

DOSSIER DE PRESSE 2024

MERCREDI 17 JUILLET

FAVORISER
LA VIGILANCE
AU VOLANT

Appels, SMS
et autres distracteurs :
quel impact
sur la vigilance
au volant ?

Distracteurs et vigilance au volant : la cohabitation impossible

Appels, SMS
et autres distracteurs :
quel impact sur la
vigilance au volant ?



En cette période de départs en vacances, Assurance Prévention, l'association de France Assureurs, dévoile les résultats de sa nouvelle étude scientifique¹ sur les facteurs susceptibles d'affecter la vigilance au volant. Cette année, elle a mesuré, pour la première fois en France, l'impact concret des distracteurs sur la conduite.

Menée sous le contrôle du pôle d'expertise du risque Calyxis², l'étude a analysé plus de 8 000 km de parcours, avec et sans distracteurs, au travers d'une mise en situation réelle de conduite sur simulateur avec suivi du regard du conducteur.

L'étude démontre l'absence de déconnexion des automobilistes aux dispositifs numériques et les risques de la cohabitation entre distracteur et conduite.



Une étude scientifique inédite

Cette étude scientifique est basée sur une mise en situation réelle de conduite sur autoroute à l'aide d'un simulateur homologué. Elle a été menée sous le contrôle du pôle d'expertise du risque Calyxis.

27 sujets volontaires, conducteurs réguliers et utilisateurs de dispositifs numériques au volant, ont effectué chacun 3 trajets de plus de 100 km sur simulateur de conduite. Sur certaines portions de ces trajets, les automobilistes conduisaient selon leurs habitudes ; sur d'autres, des distracteurs étaient imposés (aussi bien visuels, auditifs, physiques que cognitifs). Ces distracteurs étaient intégrés simultanément à l'activité de conduite, via un dispositif embarqué, seul dispositif autorisé par le Code de la route.

Un système d'eye-tracking a permis de suivre le mouvement du regard et des pupilles et ainsi de disposer d'une analyse très pointue.

Éric Lemaire, vice-président d'Assurance Prévention, explique la genèse de cette étude : « *Quand on conduit, on a besoin d'une concentration très forte, on ne peut pas faire autre chose. Pourtant, on constate que trop de Français envoient des SMS, regardent des notifications ou téléphonent en conduisant. Pour la première fois, une étude analyse scientifiquement les conséquences de ces comportements.* »

1. Étude scientifique Assurance Prévention menée entre le 16 et 25 avril 2024 par le pôle d'expertise du risque Calyxis sur des simulateurs Develter Innovation auprès de 27 sujets volontaires conducteurs réguliers et utilisateurs de dispositifs numériques.

2. Pôle de prévention et d'expertise des risques à la personne, Calyxis est un partenaire de confiance d'Assurance Prévention depuis de nombreuses années. Basé à Niort, Calyxis est spécialisé dans l'analyse des comportements et la conception d'études et d'expérimentations dans le domaine de la recherche utilisateur.

Distracteurs au volant : un usage banalisé

Premier constat de l'étude, l'usage des distracteurs au volant s'est banalisé. Sur le premier parcours, les conducteurs étaient libres d'utiliser ou non des dispositifs numériques, selon leurs habitudes de conduite, reflétant ainsi leur comportement naturel. Résultat : **76 % des conducteurs utilisent un distracteur au volant** (téléphone en kit main libre ou écran tactile du véhicule).

L'usage d'un distracteur augmente les risques d'accident

L'étude a permis, pour la première fois, de calculer scientifiquement le temps passé à utiliser différents distracteurs. Par exemple, **composer un numéro de téléphone en conduisant demande 35 secondes d'attention en cumulé** (le regard du conducteur alternant entre la route et l'écran).

Ce temps passé sur les distracteurs impacte directement la trajectoire des conducteurs : **l'usage d'un distracteur multiplie par 13 le temps passé à faire des écarts de trajectoire**. En conditions normales, les conducteurs font en permanence des micro-corrrections de leur trajectoire. Avec l'usage d'un distracteur, chaque écart a une amplitude plus importante, allant parfois jusqu'au changement de file, notamment lorsque les conducteurs lâchent le volant pour utiliser l'écran tactile.

