobre una discapacidad física o mental. A menudo, una persona que tiene una condición física o mental es reportada al DMV por un médico, las autoridades policiales o un familiar.

Restricciones comunes

La restricción número 1 impuesta a conductores de todas las edades está relacionada a la vista y generalmente requiere que el conductor use lentes de aumento o lentes de contacto correctivos. Otras restricciones comunes incluyen, pero no se limitan a:

- No manejar en autopistas.
- Manejar un vehículo que tenga un espejo adicional del lado derecho.
- No manejar de noche (solo desde el amanecer al atardecer).
- Horario de manejar restringido (por ejemplo no manejar durante las horas pico).
- Un área de manejar restringida (por ejemplo, solo manejar al consultorio de su médico, a la iglesia, al supermercado, etcetera.).

PARTE 4: PROCESO DE RENOVACIÓN DE LA LICENCIA DE MANEJAR

Los conductores de 70 años o mayores se deben presentar en persona para renovar su licencia cuando se venza. Se requiere el examen teórico y el de la vista. El DMV envía un aviso de renovación a la dirección actual en su expediente aproximadamente 60 días antes del vencimiento de su licencia. Si no recibe el aviso de renovación, debe completar el formulario “Solicitud para la licencia de manejar o tarjeta de identidad” (DL 44). Para obtener el formulario DL 44 por correo, llame al servicio telefónico automatizado del DMV las 24 horas del día, los 7 días de la semana al 1-800-777-0133.

Es normal que muchas personas sientan un poco de ansiedad o nervios antes o durante el proceso de la renovación de la licencia de manejar. La mejor forma en que usted puede minimizar estas emociones es preparándose. Asegúrese de hacer una cita en **www.dmv.ca.gov** o llame al 1-800-777-0133 para renovar su licencia en la oficina del DMV.

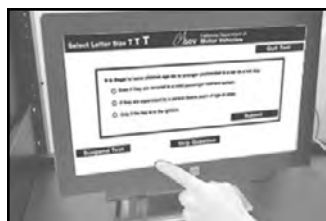


CONSEJOS PARA PREPARARSE

- No espere hasta que su licencia esté a punto de vencerse para empezar el proceso de renovación.
- Estudie el “Manual del automovilista de California” (disponible en www.dmv.ca.gov o llame al 1-800-777-0133 para que le envíen un ejemplar por correo).
- Tome un examen teórico de práctica del DMV en www.dmv.ca.gov.
- Si es posible, haga una cita de mañana y coma un desayuno nutritivo antes de ir al DMV.
- Duerma bien la noche antes del examen.

EXAMEN TEÓRICO EN UNA TERMINAL DE PANTALLA DIGITAL

Hay una nueva y fácil manera de tomar el examen de la licencia de manejar. Es el sistema de pantalla digital (antes conocido como examen escrito).



El sistema funciona así: usted elige tomarlo en su idioma preferido al registrarse con el mismo pulgar que usó al principio del proceso de la licencia de manejar y comienza el examen de múltiple opción. Mientras usa la pantalla digital, se le guiará en el proceso del examen teórico. El sistema de pantalla digital le ofrece el examen teórico y el examen de señales viales.

El sistema de pantalla digital mejora el tiempo de espera de las oficinas, reduce el tiempo que toma completar los exámenes, el margen de fraude y los errores causados por la corrección manual.

Al terminar el examen, podrá ver si lo aprobó o reprobó. El examen también le provee la oportunidad de repasar las preguntas que no contestó correctamente y la sección en el “Manual del automovilista de California” a la que pertenecen antes que salga del área de examinación. El examen de pantalla digital no requiere tener conocimientos de computación y no usa un ratón. Puede aumentar el tamaño de la letra para facilitar la lectura. Otra ventaja es que aparece solo una pregunta a la vez, lo que facilita la concentración y es menos intimidante que un examen con todas las preguntas en una columna.

El pago de la solicitud le da 3 oportunidades para aprobar el examen teórico. El examen de renovación de licencia de manejar consiste en 18 preguntas de opción múltiple. La calificación para aprobar es 3 errores o menos.



CONSEJOS PARA EL EXAMEN DE PANTALLA DIGITAL

- Consulte el sitio de Internet del DMV en **www.dmv.ca.gov** y tome los exámenes de práctica.
- Cada pregunta del examen se basa en la información del “Manual del automovilista de California”. Tómese su tiempo y lea cuidadosamente cada pregunta. Solo hay **1** respuesta correcta. Las otras 2 respuestas serán obviamente incorrectas o casi correctas pero no las más acertadas.
- Ante todo, tómese su tiempo. Si no lo aprueba, quizás se le expida una licencia de manejar temporal. Así podrá revisar el manual y el material del examen más allá de la fecha de vencimiento de su licencia sin sentirse presionado.

“Cada pregunta del examen se basa en el “Manual del automovilista de California””

EXÁMENES DE LA VISTA

El DMV utiliza 2 tipos de exámenes para examinar la vista (agudeza visual). El examen más común se realiza utilizando un cartel optométrico colgado en la pared. Sus ojos se examinan en conjunto, y luego cada uno individualmente al leer 5 letras en diferentes renglones.

Si no puede leer el cartel, se le pedirá que mire imágenes específicas por medio de una máquina para examinar la vista. Esta máquina examina la agudeza visual de sus ojos individualmente y en conjunto aunque durante el examen usted mantiene los dos ojos abiertos.

Si no cumple con los requisitos mínimos de visión del DMV (20/40), se le pedirá que acuda a un especialista de la vista (optometrista u oftalmólogo con licencia). Un representante del DMV le dará el formulario de reporte del examen de visión (*Report of Vision Examination*, DL 62) para que lo lleve a la cita con su especialista. Si su visión no es peor que 20/70, el DMV puede expedirle una licencia temporal válida por 30 días para darle tiempo a hacerse examinar la vista.

Si aún así no puede cumplir con los requisitos mínimos de visión del DMV después del examen con un especialista de la vista, se le hará una cita para el examen de manejo para determinar si puede compensar la deficiencia de visión. Hay más información sobre el examen de manejo en la página 39.



CONSEJOS PARA EL EXAMEN DE LA VISTA

- Si usa lentes de aumento y recientemente su prescripción ha cambiado, lleve al DMV los lentes nuevos.
- Si está nervioso o confundido en cualquier momento durante el examen de la vista, asegúrese de decírselo al representante del DMV.
- Si el especialista de la vista le receta nuevos lentes o recomienda otra clase de corrección de la vista, espere hasta tener los lentes nuevos o hasta que haya cumplido con las recomendaciones de su optometrista u oftalmólogo antes de volver al DMV con el formulario DL 62 completado.

PARTE 5: PROCESO DE REEXAMINACIÓN

Una de las mayores responsabilidades del DMV es promover la seguridad vial protegiendo al público motorizado de los conductores peligrosos. Las reexaminaciones siempre se basan en hechos o cuestiones relacionadas a manejar y pueden ocurrir a **cualquier** edad. La Sección 12814(a) del código de vehículos *California Vehicle Code* (CVC) le otorga al DMV la autoridad de requerir un examen a los nuevos conductores y/o cuando el expediente del conductor tenga condenas o choques que así lo justifique. La edad del conductor **no** es un factor que requiera un examen para evaluar la capacidad de manejar de manera segura. El DMV toma en cuenta la importante relación entre poseer la licencia de manejar y la independencia de una persona cuando evalúa la capacidad de un conductor para manejar de manera segura.

