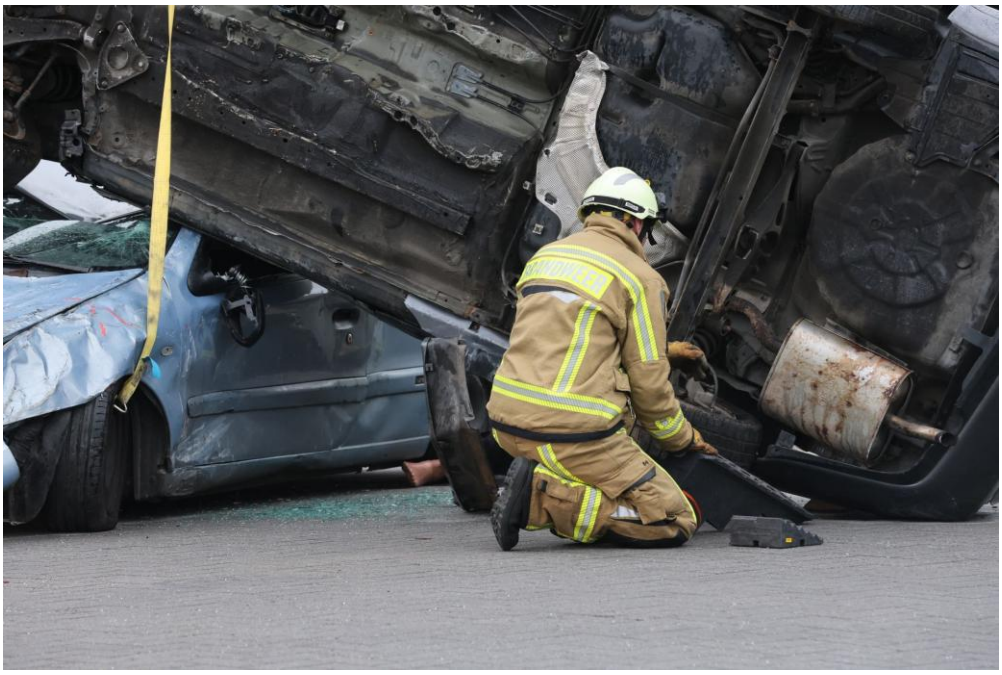
CEOE Castilla y León | NOS IMPULSA | Junta de Castilla y León

BOLETÍN PREVENCIÓN Y BIENESTAR

LA PREVENCIÓN TAMBIÉN VIAJA CONTIGO. SEGURIDAD VIAL EN LOS DESPLAZAMIENTOS LABORALES



Los desplazamientos forman parte de la vida laboral: ir y volver del trabajo, visitar clientes, realizar entregas o trasladarse entre centros. En todos ellos pueden producirse accidentes con consecuencias para quien conduce, las personas acompañantes y otros usuarios de la vía. La prevención debe acompañarnos desde la preparación del trayecto hasta la llegada al destino.

La seguridad vial depende de la interacción entre la persona, el vehículo, la vía y la organización del desplazamiento. Una ruta conocida también exige atención; un recorrido corto también requiere protección. El objetivo es evitar los accidentes y reducir sus consecuencias cuando se producen.

¿Qué riesgos existen durante la circulación?

El riesgo vial es la posibilidad de sufrir daños durante un desplazamiento. Puede materializarse en colisiones, alcances, atropellos, salidas de la vía o vuelcos.
Factores como la velocidad, las distracciones o el estado de los neumáticos pueden favorecer estos sucesos; otros, como la falta de cinturón, agravan sus consecuencias.

Varios factores pueden coincidir y aumentar el peligro:

1. Velocidad excesiva o inadecuada

La velocidad es excesiva cuando supera el límite permitido e inadecuada cuando no se ajusta a las condiciones reales, aunque esté por debajo de ese límite. Circular demasiado rápido reduce el tiempo disponible para reaccionar, aumenta la distancia necesaria para detenerse y agrava los daños en una colisión.

