

ACCESSING SAFETY KNOWLEDGE (ASK) SHEET: *LOS CINCO MAYORES COMPORTAMIENTOS QUE PROVOCAN ACCIDENTES*

Todos somos responsables de la forma en que conducimos y de nuestros hábitos. A medida que obtenemos el control de los malos hábitos de conducción, disminuimos la posibilidad de accidentes. A continuación se enumeran comportamientos que, si se eliminan, disminuirían significativamente nuestra posibilidad de tener un accidente automovilístico. Cada uno de nosotros necesita examinar nuestros comportamientos.

Seguir muy cerca y no mantener una distancia segura

La medida de distancia que mantiene entre usted y el vehículo delante de usted tiene una relación directa con los accidentes de la parte trasera. Todo profesional de la seguridad recomienda mantener entre 2 y 3 segundos de distancia de conducción entre usted y el vehículo de delante. Cuanto más rápido conduzca o más grande sea su vehículo, deberá inclinarse hacia los segundos "3". Esto es fundamental para darse tiempo para reaccionar a las condiciones cambiantes. El fallo de su parte resultará en un accidente si el vehículo en la parte delantera se detiene inesperadamente. ¡Mantenga su distancia!

Distracciones – Dedique su atención a la conducción y lo que está pasando a tu alrededor

Al conducir un vehículo su atención debe estar en lo que está haciendo - 100% en la conducción. Cualquier varianza o distracción puede conducir a consecuencias catastróficas.

Al conducir, toda su atención debe estar en la carretera por delante, otros vehículos, eventos que podrían ocurrir en un instante. Cualquier distracción te impide ver el siguiente peligro. Las distracciones que causan más peligro son:

- Teléfonos celulares – llamadas/ mensajes de texto
- Objetos en el vehículo – radio, papeles, etc.
- Personas en el vehículo – pasajeros
- Eventos y escenas fuera del vehículo
- Fatiga o sueños despiertos

Todos pueden causar accidentes y es necesario evitarlos activamente. Dedique su atención a la conducción.

Intersecciones y falta de cuidado adicional - Cada vez que llega a una intersección, usted está llegando a un lugar que ofrece múltiples áreas donde el peligro puede venir de.

- La persona que ande dando vuelta frente a ti desde la izquierda o la derecha.
- Peatones que están hablando, sin reconocer que está un carro allí.
- La gente parada en las señales de alto, no te esperan.
- Vehículo en luz roja, y se vuelve verde, y están de las carreras.
- Niños, animales, vagabundos, etc., todos parecen aparecer de la nada!

Recuerda, sus ojos pueden verte, pero a menos que sus mentes estén comprometidas, lo visual nunca se registra.

Reacción a eventos externos

Cuando conducimos, los eventos que nos rodean están cambiando. Tenemos que aprender a esperar lo inesperado.

Un mundo en constante cambio es una ocurrencia regular.

- Clima
- Condiciones de la carretera
- Otros conductores
- Vehículos de emergencia
- Niños y animales

¡TU! ¿Cómo es tu comportamiento? ¿De verdad estás listo para conducir?

- Alerta de actitud, suficiente sueño, ¿mente comprometida?
- ¿No hay estímulo emocional? ¿Sin ira, rabia, etc.?
- ¿Conoces tu ruta? ¿Lo has pensado bien?
- ¿Su vehículo está seguro? ¿Lo has revisado?
- ¿Hay sustancias químicas en su cuerpo (legales o ilegales) que podrían afectar su capacidad para conducir?
- ¿Has considerado todas las posibilidades?

Recuerde:

- Espere lo inesperado
- Date tiempo para reaccionar
- Esté preparado... él conducir necesita terminar con usted de forma segura en su destinación .

Provided by the ASA – Houston Chapter Safety & Health Committee and **ADAMS**
P.O. Box 924943 • Houston, Texas 77292 • 281.679.1877 • asahouston.org • asa@asahouston.org INSURANCE SERVICE