CÓMO DETERMINA EL DMV UNA REEXAMINACIÓN

El DMV recibe información relacionada a conductores potencialmente peligrosos de muchas fuentes, tales como:

- Su médico o cirujano, quien por ley tiene que reportar al DMV ciertas condiciones o discapacidades caracterizadas por la pérdida del conocimiento o control, incluyendo la enfermedad de Alzheimer y demencia. La ley también le requiere reportar otras condiciones que, en su opinión, puedan afectar su capacidad de operar un vehículo motorizado de manera segura.

- El personal médico de emergencia que lo atienda mientras usted se encuentra recibiendo servicio de emergencia debido a una pérdida súbita de conocimiento, conciencia o control.
- Un familiar, amigo o vecino que reporte por medio de una carta que quizás usted ya no pueda manejar de manera segura.
- Un oficial de policía quien lo haya parado por una infracción de tráfico o estaba presente en el lugar de un choque en el que usted se vio involucrado y determine que usted podría ser un conductor peligroso.
- Un agente de policía por medio del formulario de aviso de reexaminación urgente del conductor (*Notice of Priority Reexamination of Driver*, DS 427) cuando haya observado su manera de manejar y piense que usted es un conductor peligroso y que no debe seguir manejando.
- Usted mismo, si indica en su solicitud de licencia de manejar o en su aviso de renovación de licencia que padece una enfermedad, trastorno o discapacidad que afecta su capacidad de operar de manera segura un vehículo motorizado.
- Su expediente de manejar muestra que ha tenido choques, multas de tránsito, hábitos de manejar de manera imprudente, incompetente o negligente o cualquier otra razón que pueda causar que el DMV le niegue su licencia de manejar.
- Un empleado del DMV quien lo haya observado al hacer trámites en la oficina y pueda cuestionar su capacidad de manejar o de alguna condición médica que la podría afectar.



Mantenimiento de las llantas



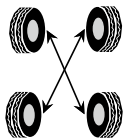
Revisar

Ponga una moneda de un centavo en la ranura de la llanta cabeza abajo. Si puede ver toda la cabeza de Lincoln, la banda de rodadura está desgastada y necesita una nueva llanta.



Inflar

Revise la presión de aire una vez al mes. Baja presión de aire puede causar desgaste y mayor consumo de combustible.



Rotar

Rote las llantas cada 3,000 a 5,000 millas para prolongar su duración.



Evaluar

Revise las llantas todos los días por si tienen desgastes anormales, grietas o clavos.

Unos minutos al mes es todo lo que necesita para mantener las llantas en buenas condiciones.



Comuníquese con el DMV



EVALUACIONES DE CONDICIONES MÉDICAS

Una vez que el DMV reciba información de una condición médica que potencialmente le puede causar un riesgo al manejar (tanto a usted como a otras personas) o si su expediente de manejo indica manejo negligente, el DMV evaluará su capacidad de manejar para asegurarse que lo pueda hacer de manera segura. El DMV puede tomar cualquiera de las siguientes acciones:

- Pedirle información médica. Si la información claramente muestra que usted no presenta ningún riesgo al manejar, la evaluación del DMV quizás se termine y no se tome ninguna acción.
- Llevar a cabo una reexaminación “regular” en persona o por teléfono. Quizás se le requiera que presente información médica, que tome el examen teórico, el de la vista y el de manejo, si corresponde.
- Llevar a cabo una reexaminación urgente. Si las autoridades policiales le emiten un formulario de aviso de reexaminación urgente de conductor (*Notice of Priority Reexamination of Driver*, DS 427), deberá presentarse a dicha reexaminación en un plazo de cinco días y tomar el examen teórico, el de la vista, el de manejo y presentar información médica. Si no se presenta a su reexaminación, su privilegio de manejar será suspendido.
- Suspender o revocar inmediatamente su privilegio de manejar si su estado físico o mental presenta un riesgo inmediato a la seguridad pública.

EXAMEN DE MANEJO

Cuando el DMV le pide que tome un examen de manejo, es para determinar si usted:

- Tiene la capacidad de operar de manera segura un vehículo motorizado.
- Ha formado o retenido hábitos correctos para manejar de manera segura.
- Puede aplicar las reglas de tránsito al manejo diario.
- Puede compensar por cualquier condición de su estado físico que podría afectar su capacidad de manejar de manera segura, tal como una deficiencia de visión, pérdida de una extremidad o etapas tempranas de demencia.

Durante su examen de manejo, el examinador anotará cualquier deficiencia en su capacidad de manejar o conductas que necesiten mejorarse, pero esto no lo descalificará de conservar su licencia de manejar. El examinador hablará de estos asuntos con usted después del examen de manejo.

Para ayudarle a prepararse para su examen de manejo consulte las siguientes publicaciones: “Criterios de manejo” (DL 955) y “Preparándose para la evaluación suplementaria del desempeño de manejo” (DL 956). Quizás debería tomar clases de educación vial y entrenamiento de manejo para practicar. Las listas de programas autorizados de “Mejoramiento de manejo para conductores mayores” y de las oficinas de seguridad vial (*Driver Safety*) están disponibles en el sitio de Internet del DMV en **www.dmv.ca.gov**. Si su licencia de manejar está suspendida o revocada y desea restituirla, comuníquese con la oficina de seguridad vial local y pregunte sobre el permiso de instrucción especial si es que los errores cometidos al manejar son corregibles.



CONSEJOS SOBRE PRÁCTICAS DE MANEJO

- Solicite un ejemplar de la publicación “Criterios de manejo” (DL 955).
- Consulte la información sobre el examen de manejo en el “Manual del automovilista de California” (DL 600) y “Preparándose para la evaluación suplementaria del desempeño de manejo” (DL 956).
- Pídale a un amigo o familiar adulto que observe su desempeño y comportamiento al manejar y le haga sugerencias sobre cómo mejorar.
- Practique retroceder el vehículo, cambiar de carril, controlar la velocidad, girar a la derecha e izquierda y cruzar intersecciones con y sin señalización e intersecciones sin visibilidad.

DECISIONES DEL DMV DESPUÉS DE UNA REEXAMINACIÓN

Después de una reexaminación, el oficial de audiencias del DMV tomará 1 de las siguientes acciones administrativas:

- **Ninguna:** su condición médica o expediente de manejo no justifica que se tome una acción en contra de su privilegio de manejar.
- **Período de prueba médica (Tipo 1):** debe cumplir con su tratamiento médico y reportar al DMV cualquier cambio en su estado de salud.
- **Período de prueba médica (Tipo 2):** su médico debe presentar regularmente reportes médicos al DMV en fechas específicas.
- **Licencia de manejar de término limitado:** se le expide una licencia de manejar por un plazo máximo de 2 años y después tendrá que acudir al DMV para que lo vuelvan a evaluar y a reexaminar.
- **Fechas de reexaminación:** tiene que presentarse a una reexaminación en intervalos específicos, proveer información médica actualizada y posiblemente someterse a una reexaminación.
- **Restricción:** solo podrá operar un vehículo motorizado en condiciones y circunstancias específicas, tales como manejar durante ciertas horas del día, manejar en ciertas zonas geográficas o que su vehículo tenga equipo especializado.
- **Suspensión:** su privilegio de manejar se suspenderá por un plazo indefinido.
- **Revocación:** su privilegio de manejar se termina.

