



# 5 minute safety talk

## Driver Safety

### Fleet safety

More than 35,000 people die in crashes every year on U.S. roads. That comes to about 96 deaths every day – or four deaths every hour. Many of those deaths are the result of incidents that take place during the workday or during the commute to-and-from work. More than 90% of crashes are the result of driver error and, therefore, are preventable.

Employers absorb the brunt of costs for injuries that occur both on and off the job through items such as lost work days and insurance premiums. Whether you manage a fleet of vehicles, oversee a mobile sales force or simply employ commuters, by implementing a driver safety program in the workplace, you can greatly reduce risks faced by your employees and their families while protecting your company's bottom line.

### Distracted driving

Thousands die every year in incidents involving smartphones and distractions from dashboard infotainment systems. Many employers have enacted cell phone driving policies. Typically, these policies ask employees to:

- Program/start GPS equipment prior to starting the vehicle or pull over and park if changes need to be made
- Turn off smartphones or other devices before starting the vehicle
- Inform clients, associates and business partners that calls will be returned when they are not driving
- Pull over to a safe location and put their vehicle in park if a call must be made

Many drivers continue to use phones even when they are aware of the crash risk associated with distraction. Cell phone blocking apps and devices can help drivers stay focused on driving. They prevent drivers from making or accepting calls, texting or accessing the internet.

### Drunk and drugged driving

One-third of traffic fatalities involve alcohol. Impairment begins with the first drink. Mental faculties such as judgment are the first to be diminished. This can make it difficult for a driver to reason and respond in an emergency situation. Taking over-the-counter or prescription medications can put drivers at risk, too. Safe driving requires comprehension, concentration, coordination and quick reflexes. Drugs (including marijuana) affect all of these skills.

# Aggressive driving

Speeding is one of the three biggest contributing factors in fatalities on our nation's roads. Aggressive driving behaviors also can include frequent and unnecessary lane changes, tailgating and running red or yellow lights. All of these behaviors can lead to road rage, which is a physical assault of a person or vehicle as a result of a traffic incident.

Here, the best offense is a solid defense, as in teaching and promoting defensive driving skills. Talk to employees about risks. Encourage them to adopt safe driving habits.

# Drowsy driving

The Centers for Disease Control and Prevention reports more than one-third of U.S. adults sleep less than seven hours a day. Drowsy driving occurs when people take the wheel despite experiencing feelings of sleepiness and fatigue. The consequences can be deadly. More than 5,000 people died in drowsy driving-related crashes in 2015.

Some vehicles today are equipped with technology that can detect when a driver is about to nod off and deliver a warning signal. Make sure your drivers know how to use all the safety features in their vehicles. Introduce them to learning opportunities provided by sites such as [MyCarDoesWhat.org](http://MyCarDoesWhat.org) to fill in knowledge gaps.

Remember, you are still your vehicle's best safety feature. If you are tired, pull over. Three more ideas to share at your workplace:

- Take a nap (20 minutes of sleep can alleviate feelings of drowsiness, at least temporarily)
- Drink a caffeinated beverage (coffee or cola)
- Schedule travel breaks

# Passenger restraint

Seat belts are inexpensive and effective. They save lives and reduce injuries. Employees who are in the habit of using a safety belt during work hours also are more likely to buckle up when they are off the clock. More than half of teens and adults who die in crashes are reported as unrestrained at the time of the crash, according to the CDC.

The Network of Employers for Traffic Safety, the National Highway Traffic Safety Administration and the Occupational Safety & Health Administration produced a report indicating the average crash costs an employer more than \$16,000. Furthermore, when a worker has an on-the-job crash that results in an injury, the cost to their employer jumps to more than \$70,000. Costs can exceed \$500,000 when a fatality is involved, according to the report.

Bottom line: No organization can afford to ignore traffic safety because of the impact on personnel and budget.



**5** minute  
safety  
talk

# Seguridad al Volante

## Seguridad en vehículos

Más de 35,000 personas mueren en colisiones de vehículos, en carreteras estadounidenses cada año. Son 96 defunciones por día, o cuatro por hora. Muchas de estas defunciones son consecuencia de incidentes que tienen lugar durante la jornada laboral, o al viajar y volver del trabajo. Más del 90 % de las colisiones se deben a errores del conductor y, por lo tanto, pueden evitarse.

Los empleadores se perjudican debido a las lesiones que se producen tanto durante el horario de trabajo como fuera del mismo, que se traducen en días perdidos de trabajo y primas de seguro. Ya sea que maneje una flota de vehículos, supervise una fuerza móvil de ventas o simplemente sea empleador de trabajadores que se desplazan, puede reducir considerablemente los riesgos que corren sus empleados y sus familias, a la vez que protege su empresa, si implementa un programa de seguridad para conductores en el lugar de trabajo.

