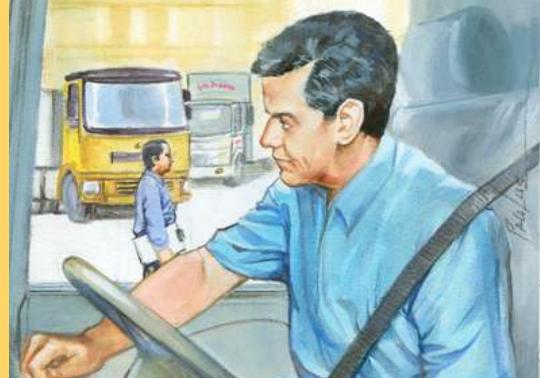




# Prevención de riesgos en conductores de vehículos



SUBGERENCIA DE CAPACITACIÓN Y PUBLICACIONES · PROGRAMA PYMES

## Introducción

Conducir un vehículo es una actividad que se requiere periódicamente en diferentes tipos de empresas. En este sentido, es necesario que tomemos conciencia acerca de la responsabilidad que tiene el conductor en sus manos, es decir, realizar un manejo seguro y eficiente, que esté acorde con las normas establecidas. Respecto de lo anterior, es muy importante que los conductores accedan a capacitaciones en lo que se refiere a conducción defensiva y manejo en condiciones adversas. En esta ocasión, nos centraremos en los riesgos más comunes en las labores de los conductores de vehículos, indicando las medidas preventivas recomendadas para cada caso.

## Objetivo

- Identificar los riesgos de accidentes dentro de las labores que ejecutan los conductores de vehículos y las medidas de prevención pertinentes para cada caso.

### 1. Conductores de vehículos y riesgos de accidentes

¿Existen riesgos de accidentes en las actividades de los conductores de vehículos? Piense un momento en sus tareas, en la ruta, en los otros vehículos con los que se encuentra en las vías, en los peatones, etc. Quizás en algunas ocasiones pueda pensarse que manejar un vehículo es algo rutinario; sin embargo, hay una serie de riesgos a los que se exponen los conductores, que es preciso evitar. Por ejemplo, quedar atrapados al producirse un volcamiento del vehículo o ante la caída de materiales desde una estantería. Comprométase con la seguridad y promueva dicho compromiso entre sus compañeros.

Maneje por la ruta de la prevención, evitando los riesgos de accidentes para usted y sus compañeros de labores.

### 2. ¿Cuáles son los riesgos de accidentes en las actividades de los conductores de vehículos?

Las tareas que realizan los conductores de vehículos implican ciertos riesgos de accidentes que pueden afectar a quienes las llevan a cabo. Entre los riesgos más comunes podemos mencionar los siguientes:

- Volcamientos.
- Choques.
- Atropellamientos.
- Atrapamientos.
- Caídas al mismo y distinto nivel.
- Sobreesfuerzos.

A continuación revisaremos estos riesgos de accidentes y sus respectivas medidas de prevención.

### 3. Riesgo de volcamientos

La inexperiencia o los malos hábitos de conducción pueden ser causa de volcamientos. A lo anterior podemos agregar el deterioro de los neumáticos y la condición en la que se encuentra la vía por la cual se transita. Con el fin de evitar estos riesgos es muy necesario que el personal encargado de la conducción de vehículos reciba la capacitación adecuada y que se revisen y modifiquen los comportamientos incorrectos en el manejo.

Antes de iniciar un viaje, haga una inspección de rutina en su vehículo. Por ejemplo, revise sus espejos, los limpiaparabrisas, los frenos, las luces, los neumáticos, etc.

#### 3.1. Causas de volcamientos

- Inexperiencia del conductor.
- Malas aptitudes físicas para manejar.
- Malos hábitos de conducción.
- Deterioro de los neumáticos.
- Vías de tránsito en mal estado.

#### 3.2. Medidas de prevención

- Capacitación a los conductores de vehículos.
- Modificar hábitos de manejo.

### 4. Riesgo de choques

Si su visión está desgastada y requiere usar lentes, hágalo; no deje que un comportamiento permisivo de su parte lo exponga a usted y a los otros al riesgo de sufrir un choque. A su vez, antes de comenzar cualquier viaje se debe verificar que el vehículo está en buenas condiciones para su utilización; además nunca pierda la concentración en el manejo y siempre tiene que estar atento a las condiciones del entorno, como por ejemplo, un piso resbaladizo.

Evite los riesgos de choques. Los vehículos que no están en buenas condiciones no deben usarse sin antes ser revisados y reparados por personal competente.

#### 4.1. Causas de choques

- Visión desgastada por la edad.
- No usar lentes para el manejo, teniendo que hacerlo.
- Falta de concentración en la conducción.
- Vehículo en malas condiciones.
- Pisos resbaladizos.

#### 4.2. Medidas de prevención

- Realizar exámenes médicos para verificar la capacidad de visión.
- Uso de lentes, para aquellos que lo requieren.
- Capacitación a los conductores.
- Verificar que los vehículos estén en buenas condiciones para el uso.
- Realizar mantenimiento a vehículos.

