



### Smemorattezza

Può darsi che abbia problemi di memoria. La memoria ci aiuta a orientarci, a ricordare le regole di una guida sicura ed è fondamentale nel processo di decisione e risoluzione dei problemi. Diversi studi evidenziano che i conducenti anziani possono avere difficoltà a ricordare. Pur godendo di buona salute, non riescono a ricordare le regole della circolazione o come comportarsi in determinate situazioni di guida. Questo problema non va assolutamente sottovalutato, visto che fa aumentare il rischio di incidente.

- Chieda al suo medico di sottoporla a un test di memoria.
- Pianifichi l'itinerario prima di partire e annoti il percorso da seguire.
- Si familiarizzi con il tragitto facendo un viaggio di prova.
- Cerchi le informazioni che non riesce a ricordare. In questo modo le risulterà più facile tenerle a mente.