Medidas de prevención. Respetar los límites y reducir la velocidad ante curvas, cruces, obras, tráfico intenso o poca visibilidad. Adaptarla también a la carga y al estado de la calzada. La planificación del trabajo debe permitir llegar sin recurrir a excesos de velocidad para recuperar retrasos.

2. Distancia de seguridad insuficiente

Circular demasiado cerca del vehículo precedente deja poco margen ante una frenada o un obstáculo. El riesgo de alcance aumenta si la vía está mojada, la visibilidad es reducida o el vehículo necesita más espacio para detenerse.

Medidas de prevención. Mantener una separación que permita frenar sin colisionar si el vehículo de delante se detiene. Aumentarla cuando empeoren la adherencia o la visibilidad. Observar el tráfico más allá del vehículo inmediato y evitar incorporaciones o cambios de carril que eliminen el margen de seguridad de otros usuarios.

3. Distracciones y pérdida de atención

Una distracción puede apartar la vista de la vía, las manos de los mandos o la atención de la conducción. Usar el móvil, manipular el navegador, buscar objetos o mantener conversaciones exigentes puede impedir detectar una señal, un peatón o una retención a tiempo.

Medidas de prevención. Programar la ruta y ajustar los dispositivos antes de iniciar la marcha. Evitar llamadas y mensajes mientras se conduce, incluso si el vehículo dispone de manos libres. Para atender una comunicación, estacionar en un lugar seguro. La empresa debe organizar las comunicaciones para que no exijan respuestas durante la conducción.

4. Fatiga y somnolencia

La fatiga disminuye la capacidad para mantener el esfuerzo y la atención; la somnolencia es la tendencia a quedarse dormido. Ambas perjudican la percepción y la reacción. La falta de descanso, los turnos, las jornadas prolongadas y la monotonía pueden favorecer su aparición.

Medidas de prevención. Iniciar el viaje descansado y prever pausas. Detenerse en un lugar seguro ante bostezos repetidos, párpados pesados o dificultad para concentrarse. Abrir la ventanilla o subir la música no sustituye el descanso. Si no se está en condiciones de continuar, posponer el trayecto

o recurrir a otra opción de transporte. Tener en cuenta el cansancio al regresar tras la jornada.

5. Alcohol, drogas y medicamentos
El alcohol y las drogas alteran capacidades necesarias para conducir, como la coordinación, la percepción y la toma de decisiones. Algunos medicamentos también pueden causar somnolencia, mareos u otros efectos que comprometen la seguridad, especialmente al iniciar o modificar un tratamiento.

Medidas de prevención. No consumir alcohol ni drogas si se va a conducir. Revisar las advertencias de los medicamentos y consultar al personal sanitario sobre su compatibilidad con la conducción. No modificar por cuenta propia un tratamiento. Ante efectos que afecten a la atención o al control del vehículo, evitar conducir y organizar una alternativa.

6. Prisas, estrés y exceso de confianza
La presión por llegar a tiempo puede favorecer decisiones precipitadas, maniobras agresivas y menor atención. A su vez, conocer el recorrido o tener mucha experiencia puede llevar a infravalorar riesgos y dejar de observar cambios en el entorno.

Medidas de prevención. Salir con margen, mantener una actitud serena y evitar discusiones con otros usuarios. Ante un retraso, comunicarlo cuando se pueda hacer con seguridad. Planificar rutas y tiempos realistas, contemplando tráfico, pausas y estacionamiento. Revisar las condiciones del trayecto, aunque sea habitual y evitar conducir si el estado emocional impide hacerlo con seguridad.

7. Condiciones de la vía y meteorología adversa
La lluvia, el hielo o la nieve pueden reducir la adherencia; la niebla, la oscuridad o el deslumbramiento dificultan la visión. El viento puede alterar la estabilidad. Obras, baches, obstáculos y señalización provisional también pueden exigir cambios de trayectoria o frenadas.

