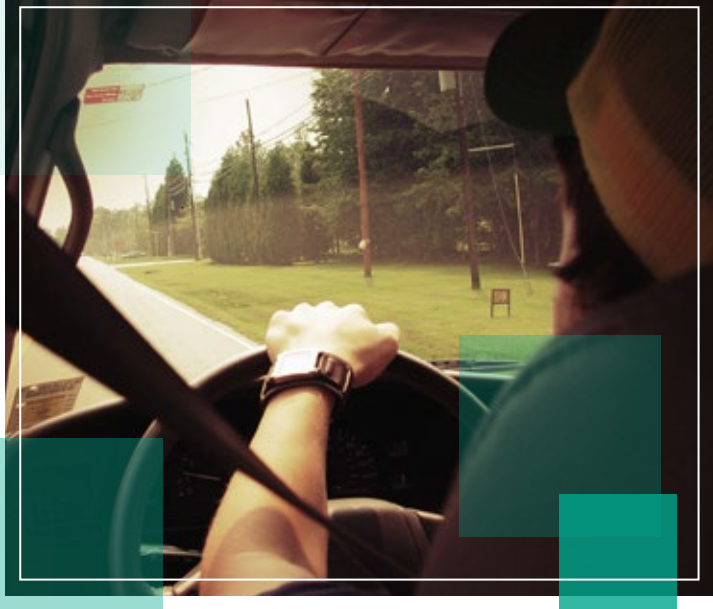




Manejo defensivo

Riesgos y recomendaciones
básicas de seguridad

GALENO ART



Seguridad en la conducción.

Llamamos seguridad al conjunto de medios, medidas, normas y actuaciones personales que tienen como fin que el viaje se desarrolle tal como estaba previsto.

Aumentar las garantías de un viaje sin problemas

Entendemos por:

Medio: El automóvil, la carretera, la nafta, las ruedas, etc.

Medidas: Todas aquellas disposiciones que ordenen, aconsejan o toman el Gobierno, la Dirección de Tránsito, y demás Instituciones oficiales.

Normas: Son el conjunto de actitudes y conductas que sin ser de obligado cumplimiento son aconsejadas por los Expertos en Seguridad, Compañías fabricantes de automóviles, o por la propia empresa.

Actuaciones personales: Son todas aquellas actividades y formas de conducta, correctas o incorrectas, que practicamos durante el viaje.



CONDUCCIÓN DEFENSIVA

es la suma de dos técnicas:

SABER CONDUCIR + SABER CIRCULAR

La conducción segura alcanza una mayor dimensión cuando se habla de **CONDUCCIÓN DEFENSIVA**.

- **Conducir:** Es dominar el coche, dirigirlo y controlar su movimiento y velocidad.
- **Circular:** Es el conocimiento de las normas y medidas dictadas y su aplicación y cumplimiento en cada caso.

El consejo Interamericano de Seguridad define la **Conducción Defensiva** como “la conducción sin accidentes a pesar de las acciones incorrectas de los demás y de las condiciones adversas”.

Conducción defensiva

La Conducción defensiva tiene como objetivo conseguir mayor seguridad en la circulación mediante:

- Revisiones obligatorias y periódicas del vehículo.
- Equipamiento adecuado (recambio, accesorios, documentación, etc).
- Planificación del viaje y análisis del itinerario con previsión de tiempo holgado.
- Condiciones personales adecuadas (físicas y/o emocionales).
- Dominio de la conducción.
- Previsión de incidencias probables (emergencias, averías, terceros, obstáculos).
- Conocimiento y acatamiento de normas y medidas.
- Respeto, cortesía e imagen.

Estado del conductor

- Iniciar el viaje habiendo descansado suficientemente.
- Evitar conducir inmediatamente después de comer.
- Procurar evitar la conducción bajo los efectos del alcohol, drogas, fármacos u otras sustancias que puedan disminuir las facultades del conductor.
- Algunos medicamentos pueden producir somnolencia y pérdida de reflejos. Consultar con el médico.
- Si se necesitan anteojos llevar de repuesto.

El conductor es la clave para la conducción y circulación

Mantenimiento del vehículo

- Antes de utilizar un vehículo asegurar que ha sido revisado y que se encuentra en perfecto estado de funcionamiento.
- Comprobar previamente a su utilización: frenos, dirección, luces, presión de los neumáticos y dibujo de éstos (incluida rueda de repuesto), niveles de agua y de aceite.
- Sustituir periódicamente: aceite del motor, filtros (aire y aceite), bujías y correa de distribución.
- Un buen mantenimiento preventivo puede evitar accidentes y averías.
- Presentar el vehículo en la Inspección Técnica cuando corresponda.
- Llevar los repuestos y accesorios necesarios.
- Llevar siempre la documentación del vehículo, del seguro de éste y la propia del conductor.
- Mantener los cristales y espejos retrovisores limpios.
- Revisar las placas de matrícula, integridad, numeración y limpieza.
- Comprobar estado del limpiaparabrisas, gomas y sujeción.

Revisión periódica oficial
+
mantenimiento preventivo
+
repuestos y herramientas

Normas de conducción y circulación

- Usar correctamente el cinturón de seguridad y comprobar que los acompañantes lo usan y saben desabrocharlo.
- Conducir prudentemente. El arte de conducir consiste en advertir las dificultades del tránsito.
- Respetar las señales de tránsito.
- Adaptarse a la velocidad del tránsito.
- Extremar las precauciones si conduce en condiciones adversas, niebla, hielo, lluvia, etc.
- Advertir sus maniobras a los demás usuarios, mediante la señalización adecuada y con suficiente antelación.
- Durante los viajes largos hacer un descanso breve cada dos horas (tres como máximo).
- Si se alarga el trayecto incrementar la frecuencia de los descansos.
- Durante el viaje hacer comidas ligeras.
- Si nota sueño parar en un lugar seguro y descansar unos minutos.
- Utilizar los espejos retrovisores en las maniobras.
- Antes de cambiar de carril asegúrese que el que pretende ocupar está libre.
- Mantener la distancia adecuada con el vehículo de adelante (al menos dos segundos).
- Al detenerse detrás de un vehículo dejar una distancia tal que pueda ver sus ruedas traseras tocando el suelo.
- Usar apropiadamente los frenos. Cuanto mayor es la velocidad a la que se frena, más difícil es controlar el vehículo y aumentar la distancia de frenado.

En caso de accidente

- Detenerse sin crear más peligro para la circulación.
- Utilizar los dispositivos de señalización.
- Si hubiera resultado herida alguna persona, proteger a la víctima de otros posibles daños.
- Tener en cuenta los primeros auxilios y si es preciso solicitar ayuda.
- Evitar, si no hay peligro para la circulación, la modificación del estado de las cosas y la desaparición de huellas.
- Informar a las autoridades si hubiese muertos o heridos y volver al lugar del accidente.
- Permanecer en el lugar hasta la llegada de auxilio y autoridades tratando de suavizar la situación.
- Procurar evidenciar las coberturas del seguro y tomar los datos precisos.
- En caso de accidente sin daños personales intentar restablecer la circulación y mantener en lo posible la seguridad.





GALENO ART Servicio a Empresas
servicioempresas@galenoart.com.ar
www.galenoart.com.ar
0-800-333-0808

Cuidamos lo más valioso, tu gente.