Autre observation inquiétante, **l'usage de distracteurs supprime tous les contrôles de sécurité** (rétroviseurs et tableau de bord). Les conducteurs se limitent alors à des va-et-vient entre l'écran et la route.

Enfin, en cas d'urgence, **l'usage d'un distracteur augmente le temps de réaction des conducteurs de 60 %**. Il passe de 1,25 seconde en moyenne en situation de conduite sans distracteur à 2 secondes avec distracteur.

Conséquence : la présence d'un distracteur augmente les risques d'accident.

A retenir

L'usage d'un distracteur :

- détourne l'attention du conducteur de la route jusqu'à 35 secondes,
- multiplie par 13 le temps passé à faire des écarts de trajectoire,
- supprime à 100 % les contrôles rétroviseurs.
- augmente le temps de réaction de 60 %.

Conseils pour être vigilant au volant

- Mettre son téléphone en mode avion ou le donner à un passager.
- Régler son GPS et sa musique avant de prendre la route.
- Ne pas appeler ou envoyer de message à une personne lorsqu'on sait qu'elle conduit.
- Prévoir des pauses régulières pour s'arrêter, s'aérer et consulter son téléphone.

Une rupture de la « fluence » cognitive

Au volant, les distracteurs déconcentrent les conducteurs de leur tâche principale de conduite et altèrent ainsi leur performance.

« Conduire nécessite des ressources attentionnelles divisées entre de multiples tâches. L'usage simultané d'un distracteur, comme la lecture d'un SMS ou une discussion au téléphone, va demander au cerveau de mettre en place des stratégies pour résoudre un événement qu'il n'avait pas prévu, car extérieur à l'activité de conduite. L'attention est alors détournée et cela engendre inexorablement des temps de réaction allongés et des accidents. On parle de rupture de la fluence cognitive », conclut Adrien Ballet, ergonomiste cognitiviste en charge de la supervision de cette étude chez Calyxis.



Une campagne de prévention estivale

Pour sensibiliser les Français sur la route des vacances, l'association Assurance Prévention lance une grande campagne de prévention intitulée « Et si nous transmettions la bonne attitude ? ». Elle se compose de spots de prévention sur les distracteurs au volant, la somnolence, la vitesse, le téléphone, la ceinture et le casque à vélo. Elle est diffusée tout l'été en télévision, radio et sur Internet.

Les distracteurs au volant

Définition du terme « distracteur »

Un distracteur est un élément qui détourne l'attention du conducteur et diminue sa concentration, réduisant ainsi sa vigilance et détériorant sa prise de décisions, donc sa performance.

Chiffres clés liés aux distracteurs

- En 2022, des défauts d'attention (inattention, usage téléphone ou distracteur numérique) sont relevés chez un conducteur dans 23 % des accidents corporels. Cela a coûté la vie à 431 personnes en France.

(Observatoire national interministériel de la sécurité routière)

- L'utilisation du téléphone au volant multiplie par 3 le risque d'accident.
- Un chiffre qui passe même à 23 en cas de lecture d'un SMS.
- Le téléphone est le seul dispositif qui cumule les 4 sources de distraction qui peuvent détourner l'attention d'un conducteur *(Sécurité routière)* :
 - ✓ La distraction visuelle : le conducteur quitte la route des yeux.
 - ✓ La distraction cognitive : le conducteur détourne son attention de la route vers la distraction.
 - ✓ La distraction auditive : le conducteur n'est plus attentif aux bruits extérieurs qui peuvent le prévenir d'un éventuel danger.
 - ✓ La distraction physique : le conducteur ne tient plus son volant à deux mains lorsqu'il compose un numéro ou envoie un message, par exemple.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Les distracteurs au volant

Rappel de la réglementation

Le téléphone

- L'utilisation ou la consultation d'un téléphone tenu en main en conduisant est interdite.
- Le port à l'oreille de tout dispositif susceptible d'émettre du son est également interdit.
- Seul un dispositif intégré au véhicule est autorisé, même si le risque de distraction, notamment cognitive, demeure.