DURACIÓN DE LAS SUSPENSIONES/ REVOCACIONES

“Una suspensión basada en el deterioro del estado físico o mental continuará en vigor hasta que se presente al departamento evidencia satisfactoria estableciendo que la causa por la cual se tomó la acción ya no existe o que ya no lo incapacita de operar un vehículo de manera segura”, (§13556(c) CVC). Esta información es importante que la sepan los conductores de la tercera edad que puedan mejorar la capacidad de manejar o que se estén recuperando de la condición médica que causó la suspensión.

Generalmente, el período de la suspensión o revocación es indefinido. Sin embargo, quizás el DMV considere restituir su privilegio de manejar cuando haya recibido información adicional indicando que su estado físico o mental está bajo control y que usted ya no representa un riesgo a la seguridad vial.

NOTIFICACIÓN DE ACCIONES TOMADAS EN CONTRA DEL PRIVILEGIO DE MANEJAR

El DMV le avisará por escrito cualquier acción tomada en contra de su privilegio de manejar y le informará sobre sus derechos legales, incluyendo su derecho a una audiencia.

AUDIENCIAS ADMINISTRATIVAS

Las audiencias administrativas realizadas por el DMV proveen una resolución justa de los asuntos de manera profesional y eficiente, y además aseguran que se aplique el proceso legal a todos los conductores. Si ha recibido una notificación sobre una posible acción que va a ser tomada en contra de su privilegio de manejar, debe pedir una audiencia en un plazo de **10 días** de haberla recibido por medio de un servicio de entrega personal o **14 días** a partir de la fecha en que se le envió por correo. Si no pide su audiencia en los plazos establecidos, perderá su derecho a una audiencia.

Lea cuidadosamente todos los documentos que el DMV le haya entregado en persona o enviado por correo. Estos documentos le avisan de asuntos referentes a su caso, los límites de tiempo a cumplir y sus derechos en el proceso de la audiencia administrativa. La audiencia se limitará a tratar los asuntos presentados en los documentos.

“El DMV quiere que usted siga manejando mientras lo pueda hacer de manera segura”

El propósito de la audiencia es darle la oportunidad de ser escuchado y presentar evidencia relevante o testimonio a su favor antes que se tome una acción en contra de su privilegio de manejar. Quizás también tenga que presentarse en la corte por la misma razón. Cualquier acción que tome la corte es independiente de la acción que tome el DMV.

Sus derechos de audiencia

Usted tiene derecho a:

- Ser representado por un abogado u otro representante a su propio costo; no se requiere ser representado por un abogado.
- Revisar la evidencia y contrainterrogar el testimonio de cualquier testigo. El DMV basa su caso solamente en documentos escritos. Si desea interrogar a alguien quien haya preparado un documento o que sea nombrado en un documento usado como evidencia, es su responsabilidad citar judicialmente a esa persona a comparecer.
- Presentar evidencia y testigos relevantes a su favor.
- Testificar a su favor.

Revisar la evidencia del DMV

Su solicitud verbal o escrita para revisar y obtener una copia de la evidencia del DMV referente a su caso (conocida como *discovery*) se debe presentar al DMV por lo menos **10 días** antes de la fecha de su audiencia. En algunos casos, el DMV automáticamente le proveerá esta información. Si no solicita una audiencia, cede su derecho a revisar la evidencia que el DMV considerará para tomar una decisión sobre su caso.

Citaciones judiciales

Usted tiene el derecho de citar judicialmente a testigos, expedientes relevantes, documentos, fotografías, etcetera. para que puedan usarse en la audiencia.

Aunque sus testigos puedan asistir voluntariamente a su audiencia, una citación judicial protege su derecho legal de obligar a cualquier testigo a asistir a la audiencia. Usted deberá cubrir todos los pagos de los testigos y del millaje por concepto de transporte que cualquier testigo incurra al asistir a la audiencia cuando lo cite para testificar a su favor. Si sabe que algún testigo necesita acomodación especial, debe comunicarse con el DMV lo más pronto posible.

Los formularios de citaciones judiciales están disponibles en cualquier oficina de seguridad vial y se pueden bajar del sitio de Internet del DMV en **www.dmv.ca.gov**. Las citaciones judiciales deben ser entregadas en persona por alguien que no sea usted.

Presentar evidencia

Cualquier evidencia que presente debe ser relevante a su caso. Puede ser presentada por medio de una declaración jurada, expedientes médicos, reportes de choques, fotografías u otros artículos relevantes. También puede consistir de testimonios tomados bajo juramento. El día de su audiencia esté preparado para acudir con cualquier testigo o presentar evidencia escrita de cualquier testigo que tenga conocimiento de asuntos específicos de su caso. Su testigo debe estar preparado para contestar cualquier pregunta que le haga el oficial de audiencias. La evidencia presentada pasa a formar parte del expediente oficial de la audiencia administrativa del DMV y no se le devolverá. Antes de la audiencia, haga copias de cualquier evidencia que desee guardar para sus archivos.

Asistencia

Si no puede asistir a su audiencia en la fecha y hora señalada, debe comunicarse al DMV en 10 días hábiles a partir del momento en que sepa o debería saber que necesitaba un aplazamiento. Quizás se le requiera presentar una declaración escrita indicando las razones por las cuales no puede presentarse. El DMV le aplazará la audiencia después de **10 días hábiles** si usted no fue el responsable de causar el retraso y si ha hecho un intento de prevenirlo en buena fe. Si no se le concede el aplazamiento y usted no asiste a su audiencia, el DMV procederá con su audiencia sin su presencia.

Notificación de las decisiones

Se le notificará por escrito sobre la decisión del oficial de audiencia sin importar si acudió o no a su audiencia. El tiempo que lleva tomar una decisión depende de los asuntos en cuestión, la cantidad de evidencia presentada y testimonio presentado por testigos.

Apelaciones

Si no está de acuerdo con la decisión del oficial de la audiencia, tiene el derecho de solicitar una revisión por parte del departamento de dicha decisión y de apelarla en la corte superior. Las solicitudes para una revisión por parte del departamento o para una apelación de la decisión en la corte superior deben hacerse en cierto plazo dependiendo de las leyes que afecten su caso. Los plazos para apelar y demás información específica en relación a sus derechos de apelación se proveen en la misma notificación que le informa sobre la decisión de la audiencia.

Entrevistas

Usted puede solicitar una entrevista si su licencia de manejar ha sido suspendida o revocada y sus circunstancias han cambiado. Por ejemplo, si tiene nueva documentación médica o quisiera obtener un permiso de instrucción especial para mejorar su capacidad para manejar. De ser así, comuníquese con la oficina local de seguridad vial.

PARTE 6: CUÁNDO DEJAR DE MANEJAR

Todos queremos seguir manejando el mayor tiempo posible. Sin embargo, puede llegar el momento en que debemos limitarnos o dejar de manejar ya sea temporalmente o de manera permanente.

La mayoría de los conductores ponen atención en cómo ellos mismos manejan y gradualmente se limitan o dejan de manejar cuando sienten que no son capaces de reaccionar a situaciones de manejo o su manejo en general ya no es seguro. Sin embargo, algunas personas no reconocen inmediatamente el deterioro de la capacidad para manejar o tienen miedo de perder su independencia. La información y sugerencias a continuación le pueden servir a usted o a alguien que le preocupa.

