



## Tema deseguridad Conducción distraída

### Introducción:

Conducir es una de las tareas más peligrosas que llevará a cabo y es la principal causa de muertes de lugar de trabajo.

Conducción distraído es una de las principales causas de los accidentes de tráfico. El Departamento de transporte ha reportado 11.344 muertes y casi 1.000.000 lesiones que se han atribuido en alguna forma de conducción distraída para los años 2008 y 2009. El Departamento de Estadísticas Laborales reportaron el 35% de fatalidades ocupacionales entre 2003 y 2009 fue resultado de accidentes de vehículos de motor.

### Tipos de distracciones:

- **Visual** – Algo que quita los ojos de la carretera.
- **Manual** – Algo que quita las manos del conductor del volante o pies de los pedales.
- **Cognitivo** – Cualquier distracción que provoca el conductor al perder el foco mental mientras conduce un vehículo.

Cuando el conductor es visualmente, manualmente, o cognitivamente distraído, tiene más probabilidades de estar involucrado en un accidente. Todas las distracciones caen en una de las categorías mencionadas anteriormente, pero más distracciones caen en más de una categoría. Por ejemplo, mensajes de texto mientras se conduce pueden caer en las tres categorías.

Mientras todas las distracciones pueden poner en peligro al conductor y pasajero, **mensajes de texto** y el **uso de medios electrónicos** son los contribuyentes más rápido crecimiento a accidentes de vehículo y muertes de carretera. El uso de medios electrónicos (portátil o manos libres) puede retrasar el tiempo de reacción del conductor tanto como tener una concentración de alcohol en sangre de .08, que es legalmente intoxicado.

### **Distracciones comunes incluyen:**

- **Mensajes de texto**
- **Uso de medios electrónicos (es decir, teléfonos celulares, radios de compañía, iPads, Investigación de Internet y computadoras, etc.)**
- GPS
- Comer & beber
- Redes sociales
- Viendo Videos
- Búsqueda de música
- Lectura (libros/mapas)
- Cepillar

### **El Empleador debería:**

- Prohibir mensaje de texto mientras conduciendo.
- Establecer procedimientos de trabajo y reglas que no hagan necesario a los trabajadores enviar mensajes de texto mientras conducen.
- Establecer procedimientos claros, tiempos, y lugares para el uso de mensaje de texto seguro y otras tecnologías de comunicación con gerentes, clientes, y otros.

### **Conductores deben:**

- Evitar estas distracciones mientras conduces.
- Asegúrese de seguir las regulaciones locales, estatales y federales sobre el uso de teléfonos celulares y otros dispositivos electrónicos mientras se conduce.
- Conocer la ruta hacia y desde el lugar de trabajo.
- Pare el vehículo en un lugar seguro para referir a un mapa, programar un GPS, o hacer una llamada o un mensaje de texto.

## Preguntas de la prueba de conducción distraída

1. Conducción distraída atribuido a 11.344 muertes en 2008-2009.

Cierto Falso

2. Las 3 categorías de distracciones son cognitiva, Visual y Manual.

Cierto Falso

3. Comiendo mientras que conducir no es considerada como una forma de distracción.

Cierto Falso

4. Mensajes de texto y el uso de medios electrónicos es el contribuyente mayor crecimiento al vehículo accidentes y muertes de la calzada.

Cierto Falso

Respuestas: 1-V; 2 - V; 3 - F; T-4

***A través de la OSHA y la Asociación American Pipeline Contractors (APCA, por sus siglas en ingles), la APCA ha desarrollado Mejores prácticas para fines informativos solamente. No refleja necesariamente las opiniones oficiales de la OSHA o del Departamento de Trabajo de los Estados Unidos. 09/2014***