Les distances de sécurité

- Lorsque deux véhicules se suivent, le conducteur du second doit maintenir une distance de sécurité suffisante pour pouvoir éviter une collision en cas de ralentissement brusque ou d'arrêt subit du véhicule qui le précède.
- Elle correspond à la distance parcourue par le véhicule pendant un délai d'au moins deux secondes.
- Sur autoroute :



Favoriser la vigilance au volant

Une étude en 6 volets

Trois volets sur l'impact de l'alimentation sous le contrôle du Docteur Frédéric Saldmann, cardiologue et nutritionniste, et de son équipe ; **un volet sur l'impact des stimulations sonores**, sous le contrôle du Professeur Michel Lejoyeux, psychiatre et addictologue ; **un volet sur l'impact de la dette de sommeil** sous le contrôle du professeur Patrick Lévy, directeur médical de BioSerenity.

VOLET 1 - 2019 : lien entre alimentation et vigilance

Un repas « hypercalorique » altère les capacités de freinage, augmente la distance de freinage et diminue significativement la vigilance des conducteurs.

VOLET 2 - 2020 : identification des aliments qui favorisent la vigilance sur la route

Suggestions de menus vigilance.

VOLET 3 - 2021 : influence de la prise de boissons caféinées sur la vigilance au volant

Le café agit efficacement et durablement contre la somnolence au volant.

VOLET 4 - 2022 : radio, musique, podcast : quel impact sur la vigilance au volant ?

Choisir son programme audio retarde l'apparition de la somnolence extrême au volant.

VOLET 5 - 2023 : dette de sommeil : quel impact sur la vigilance au volant ?

Une nuit écourtée multiplie par 6 le risque d'accident.

ETUDE SCIENTIFIQUE - DETTE DE SOMMEIL :
QUEL IMPACT SUR LA VIGILANCE AU VOLANT ?

UNE NUIT ÉCOURTÉE **x6**
MULTIPLIE
LE RISQUE D'ACCIDENT.

Etude scientifique menée entre le 24 avril et 9 juin 2023 avec la MedTech française BioSerenity sur 25 sujets volontaires sains bons dormeurs en vie réelle.
Semaine 1 : les sujets ont dormi en moyenne 7h17 = 0 accident.
Semaine 2 : les sujets ont dormi la dernière nuit du test en moyenne 3h53 = 6 accidents.

ASSURANCE PRÉVENTION
Les assureurs se mobilisent

Favoriser la vigilance au volant

VOLET 6 – 2024 : Appels, SMS et autres distracteurs : quel impact sur la vigilance au volant ?

A l'occasion des départs en vacances estivales, l'association Assurance Prévention a souhaité mener la première étude scientifique sur les distracteurs au volant.

- **Objet** : mesurer l'usage des distracteurs sur un long trajet afin d'en quantifier les conséquences sur le comportement des conducteurs.
- **Approche** : reconstitution d'une situation réelle de conduite sur autoroute à l'aide d'un simulateur homologué. L'étude porte sur des actions réalisées via un dispositif embarqué : par exemple, consulter l'outil d'aide à la conduite (GPS), régler la radio ou passer un appel via l'écran tactile. Ainsi, les usages prohibés par le Code de la route (téléphone tenu en main ou oreillette Bluetooth) n'ont pas été testés.



Favoriser la vigilance au volant

VOLET 6 – 2024 : Appels, SMS et autres distracteurs : quel impact sur la vigilance au volant ?

Méthodologie

L'étude a été menée entre le 16 et 25 avril 2024 auprès d'un échantillon de 27 participants de 21 à 73 ans, conducteurs réguliers et utilisateurs réguliers de dispositifs numériques au volant.