SÍNTOMAS DE ADVERTENCIA

Conforme envejecemos, algunos notamos cambios que afectan nuestra capacidad para manejar. Estos cambios pueden ser el resultado de una enfermedad o lesión o pueden ocurrir gradualmente con el paso del tiempo. Vea los indicios de advertencia a continuación para saber si usted o alguien que conozca pueda convertirse en un conductor peligroso:



- Sentirse incómodo, nervioso, enojado o temeroso al manejar.
- Nota abolladuras y rayones en el vehículo, vallas, buzón, puerta de la cochera, aceras etcetera.
- Desviarse de las líneas que demarcan el carril o meterse en otro carril.
- Perderse en lugares que le son familiares.
- Ignorar las señales y señalamientos viales.
- Manejar demasiado despacio o demasiado rápido.
- Chocar o involucrarse frecuentemente en situaciones de peligro de choque.
- No frenar a tiempo.
- Dificultad al calcular distancias en tráfico.
- Que otros conductores con frecuencia toquen el claxon por la manera en que maneja.
- Familiares o amigos que no quieren ir en su vehículo si usted maneja.
- Distraerse fácilmente o le cuesta poner atención al manejar.
- Dificultad al girar la cabeza para mirar sobre su hombro al retroceder o cambiar de carril.
- Recibir a menudo infracciones de tráfico o advertencias de las autoridades policiales.
- Dificultad para encontrar su vehículo estacionado.

Si nota 1 o más de estos indicios de advertencia, debería asistir a una clase de manejo de repaso o reexaminar su capacidad de manejar por el DMV, un conductor profesional, un amigo o un familiar. Hable con su médico si tiene problemas en concentración o de memoria fuera de lo común u otros síntomas físicos que pudieran afectar su capacidad para manejar de manera segura.

CÓMO TRASLADARSE SIN MANEJAR

Como se ha mencionado anteriormente, el DMV quiere que siga manejando el mayor tiempo posible de manera segura. Si ya no es capaz de manejar o no se siente seguro en el camino, no es el único.

Mucha gente se las arregla sin manejar un vehículo. Los programas de transporte para personas de la tercera edad pueden ayudar a los individuos que no manejan y que no pueden usar el transporte público.



OPCIONES PARA TRASLADARSE SIN UN VEHÍCULO

- Programas de transporte para personas de la tercera edad.
- Transporte público
- Autobuses de conexión o furgonetas.
- Taxis o empresas de la red de transporte (averigüe si hay compañías en su comunidad que ofrezcan descuentos a las personas de la tercera edad).

- Servicios con sede en su comunidad local.
- Transporte colectivo, caminar, mudarse.
- Familiares, amigos, vecinos o compañeros de trabajo quienes le ofrezcan llevarlo a la tienda, iglesia, citas médicas, etcetera.

Recuerde que los servicios de transporte varían entre las comunidades, así que trate distintas opciones para saber cuáles le convienen más. Para obtener más información sobre los servicios en su comunidad, consulte las páginas amarillas del directorio telefónico para encontrar servicios comunitarios, organizaciones o transporte dedicados a las personas de la tercera edad y revise la lista de recursos que empieza en la página 60 de esta guía.



CONSEJOS ADICIONALES

- Muchas tiendas le llevan productos directamente a su casa.
- Haga que le lleven las compras a su casa. Muchas tiendas lo hacen gratis o a bajo costo.
- Pídale a su familia, amigos o vecinos que recojan sus compras u otros artículos por usted.
- Ordene medicamentos por correo de farmacias que usted conozca y confíe.
- Haga que le lleven comidas a su casa.
- Compre por catálogo o por Internet.

PARTE 7: SI UN CONDUCTOR LO PREOCUPA

Puede llegar el momento en que muchos conductores tendrán que limitarse o dejar de manejar. La mayoría de los conductores ponen atención en cómo ellos mismos manejan y gradualmente se limitan o dejan de manejar cuando ya no se sienten capaces de hacerlo. Otros pueden tener una condición médica (por ejemplo, demencia o una etapa temprana de la enfermedad de Alzheimer) que les impide reconocer el deterioro de su capacidad de manejar. Algunos otros temen perder su independencia.

Si le preocupa la capacidad de manejar de un familiar o conocido, es importante tratar este asunto con delicadeza. Sea positivo y bríndele su apoyo. Permítale participar en el proceso de la decisión. Recuerde que las discapacidades varían de manera significativa entre los individuos. La edad en sí no debe ser la base para limitar o quitarle a alguien el privilegio de manejar. Debe preocuparse por la capacidad de manejar de la persona, no solo por su edad.

Un conductor de la tercera edad puede pensar que las autoridades, amigos o familiares están en su contra debido a su edad. Por lo tanto, es importante que tenga consideración cuando aborde la conversación.

EVALUAR LA SITUACIÓN

Si aún no lo ha hecho, salga a dar una vuelta como pasajero con el conductor (si es seguro), observe sus hábitos de manejo y converse sobre lo que observa.

Según la gravedad de lo que observe, puede ser apropiado para el conductor tomar un curso de manejo de repaso o cambiar sus hábitos de manejo. En algunos casos, la única alternativa viable es que la persona deje de manejar.



CONSEJOS SOBRE LA EVALUACIÓN DE MANEJO Y LISTA DE VERIFICACIÓN

Criterios a observar cuando se evalúa la capacidad de manejar:

- ☐ ¿Hace cambios bruscos de carril?
- ☐ ¿Acelera y frena con suavidad?
- ☐ ¿Reacciona a cambios en su entorno?
- ☐ ¿Se desvía a otro carril?
- ☐ ¿Se cansa fácilmente?
- ☐ ¿Tiene dificultad para leer señales de tránsito?
- ☐ ¿Enciende y/o apaga las luces direccionales?
- ☐ ¿Maneja demasiado lento o demasiado rápido?
- ☐ ¿Se fija en el tráfico antes de cambiar de carril, antes de alejarse del borde de la acera o antes de retroceder?
- ☐ ¿Tiene dificultad al girar la cabeza para mirar sobre su hombro?
- ☐ ¿Pone atención a las señales de tránsito, semáforos, peatones y ciclistas?
- ☐ ¿Cómo reaccionan otros conductores? ¿Se da cuenta de cómo reaccionan?

EVALUAR OBSERVACIONES Y PREOCUPACIONES

Haga una lista de sus observaciones y preocupaciones o utilice la lista de verificación presentada anteriormente. Si corresponde, comente sus observaciones con otros familiares y trate de obtener apoyo. Si los medicamentos son un factor, consulte con el farmacéutico para ver si quizás alguno de los medicamentos pudiera causar una reacción adversa en la capacidad de manejar de la persona.



CONSEJOS PARA COMENTAR Y PLANEAR

- **Empiece temprano**—preferiblemente, las conversaciones sobre cómo manejar de manera segura deben empezar mucho antes que la tarea de manejar se convierta en un problema. Establecer un diálogo abierto le da tiempo a la persona de la tercera edad de considerar su propia capacidad de manejar y hacer los cambios apropiados.
- **Elija quién entablará la conversación**—recibir información de parte de la persona adecuada puede marcar una gran diferencia. Para aumentar sus posibilidad de éxito, elija cuidadosamente a la persona que la iniciará. Es importante que la persona de la tercera edad tenga confianza en la persona elegida.
- **Empiece la conversación**—diga que usted está preocupado sobre su seguridad y la de los demás. Ofrezcale su ayuda y apoyo. Sugíerale que tome el cuestionario de autoevaluación en las páginas 18 y 19.

