



Checklist rápido para un viaje seguro

Antes de cada salida

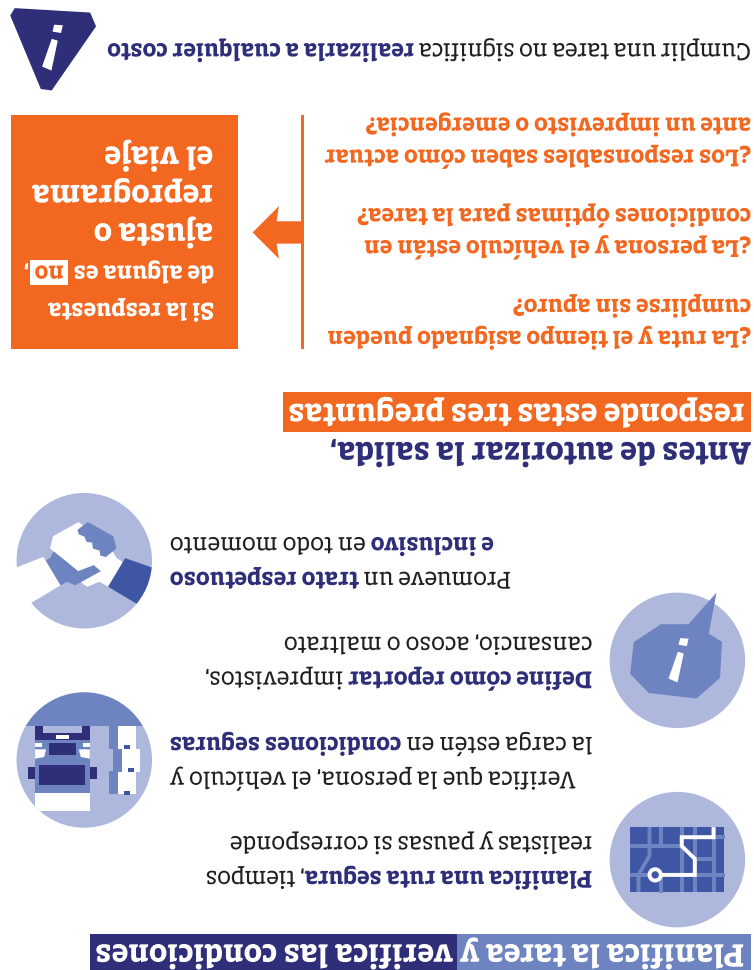
- ☐ Ruta, horario y pausas planificadas e informadas
- ☐ Personas, vehículo y carga en condiciones seguras
- ☐ Canales de comunicación y emergencia conocidos

Durante el trayecto

- ☐ Sin presión para cumplir tiempos inseguros
- ☐ Pausas y condiciones de conducción respetadas
- ☐ Reportes de cansancio, fallas o riesgos atendidos

Después del viaje

- ☐ Incidentes y condiciones de riesgo registrados
- ☐ Medidas correctivas definidas y comunicadas
- ☐ Aprendizajes compartidos con el equipo



BÁTALE UN CAMBIO

¿Cómo liderar viajes seguros en el trabajo?

Un viaje seguro comienza con una buena planificación

El apuro, el cansancio, las distracciones y la falta de coordinación pueden aumentar los riesgos durante un viaje. Como jefatura, puedes prevenirlos desde la organización del trabajo

achs seguro laboral

cumplir + cuidarse es posible

Fatiga y somnolencia

La falta de descanso reduce la atención y la capacidad de reacción

- ✓ **Planifica** jornadas, pausas y tiempos de recuperación adecuados
- ✓ **Atiende señales** como bostezos, desconcentración o reacción más lenta
- ✓ **Facilita el reporte del cansancio** sin cuestionar ni sancionar a la persona
- ✓ Si disminuye el estado de alerta, **indica detenerse y reorganiza el viaje**



Manejo manual de carga

Usar la técnica correcta evita caídas, sobreesfuerzos y lesiones físicas

- ✓ Mantén vehículos, equipos y zonas de carga en **buenas condiciones**
- ✓ Refuerza utilizar siempre los **tres puntos de apoyo al subir o bajar** del vehículo, evitando saltar o llevar objetos en las manos que puedan comprometer estabilidad
- ✓ Recuerda evaluar la carga y utilizar **ayuda mecánica o apoyo de otras personas** en caso de ser necesario
- ✓ Promueve una jornada segura, **alternando tareas e incorporando pausas**



Desplazamiento operacional

Moverse con descuido genera caídas, golpes y atropellos durante el trayecto, en paraderos o en transporte público

- ✓ Promueve el uso de **cruces y rutas habilitadas**, con atención permanente al entorno
- ✓ Refuerza transitar a un **ritmo calmado** y **no correr** para alcanzar el transporte
- ✓ Indica **esperar lejos de la calzada** y subir o bajar solo con el **vehículo detenido**
- ✓ Recomienda detenerse para usar el celular, manteniendo siempre **la vista en el camino**



Agresiones o amenazas

Algunas labores pueden exponerse a **conflictos, robos o violencia** durante la ruta

- ✓ Define **rutas seguras, formas de contacto** y procedimientos de **emergencia**
- ✓ Promueve **evitar la confrontación**, mantener una distancia segura de la situación de peligro y **solicitar ayuda** cuando sea necesario
- ✓ **Activa el protocolo y entrega apoyo** cuando una persona sea afectada

Una verdadera cultura preventiva se construye cuando las personas pueden **detener una tarea, informar un riesgo y pedir apoyo** sin temor a ser cuestionadas o sancionadas por afectar la continuidad de la operación, porque...

cumplir + cuidarse **es posible**