### 5. Riesgos de atropellamientos

La circulación inadecuada de los vehículos a velocidad excesiva y el mal estado de los frenos, así como la falta de experiencia del conductor o la desconcentración debido a un estrés, son posibles causas de atropellamientos. En virtud de lo anterior, para evitar estos riesgos, conduzca a velocidad moderada, realice una revisión rutinaria de su vehículo y capacítese, con el fin de tener más herramientas para efectuar un manejo seguro.

No descuide las condiciones de su vehículo, respete las velocidades máximas indicadas y esté atento a las condiciones de su entorno.

#### 5.1. Causas de atropellamientos

- Inexperiencia del conductor.
- Reducción de la concentración por estrés.
- Frenos en mal estado.
- Circulación inadecuada de los vehículos, velocidad excesiva.

## 5.2. Medidas de prevención

- Realizar capacitación al conductor.
- Conducir a velocidad moderada.
- Revisar el vehículo (frenos, neumáticos, etc.).
- Poner atención a los movimientos de su entorno.

## 6. Riesgo de atrapamientos

Un conductor puede verse expuesto al riesgo de quedar atrapado, por ejemplo, cuando choca con otro vehículo o al volcarse. No obstante, también puede estar expuesto al riesgo de atrapamientos por una caída de materiales desde alguna estantería en su trabajo. Por lo mismo, la concentración y la capacitación que se tengan son fundamentales para evitar los riesgos de accidentes que impliquen la posibilidad de atrapamientos para los conductores.

No pierda la concentración en el manejo y evite los riesgos de accidentes.

### 6.1. Causas de atrapamientos

- Choques con otros vehículos.
- Descuido del conductor.
- Volcamiento del vehículo.
- Caída de materiales desde las estanterías.

### 6.2. Medidas de prevención

- Concentración del conductor.
- Capacitación del conductor.

## 7. Caídas al mismo y distinto nivel

Un derrame de aceite o herramientas botadas en el piso pueden hacer que la superficie por la cual usted camina no esté en las mejores condiciones. Evite los riesgos de caídas usando un calzado adecuado, limpiando las superficies de tránsito y manteniendo un correcto orden de las herramientas que utiliza.

Si utiliza herramientas de su vehículo, guárdelas en su lugar apenas finalice el uso; no las deje botadas sin ningún orden.

## 7.1. Causa de caídas al mismo y distinto nivel

- Pisos resbaladizos (derrame de aceite).
- Acceso a lugares elevados del vehículo.
- Tropiezo con herramientas y objetos situados en el suelo.
- Calzado inadecuado.

## 7.2. Medidas de prevención

- Usar calzado adecuado.
- Revisar que no haya derrames de líquidos en el suelo.
- Después de utilizar las herramientas del vehículo (gata, alicates, etc.), guárdelas inmediatamente.

## 8. Riesgo de sobreesfuerzos

Manejar prologadamente por muchas horas, mantener posturas forzadas en la conducción o levantar cargas pesadas que excedan su capacidad física pueden exponerlo al riesgo de sobreesfuerzos. Para evitar este tipo de riesgos, realice pausas durante su viaje y en lo posible haga estiramiento de músculos que se han esforzado en demasía. Asimismo, con el fin de apoyar la región lumbar, use almohadas o cojines.

El manejo prolongado puede exponerlo al riesgo de sobreesfuerzos. Con el fin de evitar este riesgo, realice pausas durante su viaje.

### 8.1. Causas de sobreesfuerzos

- Manejar prolongadamente por horas el vehículo.
- Postura de manejo en forma forzosa.
- Levantar cargas pesadas.

### 8.2. Medidas de prevención

- Hacer pausas durante el viaje.
- Usar almohadas o cojines para apoyar la región lumbar.
- Realizar estiramientos de músculos que se han esforzado en demasía.

# Ficha Resumen

## Prevención de riesgos en conductores de vehículos

### Riesgos de accidentes en conductores de vehículos

1. Volcamientos.
2. Choques.
3. Atropellamientos.
4. Atrapamientos.
5. Caídas al mismo y distinto nivel.
6. Sobreesfuerzos.

#### 1. Volcamientos

##### Riesgos

- Inexperiencia del conductor.
- Malas aptitudes físicas para manejar.
- Malos hábitos de conducción.
- Deterioro de los neumáticos.
- Vías de tránsito en mal estado.

##### Prevención

- Capacitación a los conductores de vehículos.
- Modificar hábitos de manejo.

#### 2. Choques

##### Riesgos

- Visión desgastada por la edad.
- No usar lentes para el manejo, teniendo que hacerlo.
- Falta de concentración en la conducción.
- Vehículo en malas condiciones.
- Pisos resbaladizos.