LO QUE PUEDE HACER PARA AYUDAR

Para asistir al conductor mayor, sugiérale rutas de tráfico que no sean complicadas. Además, sugiérale:

- Limitarse al manejar de noche o no hacerlo.
- Manejar de día cuando haya poco tráfico.
- Evitar intersecciones complicadas.
- Manejar distancias cortas o limitarse a manejar a lugares que le son imprescindibles.

Ayude a establecer rutas específicas para llegar a los lugares más frecuentados. Practique las rutas conjuntamente con el conductor de la tercera edad para asegurarse que se familiarice y así pueda llegar a su destino de manera segura. Si no se puede elegir una ruta segura, fíjese si se dispone de alternativas de transporte.



CONSEJOS PARA PLANEAR UNA RUTA

- Considere una ruta que incluya vueltas a la derecha en lugar de vueltas a la izquierda.
- Elija calles de poco tráfico, con señalización establecida claramente y carriles bien demarcados.
- Si necesita manejar de noche, la ruta debe estar bien iluminada.



PLANEAR OPCIONES ALTERNATIVAS DE TRANSPORTE

Identifique maneras que le permitan al conductor mayor llevar un estilo de vida activo. Establezca con anticipación las opciones de transporte disponibles. Consulte con la agencia sobre asuntos de la vejez (*Agency on Aging*) y también vea la lista de recursos en la página 60 para saber si hay programas de transporte. Pida a familiares, amigos y vecinos que le brinden transporte. Haga una lista de quienes estén disponibles y coordine un horario de transporte.

Haga una cita en la oficina del DMV para que el conductor de la tercera edad solicite una tarjeta de identidad. El DMV le intercambiará gratuitamente la licencia de manejar válida por la tarjeta de identidad si la persona ya no puede manejar de manera segura o ya no lo quiere hacer.

OBTENER AYUDA ADICIONAL

Si la persona no escucha sus preocupaciones o sugerencias y la gravedad de la situación lo justifica, quizás la persona sea más receptiva al consejo de un médico personal, un amigo cercano u otro familiar. A los doctores se les requiere reportar y explicar sus diagnósticos al DMV. Estos incluyen síntomas tales como:

- Pérdida del conocimiento
- Derrame cerebral
- Enfermedad de Parkinson
- Discapacidades cognitivas tales como demencia
- Trastornos del sueño
- Diabetes

La oficina de seguridad vial del DMV se comunicará con el conductor para entrevistarle y comentar la información recibida de parte del médico.

TOMAR ACCIÓN

Cuando las conversaciones y otros métodos de persuadirlo fallan y manejar representa un peligro inmediato a la seguridad del conductor o la de los demás, es importante actuar con rapidez. Quizá sea necesario que las autoridades policiales intervengan en situaciones en que el conductor representa un riesgo y/o no quiere limitar su manejo.

ANTICIPAR REACCIONES

Un conductor mayor puede mostrar desacuerdo en verse obligado por las circunstancias a entregar la licencia y dejar de manejar. Esta reacción se dirige generalmente contra la situación y no contra el intermediario. La idea de tener que entregar su licencia de manejar puede ser muy desagradable. Si se mantiene la calma, asegurará una conversación productiva y reducirán los sentimientos negativos causados al plantear este delicado tema.

Quizá sienta miedo, enojo, frustración y puede hasta sentirse culpable por colaborar en quitarle a alguien la libertad que tiene al ser capaz de manejar. Sin embargo, no deje que sus emociones retrasen la conversación. Aunque se necesiten entablar varias conversaciones para alcanzar la meta, es más importante preservar la seguridad del conductor y la de los demás.

AYUDA DESPUÉS DE LA CONVERSACIÓN

Aunque muchos conductores finalmente terminan aceptando limitarse o dejar de manejar, quizás usted necesite referir a su familiar al DMV para que se le evalúe su capacidad de manejar.

Para referir al conductor, debe completar y presentar la “Solicitud para reexaminación del conductor” (DS 699). Este formulario se puede obtener en **www.dmv.ca.gov** o llamando al 1-800-777-0133 para pedir que se lo manden por correo.

Puede escribir una carta a su oficina local de seguridad vial. Consulte el sitio de Internet del DMV para localizar una oficina específica. Identifique al conductor que desee reportar y dé sus razones para hacerlo. Puede pedir que su nombre se mantenga confidencial, el DMV hará todo lo posible para cumplir con su petición. Comprendemos que reportar a alguien, especialmente a un familiar, amigo cercano o paciente, es un tema delicado. Sin embargo, el DMV también quiere asegurarse que los conductores potencialmente peligrosos sean evaluados.

ENTRENAMIENTO AL VOLANTE

Las escuelas de manejo son otro recurso para repasar, evaluar o mejorar su capacidad para manejar. Todas las escuelas de manejo profesionales en California están autorizadas por el DMV. Consulte el directorio telefónico para obtener una lista de las escuelas de manejo en su área y luego verifique el estatus de las licencias de oficio en el sitio de Internet del DMV en **www.dmv.ca.gov**. Vea la lista de recursos que empieza en la página 60 para considerar otras alternativas.

CONCLUSIÓN

La transición de conductor a pasajero no siempre es una etapa fácil o sencilla. Este cambio de vida requerirá de su entendimiento y apoyo. Recuerde:

- Sea paciente, abierto y sincero.
- No deje que el miedo o la culpabilidad demoren la conversación sobre sus preocupaciones.
- Sea diligente en sus esfuerzos y comparta su preocupación por la seguridad del individuo y de los demás.

PARTE 8: RECURSOS

INFORMACIÓN SOBRE LAS LICENCIAS DE MANEJAR

DEPARTMENT OF MOTOR VEHICLES

PO Box 942890

Sacramento CA 94290-0001

1-800-777-0133

TTY (teléfono de texto) 1-800-368-4327

Sitio de Internet: **www.dmv.ca.gov**

NOTA: Consulte el sitio de Internet para obtener ubicaciones específicas de las oficinas de seguridad vial o llame al número de teléfono anteriormente mencionado.

OFICINA DEL MEDIADOR PARA EL CONDUCTOR DE LA TERCERA EDAD (*DMV SENIOR DRIVER OMBUDSMAN BRANCH*)

Condados de Los Ángeles y
de la Costa Central
(310) 615-3552

Condados de Sacramento y
del norte de California
(916) 657-6464

Condado de Orange y
del sur de California
(714) 705-1588

San Francisco, Oakland y
el Área de la Bahía
(510) 563-8998

SERVICIOS

ACLARACIÓN: Los siguientes servicios no se promueven o endosan por parte del DMV.

CARFIT

El programa para adaptar su vehículo a sus necesidades llamado *CarFit* se ha diseñado para su comodidad y fue desarrollado por medio de la colaboración entre la sociedad estadounidense de asuntos sobre la vejez (*American Society on Aging*), la asociación estadounidense de personas jubiladas (*American Association of Retired Persons*, AARP), la asociación estadounidense de automovilistas (*American Automobile Association*, AAA) y la asociación estadounidense de terapeutas ocupacionales (*American Occupational Therapy Association*). La información sobre este programa está disponible en:

www.seniordriving.aaa.com

El programa *CarFit* ofrece a los adultos mayores:

- La oportunidad de revisar cómo sus vehículos particulares se adaptan a sus necesidades.
- Información y materiales orientados a recursos y actividades comunitarias especiales para adaptar cada vehículo particular de la mejor manera, mejorar la seguridad de los conductores y/o tener mayor movilidad en la comunidad.

