

FACE THE FACTS

HAZ ALERT



Para prevenir lesiones al trabajar con vehículos motorizados:

Los empleadores deben proporcionar programas de entrenamiento sobre seguridad al conducir, obligatorios y adaptados a sus empleados, que incluyan Reconocimiento de Síntomas de Distracción / Déficit de Atención del Conductor y Fatiga del Conductor.

Los empleados deben evitar distracciones y llevar siempre puesto el cinturón de seguridad.

Evite exponerse usted mismo a una situación potencialmente riesgosa. Los conductores deben siempre permanecer alerta y practicar Técnicas Defensivas de Conducción.

Muriéndose por Conducir - Colisiones Ocupacionales de Automotores en Kentucky.

Desde 1994, se ha presentado un promedio de 37 colisiones fatales por año entre vehículos de motor "MVC" en Kentucky. Durante el mes de Octubre de 2003, 25 trabajadores murieron en casos de colisiones de vehículos de motor.

Diez de estas muertes se presentaron al salir el vehículo de la vía. A continuación se resumen 4 de los incidentes MVC que resultaron fatales.

El primer caso es el de un trabajador que se quedó dormido al encontrarse patrullando el perímetro de una prisión. El vehículo chocó contra un árbol luego de descender por una colina 60 pies desde la carretera. El incidente tuvo lugar durante las primeras horas de la mañana; el trabajador había iniciado su turno a la medianoche. Había sido contratado hace menos de un mes y no llevaba puesto un cinturón de seguridad.

El segundo caso involucró a un camión que se salió de su carril y cruzó la línea divisoria hacia la mitad de la vía, colisionando de frente con otro camión que transitaba en sentido contrario; el segundo camión fue empujado hacia un muro de contención y abajo hasta un terraplén. El conductor que ocasionó la colisión murió, en tanto que el otro sujeto fue empujado fuera de la autopista y sobrevivió. Otros cuatro vehículos resultaron afectados por el choque. El conductor de un vehículo de pasajeros murió al ser golpeado por los escombros. Se presume que el conductor del camión se encontraba inconsciente en el mo-



mento del incidente, pero no se encontró evidencia de la presencia de drogas, alcohol, o de enfermedad cardíaca. Tampoco fue posible determinar la ocurrencia de problemas mecánicos o de condiciones climáticas adversas.

Un camión que dejó la vía y chocó con un terraplén de tierra dejando como saldo la muerte de un tercer conductor. El camión se volcó dejando al trabajador atrapado. El incidente fue atribuido a pérdida de control del vehículo por parte del conductor. No se encontró evidencia de la presencia de drogas, alcohol, o enfermedad cardíaca.

El propietario de una compañía, que viajaba como pasajero en un vehículo dirigiéndose hacia una subasta, Murió en un cuarto incidente fatal. Al salirse el automotor de la carretera, por razones desconocidas, la víctima fue eyectada desde su asiento.

**SI SIENTE SOMNOLENCIA AL CONDUCIR, DEJE LA CARRETERA
TAN PRONTO COMO LE SEA POSIBLE Y DUERMA.**

Los empleadores deberán proporcionar Programas de Entrenamiento de Seguridad al Conducir, obligatorios y adaptados para sus empleados, que incluyan los temas de Reconocimiento de los Síntomas de Distracción / Déficit de Atención y Fatiga del Conductor.

Los programas de educación para la seguridad de los conductores deberán incluir los siguientes puntos:

1) Planes de viaje que incluyan paradas en áreas de descanso. 2) Saber cuántas horas de sueño necesita usted antes de iniciar un viaje. 3) Tome siestas para recuperar su energía 4) Incluya descansos frecuentes 5) Reconozca signos de fatiga y deje la carretera tan pronto como le sea posible.

El conductor puede estar fatigado cuando: 1) Comienza a bostezar y sus párpados se sienten pesados. 2) Su mente divaga. 3) No recuerda haber recorrido las últimas millas. 4) Se siente lento. 5) Comienza a ignorar los marcadores de la vía, tales como anuncios, rampas y signos de carretera.

Si reconoce cualquiera de estos signos de fatiga, es hora de tomar un descanso o una siesta.

Los empleados deberán evitar distracciones, y siempre ajustar su cinturón de seguridad.

Al conducir, usted deberá:

1. Evitar comer y beber (en especial líquidos calientes como el café) debido a la posibilidad de ser distraído al caerse la comida, al tratar de alcanzar la comida o al atragantarse
2. Planear rutas de manejo primarias y alternativas para evitar tener que examinar mapas al conducir
3. Mantenga su equipo de sonido a corta distancia y ajuste la música durante las paradas usuales.

4. No conteste el teléfono. Devuelva las llamadas al encontrarse sobre un área de descanso en carretera, una vez el vehículo se encuentre completamente detenido
5. Evitar discusiones y diálogos que lo puedan distraer al conducir
6. Llevar puesto el cinturón de seguridad hasta que el vehículo se encuentre completamente detenido.

Evite exponerse a una situación potencialmente riesgosa. Los conductores deben siempre permanecer alerta y practicar Técnicas Defensivas de Conducción.

Los conductores deben: 1) Reconocer a conductores que impliquen un riesgo potencial al asumir que éstos últimos cometerán un error; 2) Llevar a cabo valoraciones de riesgo al visualizar el panorama frontal y trasero; 3) Tenga en cuenta a sus colegas conductores; 4) Planee con anticipación y espere lo inesperado; 5) Manténgase alerta y enfocado sobre lo que ocurre a su alrededor; 6) Conduzca a velocidades apropiadas para la carretera; 7) Lleve a cabo una revisión de rutina de llantas, equipo de carretera y carga.

Referencias:

1. <http://www.safetyline.wa.gov.au/pagebin/mechhazd0043.pdf>
2. <http://www.accidentreconstruction.com/news/sep01/090501a.asp>
3. <http://ecsinc.com/RISKCTRL/HOT/Vol16is3/lesson.htm>

Para más información, contacte:

KY Fatality Assessment & Control Evaluation (FACE) Program (Programa de Valoración de Mortalidad y Evaluación del Control), Kentucky Injury Prevention and Research Center (KIPRC) (Centro de Prevención e Investigación de Lesiones de Kentucky).
333 Waller Ave., Suite 202
Lexington, KY 40504
1-800-204-3223 (toll-free)
www.kiprc.uky.edu

El programa FACE es un programa sobre mortalidad ocupacional en el KIPRC auspiciado por Nacional Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH) (Instituto Nacional para la Seguridad y la Salud Ocupacional) (Acuerdo Cooperativo No.: U60/ CCU409879-10).