

Bájale un cambio al volante



achs seguro
laboral

¿Cómo prevenir accidentes al conducir vehículos?



Al conducir con el tiempo justo o con alta congestión vehicular



Al recibir llamadas, mensajes o configurar el GPS durante el viaje



Al no poner suficiente atención al entorno, espejos y puntos ciegos

Tres preguntas rápidas

¿Cómo cambia nuestra forma de conducir cuando sentimos apuro?

¿Qué distracciones aparecen con mayor frecuencia durante el viaje?

¿Qué hacemos si los tiempos planificados no permiten llegar de manera segura?

Para trasladarte de forma segura

Baja las revoluciones



Mantén una distancia segura



No quites la vista del camino



cumplir + cuidarse **es posible**

BÁJALE UN CAMBIO



Bájale un cambio al volante



¿Cómo prevenir accidentes al conducir vehículos?

Cuando conducir es parte del trabajo, podemos sentir presión por llegar a tiempo, completar una ruta o cumplir con el trabajo programado. En esos momentos, es fácil concentrarnos solo en el destino y descuidar lo que ocurre en nuestro entorno, lo que puede derivar en accidentes como **golpes por frenadas bruscas o choques con otros vehículos u objetos, atropellos y volcamientos**. Por ejemplo:



Al conducir con el tiempo justo o con alta congestión vehicular



Al recibir llamadas, mensajes o configurar el GPS durante el viaje



Al no poner suficiente atención al entorno, espejos y puntos ciegos

¿Cómo usar esta ficha?



- 1 Lee el contenido antes de iniciar la actividad
- 2 Compártelo con el equipo y plantea las tres preguntas
- 3 Escucha algunas respuestas y refuerza las recomendaciones
- 4 Cierra invitando a comunicar cualquier dificultad para trabajar o moverse de forma segura

Tres preguntas rápidas

¿Cómo cambia nuestra forma de conducir cuando sentimos apuro?

¿Qué distracciones aparecen con mayor frecuencia durante el viaje?

¿Qué hacemos si los tiempos planificados no permiten llegar de manera segura?



Conducir de forma segura implica **observar, anticiparse y contar con tiempo para reaccionar**. Intentar recuperar minutos en la ruta puede llevarnos a tomar decisiones apresuradas y riesgos innecesarios.

Para conducir a ritmo seguro

- ✓ **Baja las revoluciones**
Modera tu velocidad acorde al tránsito, el clima y las condiciones del camino
- ✓ **Mantén una distancia segura**
Esto te da tiempo para reaccionar ante un imprevisto
- ✓ **No quites la vista del camino**
Si necesitas atender o revisar algo, detente en un lugar seguro

Cuando nuestro trabajo es viajar, manejar o desplazarnos por la calle o el entorno laboral, **mantener la calma, la atención al entorno y una buena planificación** nos protege de peligros en la ruta.

cumplir + cuidarse **es posible**

Por eso