El programa utiliza un equipo de coordinadores capacitados en organizar eventos y profesionales de la salud quienes interactúan con cada participante en un evento programado *CarFit*. Además del programa *CarFit*, la asociación AAA también ofrece herramientas de evaluación en video que les permite

a los conductores de la tercera edad una evaluación completa de 12 características funcionales de sus vehículos para saber si son adecuados, además de ofrecer otros recursos necesarios para manejar de manera segura.

AARP – ASOCIACIÓN ESTADOUNIDENSE DE PERSONAS JUBILADAS

– Es una asociación imparcial sin fines de lucro dedicada a empoderar a los estadounidenses de 50 años o mayores.

601 E St. NW

Washington, DC 20049

Teléfono: 1-888-687-2277

Sitio de Internet: www.aarp.org

AAA – OFICINA ADMINISTRATIVA DE LA ASOCIACIÓN ESTADOUNIDENSE DE AUTOMOVILISTAS

(ADMINISTRATIVE OFFICE) – Ofrece a las personas de la tercera edad estrategias de traslado y movilidad.

607 14th St. NW, Ste. 201

Washington, DC 20005

Teléfono: (202) 942-2050

Fax: (202) 638-5943

Sitios de Internet: www.aaafoundation.org

www.seniordriving.aaa.com

ASOCIACIÓN ESTADOUNIDENSE INCORPORADA DE TERAPIA OCUPACIONAL (AMERICAN OCCUPATIONAL THERAPY ASSOCIATION, INC.)

– Recurso de promoción y política de terapia ocupacional.

4720 Montgomery Ln.

PO Box 31220

Bethesda, MD 20824-1220

Teléfono: (301) 652-2682

Fax: (301) 652-7711

Sitio de Internet: www.aota.org

JUNTA DE TERAPEUTAS OCUPACIONALES DE CALIFORNIA (*CALIFORNIA BOARD OF OCCUPATIONAL THERAPY*) – Sitio estatal de Internet que autoriza a

los terapeutas ocupacionales.

2005 Evergreen St., Ste. 2050

Sacramento, CA 95815

Teléfono: (916) 263-2294

Fax: (916) 263-2701

Sitio de Internet: **www.bot.ca.gov**

DEPARTAMENTO SOBRE ASUNTOS DE LA VEJEZ DE CALIFORNIA (*CALIFORNIA DEPARTMENT OF AGING*)

– Administra programas que atienden a los adultos mayores con discapacidades, familiares que brinden cuidados de la salud y residentes en centros comunitarios de cuidados a largo plazo.

1300 National Dr., Ste. 200

Sacramento, CA 95834

Teléfono: (916) 419-7500 TDD 1-800-735-2929

Fax: (916) 928-2267

Sitio de Internet: **www.aging.ca.gov**

EDAD AVANZADA (*LEADING AGE*) – Promoción de temas relacionados a la discriminación por edad y recursos (por ejemplo, vivienda y antidiscriminación laboral de personas de la tercera edad).

2519 Connecticut Ave. NW

Washington, DC 20008

Teléfono: (202) 783-2242

Sitio de Internet: **www.leadingage.org**

BIBLIOTECA NACIONAL DE AGRICULTURA (*NATIONAL AGRICULTURAL LIBRARY*) – Datos de nutrientes para alimentos, prevención de obesidad, centro de información de tierras de cultivo (*Farmland Information Center*), Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA), opciones de nutrición saludable (*Nutrition.gov*).

Food and Nutrition Information Center

10301 Baltimore Ave.

Beltsville, MD 20705-2351

Teléfono: (301) 504-5755

Sitio de Internet: **www.nutrition.gov**

ADMINISTRACIÓN NACIONAL DE SEGURIDAD EN LAS CARRETERAS (NHTSA) – Datos vehiculares sobre: defectos de fábrica y retiros del mercado, índices, equipos y tecnología. Información sobre seguridad vial y conductas de riesgo al manejar.

1200 New Jersey Ave. SE

West Building

Washington, DC 20590

Teléfono: 1-888-327-4236

TTY (teléfono de texto) 1-800-424-9153

Sitio de Internet: **www.nhtsa.dot.gov**

INSTITUTO NACIONAL SOBRE EL ENVEJECIMIENTO – Información sobre envejecimiento normal saludable, cuidados de la salud y últimos años de vida.

31 Center Dr., MSC 2292

Building 31, Rm 5C27

Bethesda, MD 20892

Teléfono: 1-800-222-2225

Fax: (301) 496-1072

Sitio de Internet: **www.nia.nih.gov**

BIBLIOTECA NACIONAL DE MEDICINA – Biblioteca biomédica más grande del mundo.

8600 Rockville Pike

Bethesda, MD 20894

Teléfono: 1-888-346-3656

TTY (teléfono de texto) 1-800-735-2258

Fax: (301) 402-1384

Sitio de Internet: **www.nlm.nih.gov**

DEPARTAMENTO ESTADOUNIDENSE DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS – Protege la salud de todos los estadounidenses al proveer servicios humanos esenciales.

200 Independence Ave., S.W.

Washington, D.C. 20201

Teléfono: 1-877-696-6775

Sitio de Internet: **www.hhs.gov**

SITIOS DE INTERNET ADICIONALES Y RECURSOS

RED DE CUIDADOS DE CALIFORNIA (*CALIFORNIA CARE NETWORK*)

– Ayuda a encontrar personal autorizados por el estado en áreas de la salud, sociales, salud mental, alcohol y drogas, servicios de cuidados a personas con discapacidades y a personas mayores y también a encontrar instalaciones.

Sitio de Internet: **www.calcarenet.ca.gov**

DEPARTAMENTO DE TRANSPORTE DE CALIFORNIA (*CALIFORNIA DEPARTMENT OF TRANSPORTATION*)

Administra el sistema estatal de carreteras y participa en los sistemas de transporte público en todo el estado.

Sitio de Internet: **www.dot.ca.gov**

REGISTRO DE CALIFORNIA (*CALIFORNIA REGISTRY*)

– Un servicio gratuito que se ofrece a personas de la tercera edad o a sus familiares para ayudarles a encontrar alojamiento, atención y asistencia.

Sitio de Internet: **www.calregistry.com**

Teléfono: 1-800-777-7575

CALTRANS QUICKMAP – Ofrece información variada en tiempo real presentada en capas superpuestas sobre un mapa de *Google Map*.

Sitio de Internet: **quickmap.dot.ca.gov**

REGISTRO DE ESTUDIOS CLÍNICOS

(*CLINICAL TRIALS.GOV*) – Una base de datos de estudios clínicos realizados en todo el mundo sustentada con fondos privados y públicos de alcance internacional.

Sitio de Internet: **www.clinicaltrials.gov**

ASOCIACIÓN DE ESCUELAS DE MANEJO DE CALIFORNIA (*DRIVING SCHOOL ASSOCIATION OF CALIFORNIA*)

– Una corporación sin fines de lucro conformada por los dueños de escuelas de manejo, operadores, instructores y otras partes interesadas en todo el estado de California.

Sitio de Internet: **www.thedsac.com**

**OFICINA DE PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES/
PROMOCIÓN DE LA SALUD (*OFFICE OF DISEASE
PREVENTION/HEALTH PROMOTION*)** – Establece metas
y objetivos de salud nacional y apoya programas, servicios
y actividades educativas para la mejora de la salud de todos
los estadounidenses.

Sitio de Internet: **www.health.gov**

**INSTITUTO NACIONAL DE LA SALUD (*NATIONAL
INSTITUTE OF HEALTH, NIH*)** – La agencia más grande de
investigación biomédica del mundo.

