

Para algunos de nosotros, lo más peligroso que hacemos diario es conducir hacia y desde el trabajo. Para otros, conducir simplemente es parte de sus labores. Para llevar a cabo estas tareas con seguridad de manera cotidiana, debemos incorporar las siguientes técnicas en nuestro transporte diario.

- Camine alrededor de su vehículo para evaluar su condición antes de salir en él.
- Asegure todos los objetos sueltos en su vehículo. No intente atrapar los objetos que se resbalen dentro de su auto.
- Siempre mueva los ojos, mirando constantemente a sus espejos retrovisores y laterales hacia arriba, atrás y a ambos lados del vehículo. Mantenga un campo visual de 2 o 3 automóviles de longitud frente a usted.
- Al cambiar de carriles, gire su cabeza físicamente para verificar su punto ciego, luego de revisar sus espejos retrovisores y laterales.
- Siempre busque motocicletas, bicicletas, peatones y vehículos pequeños similares.
- Deje al menos 2 segundos frente a usted entre su auto y el que va delante de usted. Durante mal tiempo, aumente esto a 5 segundos.
- Siempre cuente con una salida. Evite permanecer junto a otros automóviles; adelántese o mantenga su distancia para darse espacio de maniobra en caso de que pase algo.
- Deténgase antes de las luces rojas y adelántese un poco para ver mejor en ambas direcciones.
- Evite usar un teléfono celular cuando sea posible. Si es necesario, siempre utilice un dispositivo a manos libres.
- Siempre utilice la señalización y de la señal antes de tiempo para comunicar sus intenciones a los otros conductores.
- Evite conducir cuando sufra emocionalmente o esté cansado. Deténgase a respirar aire fresco o muévase para despertar.
- Evite retroceder siempre que pueda. Entre en reversa siempre en los espacios de estacionamiento cuando sea posible.
- Use el cinturón de seguridad.
- Sea predecible; evite cambiar varios carriles a la vez y usar la señalización a último minuto.
- Observe y cumpla todas las leyes de tráfico.
- PONGA ATENCIÓN, o puede ser demasiado tarde.

Ayude a reducir la posibilidad de accidentes vehiculares practicando estos consejos todo el tiempo. Permanezca alerta y recuerde que un conductor a la defensiva es un conductor seguro.

Firma de los empleados que atendieron:

Fecha

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_