CrewSigned

Charla de seguridad sobre manejo seguro

Lectura en voz alta de 5 minutos · Última revisión 24 de noviembre de 2026

Para muchos de nosotros, la parte más peligrosa del día de trabajo no está en la obra. Es el camino. Los choques de vehículos son una de las principales causas de muerte en el trabajo en Estados Unidos, y eso incluye a la gente que maneja una camioneta de trabajo, jala un remolque o solo maneja de un trabajo a otro. Hoy vamos a hablar de cómo llegar y regresar con seguridad.

Ponte el cinturón en cada viaje y en cada asiento. El cinturón de seguridad es la mejor protección que hay en un choque. No importa qué tan corto sea el camino. Asegúrate de que todos en el vehículo traigan el cinturón puesto antes de arrancar.

Guarda el teléfono. Mandar mensajes, ver el celular o hasta leer un mensaje te quita los ojos del camino por varios segundos, y a velocidad de carretera eso es como recorrer un campo de fútbol americano a ciegas. Pon la ruta antes de salir. Si tienes que hacer una llamada o mandar un mensaje, primero oríllate en un lugar seguro. Lo mismo para el papeleo y para comer.

Mantente alerta. Manejar cansado es muy parecido a manejar borracho. Los días largos, las salidas temprano y los regresos tarde se van sumando. Si se te cierran los ojos, te sales del carril o te pasas las salidas, oríllate y descansa. Nunca manejes bajo los efectos del alcohol, las drogas o medicinas que dan sueño.

Baja la velocidad y deja espacio. Los límites de velocidad son para buenas condiciones. Con lluvia, nieve, neblina u oscuridad, baja la velocidad y deja más distancia con el carro de enfrente. Deja todavía más espacio cuando jalas un remolque o manejas un camión cargado, porque tarda más en frenar.

Revisa tu vehículo. Antes de salir, dale la vuelta y revisa las llantas, las luces, los espejos y la carga. Asegúrate de que las herramientas y los materiales estén bien amarrados para que nada se mueva ni salga volando. Una carga suelta puede lastimar a alguien que viene atrás.

Échate en reversa con cuidado. Muchas lesiones con vehículos de trabajo pasan al echarse en reversa. Primero rodea el vehículo para ver qué hay atrás. Usa un ayudante cuando se pueda, pónganse de acuerdo en las señales con las manos, y si pierdes de vista al ayudante, para.

Ten cuidado en las zonas de trabajo. Cuando trabajamos cerca del tráfico, pongan bien los conos y las señales, usen ropa de alta visibilidad, y nunca le den la espalda al tráfico que viene.

Manejar es algo que hacemos todos los días, por eso es fácil dejar de poner atención. No dejen que eso pase.

Preguntas para el equipo

1. ¿Qué es lo que más te distrae cuando manejas por trabajo, y cómo te puedes deshacer de eso?
2. ¿Cuáles de nuestros vehículos tienen puntos ciegos que necesitan un ayudante al echarse en reversa?
3. ¿Qué debes hacer si te da sueño mientras manejas hacia un trabajo o de regreso?

Norma de OSHA

OSHA Motor Vehicle Safety guidance
https://www.osha.gov/motor-vehicle-safety

FUENTES

Motor Vehicle Safe Driving Practices QuickCard (OSHA 3314): https://www.osha.gov/sites/default/files/publications/

SAFE_DRIVING_PRACTICES.pdf
OSHA Safety and Health Topics, Motor Vehicle Safety: https://www.osha.gov/motor-vehicle-safety
NIOSH, Motor Vehicle Safety at Work: https://www.cdc.gov/niosh/motor-vehicle/about/index.html

Esta charla no reemplaza la capacitación que exige una norma de OSHA. Los textos se basan en publicaciones de OSHA y NIOSH, reescritas en lenguaje sencillo.

Hoja de asistencia a la charla de seguridad

TEMA

Charla de seguridad sobre manejo seguro

EMPRESA

OBRA / SITIO

FECHA

HORA

PRESENTADOR

#	Nombre en letra de molde	Firma	Empresa / oficio
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			

Sin papel: dé esta charla y recoja firmas en el teléfono en crewsigned.com