



Según [la DGT](#), casi **la mitad de los accidentes de tráfico se producen por la noche**. Es evidente que la hora en la que circulamos influye en la conducción. Por ello, te explicamos algunos consejos para conducir de noche correctamente.

Cuando conducimos **entre la puesta y la salida del sol** corremos ciertos riesgos debido a que la percepción visual se reduce en gran medida.

En condiciones normales, solemos recibir el **90% de la información del tráfico y de la carretera a través de la vista**

De noche, la sensación luminosa, la agudeza visual y la capacidad de reconocer los colores se reducen debido a que los ojos y el cerebro tienen que hacer un mayor esfuerzo para ser eficientes. Además, si hay algún objeto que esté oculto por la oscuridad, **será casi imposible reconocerlo**.

Se suele sentir más fatiga y los reflejos se reducen mucho más durante las 4 y las 6 de la madrugada. Aunque también es cierto que conducir de noche puede tener algunas ventajas, como por ejemplo que hay menos tráfico, lo que nos permite conducir con más tranquilidad.

Si vas a emprender un viaje nocturno **es recomendable que descanses bien** antes, planifiques las paradas y conozcas al detalle el camino que vas a recorrer, así como el estado de las carreteras y la previsión del tiempo.

Fuente: <http://www.motor.mapfre.es>