Sitio de Internet: **www.nih.seniorhealth.gov**

USA.GOV/RETIREMENT – Provee información básica
sobre beneficios de jubilación y pensión.

**PERSONAS DE LA TERCERA EDAD EN CONTRA
DEL FRAUDE DE INVERSIONES (*SENIORS AGAINST
INVESTMENT FRAUD, SAIF*)** – Empodera a las personas
de la tercera edad al proveer información útil y recursos
para que puedan tomar buenas decisiones financieras y de
inversión.

Sitio de Internet:

www.programsforelderly.com/abuse-seniors-against-investment-fraud.php

**LOCALIZADOR DE SERVICIOS PARA PERSONAS
MAYORES (*ELDER CARE LOCATOR*)** – Un servicio
nacional gratuito que ofrece información para encontrar
recursos para adultos mayores en cualquier comunidad
estadounidense.

Teléfono: 1-800-677-1116

Sitio de Internet:

www.eldercare.gov/Eldercare.NET/Public/Index.aspx

**AGENCIA DE INFORMACIÓN DEL CONDADO
LOCAL Y DE REFERENCIA (*LOCAL COUNTY
INFORMATION AND REFERRAL AGENCY*)**

– Diseñada en cada comunidad para liderar el desarrollo o expandir los programas integrales de coordinación de base comunitaria para las personas mayores.

Teléfono: 1-800-777-7575

Sitio de Internet: www.calregistry.com/resources/aaa.htm

**DEPARTAMENTO DE LA VEJEZ DE CALIFORNIA
(*CALIFORNIA DEPARTMENT OF AGING*)** – El programa

creado por la ley para los estadounidenses mayores (*Older Americans Act Title IIIB Supportive Services Programs*), provee fondos para una variedad de programas de servicios de apoyo por medio de sistemas de servicios de base comunitaria desarrollados localmente que habilitan acceso a servicios para adultos mayores con limitaciones funcionales, promueve socialización, salud e independencia continua y transporte.

Area Agencies on Aging (AAA)

Teléfono: 1-800-510-2020

Sitio de Internet: www.aging.ca.gov

RECURSOS DEL DMV

Las siguientes publicaciones y formularios del DMV están disponibles por Internet en **www.dmv.ca.gov** o llamando al 1-800-777-0133:

PUBLICACIONES

- FFDL 10 *Conductores potencialmente peligrosos*
- FFDL 14 *Requisitos mínimos de visión*
- FFDL 16 *¡Choque de vehículos!*
- FFDL 22 *Prepararse para su examen de manejo*
- FFDL 26 *El proceso de audiencias administrativas de seguridad vial*
- FFDL 27 *El proceso de reexaminación del DMV*
- FFDL 28 *Distracciones de los conductores*
- FFDL 33 *Seleccionar una escuela de instrucción de educación vial y entrenamiento manejo (DE/DT)*
- FFDL 41 *Ayudar a los conductores a mantener su independencia de manejo*
- DL 955 *Criterios del examen de manejo*
- DL 956 *Prepararse para la evaluación suplementaria del desempeño de manejo*

FORMULARIOS

Reporte del examen de la vista (*Report of Vision Examination*, DL 62) (disponible solo en inglés)

Solicitud para cancelación o entrega de la licencia de manejar o de la tarjeta de identidad (*Request for Cancellation or Surrender of a Driver License or Identification Card*, DL 142) (disponible solo en inglés)

Solicitud para reexaminación del conductor (DS 699)

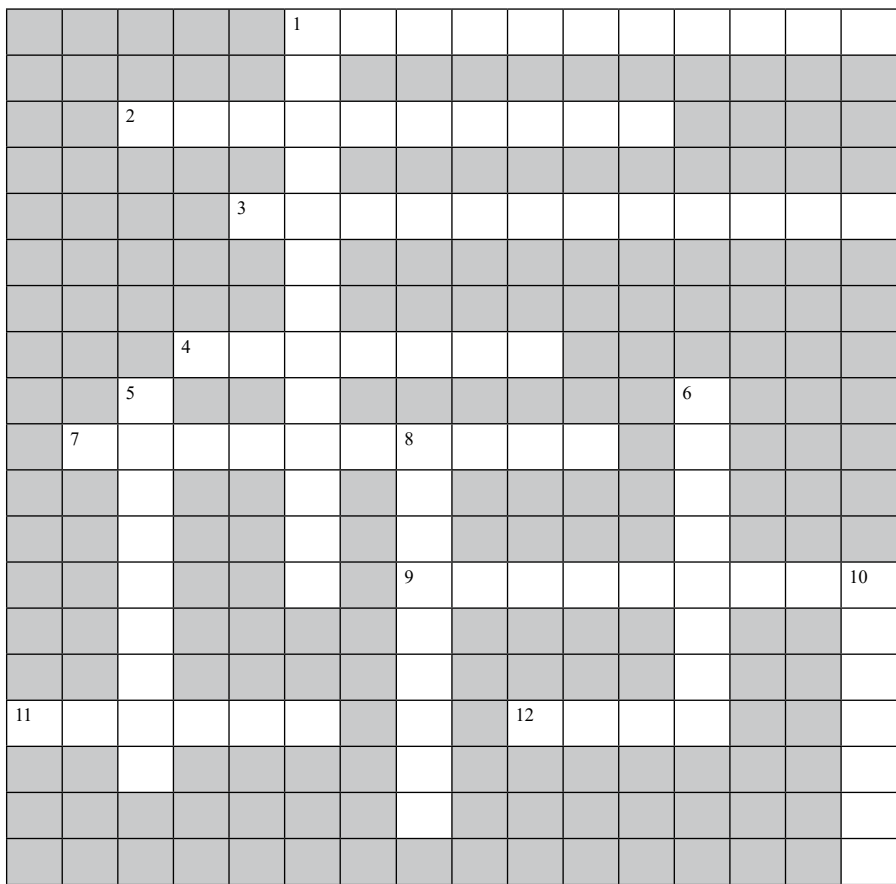
Autoreferencia para la reevaluación de la capacidad de manejar (*Self-Referral for Reevaluation of Driving Skills*, DS 699A) (disponible solo en inglés)

Declaración Jurada para Citación Judicial, Citación para Comparecer y Presentación de Documentos (*Subpoena, Duces Tecum, Affidavit in Support of Subpoena Duces Tecum*, DS 2000P) (disponible solo en inglés)

[illegible]

Ejercicio mental #1

Crucigrama



Horizontales

1. Acción de restringir
2. Archivo
3. Acción de padecer
4. Puede _____ su licencia por correo o Internet
7. Acción de revocar

9. Reunión para presentar evidencia
11. Sinónimo de prueba
12. La mejor manera de acudir a una oficina local del DMV

Verticales

1. Volver a examinar

2. El objetivo número 1 al manejar
5. Documento para manejar
8. Discapacidad visual común
10. No debe manejar si tomó ésto

Ejercicio mental #2

Sopa de letras

S V N F O T L A K G C S F
L Y X L I R R A C K E I Z
P A X P R Z S Y P M H Q O
U J E Y H Z M T A X Q A R
E L K G F I H F S A D S I
N S L S L E O E L I J P L
T X Y L C R S R L I J C L
E V A Y O U R A M P A Z A
B X O R B F S Y P O R H G
A C N O I C A I V S E D E
Y F T G Z K P O L I C I A
L U L U C H G S A I V M R
A L C A M I N O S H L I O
M D A U T O P I S T A I U

