

Conducir soñoliento es conducir pésimo

- » saliéndose del carril, siguiendo muy de cerca a los otros vehículos
- » bostezando repetidamente
- » sentirse inquieto, irritable
- » dificultad para enfocarse
- » párpados pesados / parpadeo frecuente

INVESTIGACIÓN:
los adolescentes
deben tener de
8 ↔ **10** HORAS
de sueño cada noche.

La somnolencia puede ser arriesgada al conducir.
Conozca
las señales de somnolencia y
llame a alguien para que lo lleve a su destino.

¿estás cansado?!