Le temps moyen de test était de 3h / participant (soit l'équivalent d'un minimum de 6 h de conduite en conditions réelles) et se composait de :

- 3 parcours de conduite de 102 km dans un trafic dense sur autoroute. Soit plus de 8 000 km parcourus et analysés.
 - ✓ Parcours 1 : conduite avec distracteur à discrétion du conducteur
 - ✓ Parcours 2 : légers distracteurs imposés
 - ✓ Parcours 3 : forts distracteurs imposés
- N.B. : Les temps 2 et 3 étaient inversés pour la moitié des participants, évitant ainsi un effet de fatigue accrue uniquement sur le temps 3*
- 1 test cognitif + test de freinage à chaque fin de parcours
- 1 mise en situation de fin de test avec réception d'un SMS et freinage concomitant du véhicule de devant

Sur plus de 8 000 km, l'étude a analysé :

- les distances de sécurité,
- les écarts de trajectoire,
- les freinages d'urgence,
- le suivi du regard précis :
 - ✓ nombre de regards sur différentes zones,
 - ✓ temps de regards sur différentes zones,
 - ✓ nombre et temps de fermeture des yeux.
- le temps de réaction (tests cognitifs et mise en situation).

Matériel

L'étude a été menée sur deux simulateurs de conduite Develter. Chaque simulateur est composé de 3 écrans de 55 pouces permettant de reproduire l'angle de vue d'un conducteur. Il était équipé, comme de nombreux véhicules, d'un écran tactile placé à droite du volant.

Le système d'eye-tracking Tobii a permis de suivre le mouvement du regard et des pupilles des conducteurs sur les différentes zones analysées.

Favoriser la vigilance au volant

Des partenaires experts dans leur domaine



Une étude réalisée avec Calyxis

Pôle de prévention et d'expertise des risques à la personne, Calyxis est un partenaire de confiance d'Assurance Prévention depuis de nombreuses années. Basé à Niort, il est spécialisé dans l'analyse des comportements et la conception d'études et d'expérimentations dans le domaine de la recherche utilisateur. Il a développé un réseau représentatif de citoyens testeurs : plus de 500 personnes accessibles nationalement. Calyxis dispose d'une expertise forte sur le comportement des Français grâce à l'implication d'un ergonome cognitiviste, spécialisé en méthodologie expérimentale et en analyse et interprétation des comportements.



Sur des simulateurs de conduite de renommée mondiale : Develter Innovation

Develter Innovation est la société française référente en simulateurs de conduite immersifs. Son expertise forte dans le domaine en fait un partenaire incontournable et essentiel pour la qualité de l'étude et a garanti des conditions optimales de simulation de conduite automobile. La société a ainsi mis à disposition 2 simulateurs Develter Innovation et 1 formateur dédié par simulateur lors des sessions de test.



Les principaux résultats de l'étude 2024

ÉTUDE SCIENTIFIQUE¹
APPELS, SMS ET AUTRES DISTRACTEURS :
QUEL IMPACT SUR LA VIGILANCE AU VOLANT ?



76%

DES CONDUCTEURS
UTILISENT
UN DISTRACTEUR²
AU VOLANT

1. Étude scientifique menée entre le 16 et 25 avril 2024 par le pôle d'expertise du risque Calyxis sur des simulateurs Develter Innovation auprès de 27 sujets volontaires conducteurs réguliers et utilisateurs de dispositifs numériques au volant.

2. Distracteur : téléphone en kit main libre ou écran tactile du véhicule.

ASSURANCE
PRÉVENTION 
Les assureurs se mobilisent

Les principaux résultats de l'étude 2024

ÉTUDE SCIENTIFIQUE¹
APPELS, SMS ET AUTRES DISTRACTEURS :
QUEL IMPACT SUR LA VIGILANCE AU VOLANT ?



COMPOSER UN
NUMÉRO DÉTOURNE
L'ATTENTION DU
CONDUCTEUR
PENDANT

35 SECONDES

1. Étude scientifique menée entre le 16 et 25 avril 2024 par le pôle d'expertise du risque Calyxis sur des simulateurs Develter Innovation auprès de 27 sujets volontaires conducteurs réguliers et utilisateurs de dispositifs numériques au volant.

