



SÍGUENOS EN EL CANAL PREVENCIÓN:
<http://prevencion.fremap.es/Paginas/Inicio.aspx>

La prevención del Accidente de Tráfico Laboral

Sabías que:

- ❖ Uno de cada 7 trabajadores se verá afectado por un accidente de tráfico relacionado con el trabajo a lo largo de su vida laboral (según la Fundación Mapfre)
- ❖ Del total de accidentes de trabajo con baja que se produjeron en España en el año 2015, algo más del 11% (57.590) son accidentes de tráfico, tanto en jornada de trabajo como al ir o volver de él
- ❖ En el año 2015 se produjeron en España 608 accidentes de trabajo mortales, de ellos alrededor del 26,8% (163) fueron accidentes de tráfico
- ❖ Entre enero y abril de 2016 se han producido en España 192 accidentes de trabajo mortales, de ellos alrededor del 30,2% (58) fueron accidentes de tráfico
- ❖ La mayor parte de los accidentes de tráfico son evitables; el 41 % de ellos son consecuencia de un exceso de velocidad

Asimismo, los periodos vacacionales, en los que de manera habitual utilizamos el vehículo para realizar desplazamientos más largos de lo normal, son especialmente peligrosos en lo que se refiere a la siniestralidad debida al tráfico.

Desde FREMAP, siguiendo criterios relacionados con la prevención de riesgos laborales, queremos difundir la conveniencia de tomar una serie de precauciones antes de ponerse en marcha para ir al trabajo o disfrutar del merecido descanso..

Cuando evaluamos los riesgos en materia de seguridad vial laboral, valoramos el factor humano, el factor vehículo, el factor entorno y el factor vial. Estos mismos factores debemos tenerlos en cuenta en nuestra vida cotidiana, por ejemplo cuando decidimos ponernos en marcha y durante todo el trayecto hasta llegar a nuestro destino vacacional. Si estamos dispuestos a respetar unas normas que nosotros mismos podemos dictarnos para hacer nuestro viaje más seguro, basadas en estos factores, reduciremos muy considerablemente la probabilidad de tener un accidente de tráfico.



Factores que influyen en el riesgo de accidente

FACTOR HUMANO	FACTOR VEHÍCULO	FACTOR ENTORNO	FACTOR VIAL
Fatiga física	Estado general del vehículo	Telefonía móvil	Tipo de vía por la que circulamos
Fatiga psíquica	Neumáticos	GPS-navegador	Estado de la vía
Formación-Entrenamiento	Frenos	Tablet	Tipo de pavimento
La velocidad	Amortiguadores	equipo de música	Señalización
El sueño/somnolencia	Estado de los air-bags y de cinturones de seguridad	Fumar en el vehículo	Densidad del tráfico
Consumo de alcohol	ITV	Climatología	
Consumo de medicamentos contraindicados para la conducción	Antigüedad del vehículo	Amanecer/día/atardecer/noche	
Consumo de estupefacientes	Casco	Objetos con los que nos podemos encontrar a lo largo del trayecto	
La atención	Colocación de la carga	Tipo de vehículos con los que compartimos la vía	

Medidas preventivas a adoptar con carácter general:

- ❖ Usa el cinturón de seguridad desde que subes al vehículo
- ❖ Presta siempre atención a la conducción, evita fumar, distraerte con la manipulación de: telefonía móvil, GPS, tablet, equipo de música...
- ❖ Elude las discusiones, especialmente durante la conducción
- ❖ Adopta la postura correcta durante la conducción, ayuda a reducir la fatiga
- ❖ Haz un pequeño descanso cada 2 horas aprovechando para hacer estiramientos, e hidrátate bebiendo agua o bebidas isotónicas, nunca alcohol
- ❖ Realiza comidas ligeras durante el viaje
- ❖ El sueño o somnolencia son incompatibles con la conducción ¡Para y descansa!
- ❖ Planifica tu viaje. Intenta no iniciar un viaje largo al terminar la jornada laboral, y no te impongas una hora de llegada
- ❖ Mantén la distancia de seguridad
- ❖ Respeta la señalización siempre y presta especial atención a los límites de velocidad de la vía
- ❖ Revisa el estado del vehículo, neumáticos, luces
- ❖ Si tu vehículo es una moto, utiliza todos los medios de protección personales: casco, guantes, botas, cazadora, y pantalón con protecciones, colores vivos...