



Nombre de Compañía: _____ Localidad del sitio de trabajo: _____
 Fecha: _____ Tiempo Empezaron: _____ Tiempo Terminaron: _____ Supervisor: _____

Tópico 318: Teléfonos Celulares y Conducción Distraído

Introducción: Teléfonos celulares están donde quiera hoy en día, y la conveniencia que proveen es excepcional. Hay muchos beneficios usando un teléfono celular, pero también hay algunos peligros. Teniendo uno a mano para llamar por ayuda cuando tu vehículo se avería, o para reportar un accidente, es una herramienta útil. Conduce en tráfico pesado durante hora punta, o por zonas de construcción mientras chateando con tu oficina, un cliente, un amigo, o tu cónyuge es un peligro innecesario para ti mismo y otros conductores en la carretera. Legislatura ha sido, o es promulgado en muchos estados contra uso de teléfonos celulares mientras conduce, o por lo menos requiriendo equipo de manos libres debido al alarmante número de accidentes que gente ha tenido de hablar en sus teléfonos celulares. Para reducir los peligros de hablando mientras conduce, algunos lugares han prohibido el uso de teléfonos celulares totalmente mientras conduce. Siguiendo son pautas para evitar distraída conducción:

Un estudio en la Universidad de Utah llegó a las siguientes conclusiones sobre la distracción de uso de teléfonos celulares mientras conduce:

- **Es hablando** con alguien que no esta presente que es el mas grande distracción; mucho mas de que hablando con un pasajero o escuchando la radio.
- **Ejecución de conducto** mientras habla en un celular es deteriorado a niveles comparables a, o peor que, conduce con un nivel de alcohol de .08, lo cual es el limite legal en muchos estados.
- **En tráfico denso**, los que usaban celulares eran 20% más despacio a responder a peligros imprevistos que otros conductores.
- **Utilizadores de teléfonos celulares** eran dos veces más probables de golpear detrás un auto frenando enfrente de ellos.
- **Utilizadores de teléfonos celulares** están extrayendo solamente como 50% de la información visual mientras conduce que conductores que no usan celulares procesan.



Nota: Hay muchos mas estudios de varios fuentes referente a uso de teléfonos celulares mientras conduce. Según un estudio, el uso de un teléfono celular mientras conduce aumenta el riesgo cuatro veces de teniendo un accidente. Otro estudio encontró que usando un teléfono celular en un vehículo aumenta el riesgo de siendo involucrado en un accidente por 34%. Aunque todos no pueden acceder al nivel de deterioramiento causado por esta distracción; todos han accedido que es una gran distracción y una practica desaconsejada.



En orden de mantenerse un conductor seguro mientras usando tu teléfono celular, use sentido común:

- **Ceñirse** a lado del camino o dentro un estacionamiento para hablar en el teléfono.
- **Utiliza un juego "mano libre"** aunque no es requerido en tu estado.
- **Si tienes** pasajeros en el vehículo contigo, deje alguien que haga la llamada por ti.
- **Si ninguno de lo más arriba** es posible y debes hacer una llamada, mantenga la conversación breve y cuelga el teléfono o simplemente déjalo caer si encuentras una situación riesgosa de conducto. Conducto seguro tiene preferencia sobre etiqueta de teléfono; puedes explicarles después.
- **Mantenga mas grande** distancia entre tu vehículo y otros vehículos mientras habla por teléfono.
- **No margue** el teléfono mientras en tráfico. Espere una parada o salte seguramente del camino.
- **Mantenga conversaciones cortas.** No use el celular mientras conduce para visitas sociales u otras innecesarias tareas que serán mejor tomadas después cuando no arriesga la vida tuya o de otros.



Conclusión: Estudios psicológicos enseñan que ya sea hablando con un pasajero o alguien en el teléfono, gente son menos capaz de recordar los detalles de una conversación llevada mientras conduce. Así, en adición a tu salud física, quizás no será sabio discutir negocio o relaciones personales en el teléfono mientras estas conduciendo.

Revisión del Sitio de Trabajo

Peligros específicos del sitio de trabajo y sugerencias de seguridad: _____

Firma de Empleado:

(Mi firma atestigua y verifica mi comprensión de y conformidad a acatar con todas pólizas y regulaciones de seguridad, y que no he sufrido, experimentado, o sostenido cualquier lesión o enfermedad relacionado con el trabajo)

Firma de Forman/Supervisor:

Esta pauta no reemplaza regulaciones locales, estatales o federales y no deben ser interpretadas como sustitución, o interpretación legal de las regulaciones de OSHA.