## Distracciones al conducir

Todos los años fallecen miles de personas en accidentes provocados por el uso de teléfonos inteligentes y distracciones ocasionadas por tableros de sistemas de

información y entretenimiento. Muchos empleadores han puesto en práctica políticas relacionadas con el uso de teléfonos celulares al volante. En general, estas políticas les solicitan a los empleados que:

- Programen o inicien su equipo de GPS antes de poner el vehículo en marcha, o que se detengan a un costado del camino si necesitan hacer cambios.
- Apaguen sus teléfonos inteligentes u otros dispositivos antes de poner el vehículo en marcha.
- Informen a los clientes, colegas y socios comerciales que les devolverán las llamadas cuando no estén conduciendo.
- Se detengan en un sitio seguro y estacionen el vehículo si deben realizar una llamada.

Muchos conductores continúan utilizando sus teléfonos, aunque estén al tanto del riesgo de colisión asociado a la distracción que genera esta práctica. Las aplicaciones y los dispositivos que sirven para bloquear los teléfonos celulares pueden ayudar a los conductores a mantenerse concentrados en el volante. Evitan que los conductores hagan o reciban llamadas, envíen mensajes de texto o accedan a Internet.

## Conducir bajo los efectos del alcohol o las drogas

Un tercio de los accidentes con víctimas fatales está relacionado con el consumo de alcohol. La incapacidad comienza al beber el primer trago. Las primeras habilidades que comienzan a disminuir son las facultades mentales, como el buen juicio. Esto puede hacer que para un conductor sea difícil razonar y responder en caso de

una emergencia. El hecho de que un conductor tome medicamentos de venta libre o venta bajo receta también puede ponerlo en riesgo. Para conducir de manera segura se necesita comprensión, concentración, coordinación y reflejos rápidos. Las drogas (incluida la marihuana) afectan todas esas habilidades.

## Agresividad al volante

La conducción a gran velocidad representa uno de los tres factores principales de muerte en las carreteras de nuestra nación. Los comportamientos agresivos al conducir también pueden incluir acciones, como cambiar de carril de forma frecuente e innecesaria, conducir pegado al automóvil de adelante y pasar por alto los semáforos en rojo o amarillo. Todos estos comportamientos pueden llevar a la ira de carretera, que implica atacar físicamente a una persona o un vehículo después de un accidente de tránsito.

En este caso, la mejor técnica ofensiva es recurrir a una defensa sólida, tal como enseñar y alentar el uso de habilidades de conducción defensivas. Hable con los empleados sobre los riesgos. Aliéntelos a conducir de manera segura.

## Conducir con sueño

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades informan que más de un tercio de los adultos estadounidenses duerme menos de siete horas al día. Cuando las personas toman el volante a pesar de sentir sueño o cansancio, se producen accidentes. Las consecuencias pueden ser trágicas. En el año 2015, más de 5,000 personas fallecieron en colisiones de vehículos ocasionadas por este motivo.

En la actualidad, algunos vehículos están equipados con tecnología que puede detectar si un conductor está a punto de quedarse dormido y emitir una señal de advertencia. Asegúrese de que sus conductores sepan utilizar todas las funciones de seguridad de sus vehículos. Muéstreles las oportunidades de aprendizaje

ofrecidas por sitios tales como [MyCarDoesWhat.org](http://MyCarDoesWhat.org) para que aprendan todo lo que no sepan.

Recuerde que usted sigue siendo el mejor factor de seguridad de su vehículo. Si está cansado, detenga el vehículo. Otras tres ideas para compartir en su lugar de trabajo:

- Tome una siesta (veinte minutos de sueño pueden hacer que se sienta menos cansado, al menos en forma temporal)
- Tome bebidas con cafeína (café o refrescos)
- Programe pausas para descansar

## Seguridad para pasajeros

Los cinturones de seguridad son poco costosos y efectivos. Salvan vidas y reducen la cantidad de lesiones. Los empleados que tienen el hábito de utilizar el cinturón de seguridad durante el horario laboral también suelen utilizarlo fuera del mismo. Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, más de la mitad de los adolescentes y adultos que fallecen en colisiones no estaban utilizando medidas de seguridad en el momento del accidente.

La Red de Empleadores para el Control de la Seguridad Vial, la Administración Nacional de Seguridad Vial en Carreteras y la Administración de Salud y Seguridad Ocupacional redactaron un informe que indica que una colisión promedio le cuesta a un empleador más de \$16,000. Además, cuando un trabajador se ve involucrado en una colisión durante el horario de trabajo y sufre una lesión, el costo para el empleador llega a ser mayor a \$70,000. De acuerdo con el informe, en el caso de una defunción, los costos pueden exceder los \$500,000.

**Conclusión:** Ninguna organización puede permitirse ignorar la seguridad vial, tanto por las consecuencias para el personal como para su presupuesto.