Alto	Orilla
Autobuses	Policía
Autopista	Puente
Caminos	Rampa
Carril	Salida
Desviación	Semáforo
Milla	Vías

* Respuestas en la página 76

FRAUDE



RECONÓCELO REPÓRTALO DETÉNLO

Prevén el fraude en el trabajo:

- Hacer mal uso de información
- Aceptar sobornos por servicios
- Expedir documentos fraudulentos
- Robar propiedad o dinero
- Exonerar pagos indebidamente

LA INTEGRIDAD ES IMPORTANTE

REPORTA ACTOS FRAUDULENTOS: DMV Investigations,
Internal Affairs Comunícate a: Reportfraud@dmv.ca.gov

Norte de California (916) 657-7742

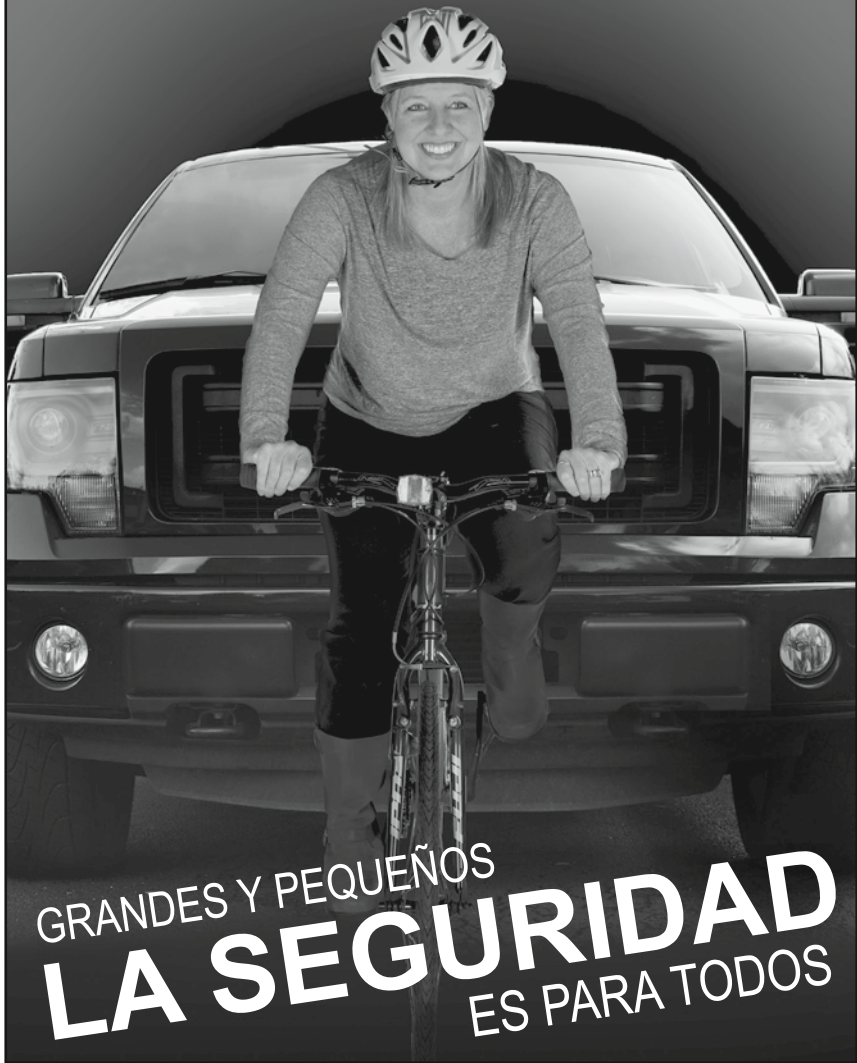
Sur de California (626) 851-0173 o (951) 653-5357

Visita: www.dmv.ca.gov para obtener el formulario de
reclamo de fraude (Fraud Complaint Form) (INV 19)



California Department of Motor Vehicles

COMPARTA el CAMINO



GRANDES Y PEQUEÑOS
LA SEGURIDAD
ES PARA TODOS

- Reduzca la velocidad. Maneje con cuidado.
- Anticipe encontrar ciclistas.
- Rebase con cuidado.



Los fondos de este programa fueron subsidiados por la Oficina de Seguridad Vial de California por medio de la Administración Nacional de Seguridad de Tráfico en Carreteras.

RESPUESTAS

Crucigrama

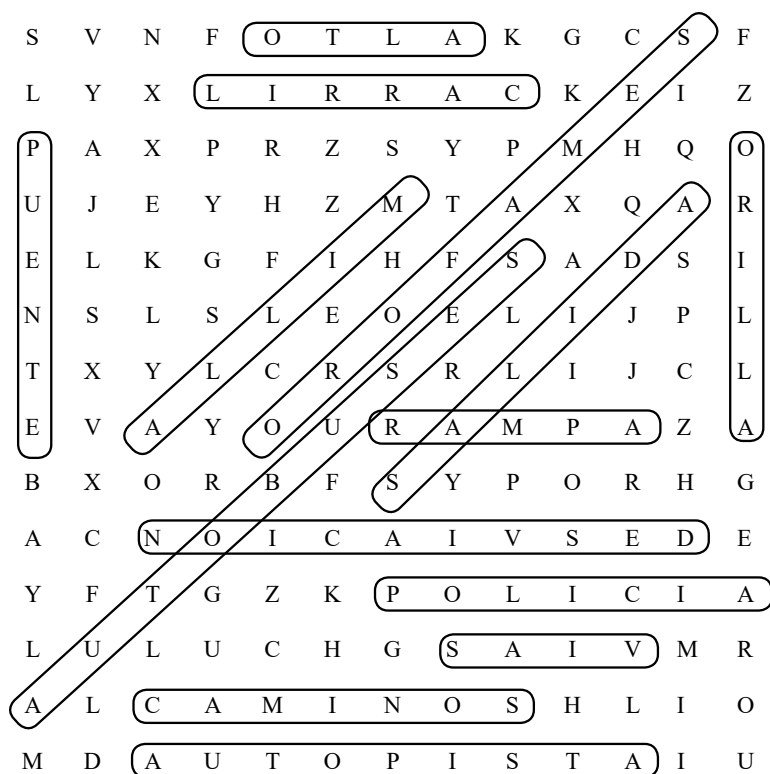
Horizontales

1. Restricción
2. Expediente
3. Padecimiento
4. Renovar
7. Revocación
9. Audiencia
11. Examen
12. Cita

Verticales

1. Reexaminación
5. Seguridad
6. Licencia
8. Cataratas
10. Alcohol

Sopa de letras





El DMV quiere que usted siga manejando mientras pueda hacerlo con seguridad.

Pero si usted ya no puede manejar con seguridad, considere:

- que lo lleve un amigo
- los programas de transporte para las personas de la tercera edad
- usar el transporte público
- tomar un taxi, autobús de traslado, furgoneta (van) u otro servicio comunitario (particularmente los que ofrecen descuentos a las personas de la tercera edad)
- usar el transporte colectivo, caminar o mudarse
- que lo lleve un familiar, amigo, vecino o compañero de trabajo que ofrezca transportarlo a la tienda, a una cita, a la iglesia, etc.

www.dmv.ca.gov





ABROCHADO O MULTADO

El DMV no fomenta o aprueba los productos o servicios anunciados en esta publicación.

Mail to: _____

Address: _____

City, State, ZIP Code: _____