

Newsletter: Prevención y Bienestar

Sector transporte

ACCIDENTES NO TRAUMÁTICOS



Los accidentes no traumáticos son aquellos que no están causados por un golpe, caída o impacto externo, sino que derivan de procesos fisiológicos o enfermedades que se manifiestan durante la jornada laboral.

¿Qué son los accidentes no traumáticos más frecuentes en transporte?

- Infartos y problemas cardiovasculares: estrés, largas jornadas y mala alimentación aumentan su riesgo.
- Golpes de calor o deshidratación: frecuentes en rutas largas sin climatización adecuada.
- Pérdida de conocimiento súbita (síncope): por hipoglucemias, tensión baja o problemas cardíacos.

- Crisis de ansiedad o nerviosas: derivadas de situaciones de presión, atascos, retrasos y trato con usuarios.

Factores de riesgo específicos en transporte

- ✓ Largas horas de conducción sin pausas.
- ✓ Posturas prolongadas y sedentarismo.
- ✓ Estrés y fatiga mental.
- ✓ Turnos nocturnos o cambios de turno sin descanso suficiente.
- ✓ Alimentación rápida y desequilibrada.

Prevención: Claves para empresas y trabajadores

- ✓ Promover revisiones médicas periódicas para detectar patologías previas.
- ✓ Planificar pausas activas y estiramientos durante la jornada.
- ✓ Fomentar hábitos de vida saludables, incluyendo alimentación y descanso.
- ✓ Formar en primeros auxilios y detección de síntomas para actuar ante emergencias.
- ✓ Reducir el estrés laboral con una buena organización de rutas y horarios.

Importancia de la actuación inmediata

Si un conductor o trabajador del transporte presenta síntomas (dolor en pecho, mareo, sudor frío, dificultad para respirar), es vital:

1. Detener el vehículo con seguridad.
2. Solicitar asistencia médica inmediata.
3. Informar a la empresa y servicios de emergencia.

Recuerda: Cuidar la salud integral de los trabajadores reduce la siniestralidad y mejora la seguridad vial para todos.



CEOE Castilla y León

Calle Florencia 8, 47007, Valladolid

Este e-mail se envió a rfrechoso@ceoecyl.es

Lo recibiste porque estás suscrit a nuestra newsletter.

[Ver en navegador](#) | [Cancelar suscripción](#)