ASSURANCE
PRÉVENTION
Les assureurs se mobilisent

Les principaux résultats de l'étude 2024

ÉTUDE SCIENTIFIQUE¹
APPELS, SMS ET AUTRES DISTRACTEURS :
QUEL IMPACT SUR LA VIGILANCE AU VOLANT ?



L'USAGE
D'UN DISTRACTEUR²
MULTIPLIE

x13

LE TEMPS PASSÉ À FAIRE
DES ÉCARTS
DE TRAJECTOIRE.

1. Étude scientifique menée entre le 16 et 25 avril 2024 par le pôle d'expertise du risque Calyxis sur des simulateurs Develter Innovation auprès de 27 sujets volontaires conducteurs réguliers et utilisateurs de dispositifs numériques au volant.

2. Distracteurs étudiés : appels téléphoniques, lecture de SMS, sélection de radio, utilisation du GPS... depuis l'écran tactile du véhicule.

ASSURANCE
PRÉVENTION 
Les assureurs se mobilisent

Les principaux résultats de l'étude 2024

ÉTUDE SCIENTIFIQUE¹
APPELS, SMS ET AUTRES DISTRACTEURS :
QUEL IMPACT SUR LA VIGILANCE AU VOLANT ?



L'USAGE
D'UN DISTRACTEUR²
AUGMENTE LE TEMPS
DE RÉACTION DE

60%

1. Étude scientifique menée entre le 16 et 25 avril 2024 par le pôle d'expertise du risque Calyxis sur des simulateurs Develter Innovation auprès de 27 sujets volontaires conducteurs réguliers et utilisateurs de dispositifs numériques au volant.

2. Distracteurs étudiés : appels téléphoniques, lecture de SMS, sélection de radio, utilisation du GPS... depuis l'écran tactile du véhicule.

ASSURANCE
PRÉVENTION 
Les assureurs se mobilisent

Assurance Prévention, une association de France Assureurs



- Assurance Prévention est l'association des assureurs français au service de la prévention des risques du quotidien.
- Elle émane de France Assureurs qui rassemble 254 entreprises d'assurance et de réassurance, représentant 99 % du marché des entreprises régies par le Code des assurances.
- L'association porte au nom des assureurs, seule ou en partenariat avec les pouvoirs publics ou d'autres organismes, des actions collectives de sensibilisation du grand public aux risques du quotidien : santé, risques routiers, accidents de la vie courante, risques naturels, risques numériques... Elle mène également des études, afin de faire avancer la connaissance des risques et d'adapter ses messages de prévention.

ASSURANCE PRÉVENTION Les assureurs se mobilisent

L'association des assureurs français au service de la prévention des risques du quotidien.

DÉCOUVRIR NOS ACTIONS SE PROTÉGER AU QUOTIDIEN MIEUX NOUS CONNAÎTRE

? - Notre campagne 2024

Assurance Prévention publie son rapport annuel 2023

Journée Prev'Attitude 2024 : les assurés MON ÉTÉ (PRESQUE) PARFAIT ! »

L'association des assureurs français

Assurance Prévention est l'association de France Assureurs qui vous sensibilise aux risques du quotidien : route, maison, loisirs, santé, aléas naturels...

► Nos actions
► Nos études
► Nos supports

Espace téléchargements

Kit presse

- Rapport de l'étude
- Infographies
- Photos et vidéos HD simulateur de conduite
- Spot TV
- Spots radios

Disponible ici :

<https://cloud.entrenoussoitdit.fr/index.php/s/5fPjd9pZJTm1nNn>

Éléments libres de droits avec citation "Source : Assurance Prévention"

Contact presse

Agence Entre nous soit dit

Claire Mathurin

01 40 29 15 54 - 06 30 10 92 22

cmathurin@entrenoussoitdit.fr

Florine Liétin

01 79 35 50 57 – 06 95 59 21 62

flietin@entrenoussoitdit.fr

Informations complémentaires

www.assurance-prevention.fr



@AssurancePrev



Assurance Prévention