Medidas de prevención. Consultar el estado del tráfico y la previsión antes de salir. Reducir la velocidad, aumentar la distancia de seguridad y evitar maniobras bruscas. Mantener limpios los cristales y utilizar el alumbrado adecuado. Seguir las indicaciones de las autoridades y, si no es posible circular con seguridad, aplazar el desplazamiento o detenerse en un lugar apropiado fuera de la circulación.

8. Deficiencias de mantenimiento del vehículo
Los neumáticos deteriorados, los fallos de frenos o dirección y el mal funcionamiento de luces o limpiaparabrisas pueden dificultar el control del vehículo o la detección de peligros. Una avería durante el trayecto también puede dejar a sus ocupantes expuestos al tráfico.

Medidas de prevención. Realizar las revisiones e inspecciones que correspondan y seguir el mantenimiento indicado por el fabricante. Comprobar presión y estado de neumáticos, alumbrado, visibilidad y avisos del cuadro. Comunicar los defectos detectados y retirar del servicio los vehículos con fallos

que comprometan la seguridad hasta su reparación. La empresa debe establecer responsables y registros de mantenimiento.

9. Carga mal distribuida o sin asegurar
El exceso de carga o una distribución inadecuada pueden afectar a la estabilidad y a la respuesta del vehículo. Si la carga se desplaza, puede favorecer la pérdida de control; los objetos sueltos pueden golpear a los ocupantes durante una frenada o colisión.

Medidas de prevención. Respetar las capacidades autorizadas, distribuir la carga según las características del vehículo y sujetarla con sistemas adecuados. Proteger a las personas frente a la zona de carga y evitar objetos sueltos en el habitáculo. Comprobar que no se obstaculizan la visión ni los mandos y adaptar la conducción al peso transportado.

10. Protección insuficiente de los ocupantes
No utilizar correctamente los elementos de protección aumenta la gravedad de las lesiones. En un impacto, una persona sin cinturón puede golpearse, salir despedida o lesionar a otros ocupantes. El airbag complementa el cinturón y no lo sustituye.

Medidas de prevención. Abrochar el cinturón en todas las plazas antes de iniciar la marcha, también en trayectos cortos. Ajustar asiento y reposacabezas y comprobar el correcto apoyo del cinturón. En motocicleta, utilizar casco homologado bien abrochado y equipamiento de protección adecuado. La prevención debe incluir a todas las personas que viajan en el vehículo.

¿Cómo integrar la seguridad vial en la empresa?

La empresa debe analizar la movilidad asociada a su actividad: quién se desplaza, para qué, con qué vehículos, por qué rutas y en qué horarios. A partir de ese análisis, conviene priorizar medidas que reduzcan la exposición, como evitar viajes innecesarios o utilizar alternativas adecuadas cuando sean viables.

La organización preventiva puede concretarse en tiempos realistas, pausas previstas, vehículos apropiados, mantenimiento y formación. Debe existir un procedimiento sencillo para comunicar defectos, incidentes y condiciones que impidan conducir con seguridad. Revisar accidentes y situaciones de peligro permite corregir causas y comprobar si las medidas están funcionando.

Antes de cada desplazamiento, resulta útil comprobar tres aspectos: que la persona está en condiciones de conducir, que el vehículo es seguro y que el trayecto puede realizarse sin prisas.

Durante el viaje, la prioridad es mantener la atención y adaptar la conducción a lo que sucede. Si las condiciones cambian, hay que revisar la decisión de continuar.

CEOE Ávila

FAE Empresas Burgalesas

FELE Empresas de León

CEOE Empresas de Palencia

CEOE CEPYME Empresas de Salamanca

fes federaciónempresarialsegoviana

FOES

CEOE Valladolid

CEOE Zamora