##### Prevención

- Realizar exámenes médicos para verificar la capacidad de visión.
- Uso de lentes, para aquellos que lo requieren.
- Capacitación a los conductores.
- Verificar que los vehículos estén en buenas condiciones para el uso.
- Realizar mantenimiento a vehículos.

#### 3. Atropellamientos

##### Riesgos

- Inexperiencia del conductor.
- Reducción de concentración por estrés.
- Frenos en mal estado.
- Circulación inadecuada de los vehículos, velocidad excesiva.

## Prevención

- Realizar capacitación al conductor.
- Conducir a velocidad moderada.
- Revisar el vehículo (frenos, neumáticos, etc.).
- Poner atención a los movimientos de su entorno.

## 4. Atrapamientos

### Riesgos

- Choques con otros vehículos.
- Descuido del conductor.
- Volcamiento del vehículo.
- Caída de materiales desde las estanterías.

### Prevención

- Concentración del conductor.
- Capacitación del conductor.

## 5. Caídas al mismo y distinto nivel

### Riesgos

- Pisos resbaladizos (derrame de aceite).
- Acceso a lugares elevados del vehículo.
- Tropiezo con herramientas y objetos situados en el suelo.
- Calzado inadecuado.

### Prevención

- Usar calzado adecuado.
- Revisar que no haya derrames de líquidos en el suelo.
- Después de utilizar las herramientas del vehículo (gata, alicates, etc.), guárdelas inmediatamente.

## 6. Sobreesfuerzos

### Riesgos

- Manejar prolongadamente por horas el vehículo.
- Postura de manejo en forma forzada.
- Levantar cargas pesadas.

### Prevención

- Hacer pausas durante el viaje.
- Usar almohadas o cojines para apoyar la región lumbar.
- Realizar estiramientos de músculos que se han esforzado en demasía.

# GUIA DE AUTOEVALUACION

## Prevención de riesgos en conductores de vehículos

### I. Responda verdadero o falso

V F

- |   |                          |                          |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 1. Conducir no es una actividad que presente riesgos de sobreesfuerzos.   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Un cuadro de estrés lo expone a tener menos concentración en el manejo.  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Si alguien tiene ciertos hábitos de manejo que no son correctos, pero nunca le ha pasado nada, no es necesario modificarlos. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Si tiene que usar lentes, no debe buscar excusas para no usarlos.  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Al conducir es necesario estar atento a lo que sucede en el entorno.   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

### II. Seleccione una alternativa

#### 1. Un volcamiento puede ser causado por:

- a. Inexperiencia del conductor.
- b. Malos hábitos de conducción.
- c. Deterioro de neumáticos.
- d. Vías de tránsito en mal estado.

- I. Alternativas a y d
- II. Alternativas b y c
- III. Alternativas a, c y d
- IV. Todas las alternativas

#### 2. Hay riesgos de sobreesfuerzos:

- a. Al manejar prolongadamente el vehículo.
- b. Al realizar pausas en la conducción.
- c. Por levantar cargas pesadas.
- d. Por usar cojines en la región lumbar.

- I. Alternativas a y c
- II. Alternativa c
- III. Alternativas a, b y d
- IV. Ninguna de las alternativas

#### 3. Son causas de choques:

- a. No usar lentes para el manejo, teniendo que hacerlo.
- b. Falta de concentración en la conducción.
- c. Vehículo en malas condiciones.
- d. Pisos resbaladizos.

- I. Alternativas a, b y c
- II. Alternativas c y d
- III. Alternativas a, c y d
- IV. Todas las alternativas

## 4. ¿Cuál alternativa es correcta?

- a. No es necesaria tanta concentración en el manejo si es que se conoce la ruta y tiene mucha experiencia al volante.
- b. Los malos hábitos de conducción deben ser corregidos para evitar riesgos de accidentes.
- c. Los neumáticos deteriorados no representan un gran peligro para alguien que sabe manejar.
- d. Si tiene que usar lentes pero le incomodan, puede quitárselos si es que cree que puede manejar sin ellos.

- I. Alternativa a
- II. Alternativa b
- III. Alternativa c
- IV. Alternativa d

## 5. Hay riesgos de atrapamientos:

- a. Cuando ocurre un choque
- b. Por descuido del conductor
- c. Al volcar un vehículo
- d. Por caída de materiales de estanterías

- I. Alternativa a
- II. Alternativas a y c
- III. Alternativas b, c y d
- IV. Todas las alternativas

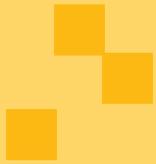
## Respuestas

### I. Verdadero o falso

- 1. F
- 2. V
- 3. F
- 4. V
- 5. V

### II. Seleccione una alternativa

- 1. IV
- 2. I
- 3. IV
- 4. II
- 5. IV



**Asociación Chilena de Seguridad**  
Gerencia de Prevención

Subgerencia de Capacitación y Publicaciones

Av. Vicuña Mackenna 152  
Providencia  
Fono : 685 2734  
Fax : 685 2702

[www.achs.cl](http://www.achs.cl)