

2016

Acciones Formativas
Seguridad Vial y Prevención de Accidentes de Tráfico



El buen conductor se anticipa a los riesgos

Los demás conductores sólo reaccionan ante ellos

AbaPElsa

asesoramiento_proyectos_estudios_investigación_

www.abapeisa.com

La circulación con vehículos forma parte de muchos procesos productivos, siendo la evaluación de sus riesgos potenciales, imprescindible en los planes de prevención de las actividades económicas

La formación y el cumplimiento de la Ley de Tráfico y Seguridad Vial, junto con las propias normas que establezca cada organización, deben formar parte de las medidas preventivas destinadas a reducir y eliminar los accidentes producidos tanto en misión como *in itinere*



AbaPElsa

Acciones Formativas sobre Seguridad Vial
y Prevención de Accidentes de Tráfico
desarrolladas por
Equipo de Expertos en Planes de Seguridad
Vial y Prevención de Riesgos Laborales

UNA FORMACIÓN QUE PERSUADE Y REFUERZA EL COMPROMISO CON LA SEGURIDAD A TRAVÉS DE LAS EXPERIENCIAS

A lo largo de la historia de aprendizaje de los conductores se van adquiriendo hábitos de conducción que ayudan a solventar las situaciones diarias del tráfico. No obstante, también se adquieren hábitos de riesgo de los que no son conscientes. La formación en **Conducción Controlada de Vehículos** se dirige a hacer visibles para los conductores, de un modo práctico, estos comportamientos que pueden suponer un cambio radical en la vida de las personas causantes del accidente o receptoras del mismo.

La metodología desarrollada dentro del marco sistemático de la BBS (Behavior Based Safety) o SBC (Seguridad Basada en el Comportamiento) —llevada a cabo **por las principales empresas y organizaciones mundiales en el entorno de la seguridad**— consigue el logro de los objetivos de aprendizaje y la satisfacción de los participantes. Además, un enfoque flexible en la organización de los talleres permite la adaptación a la mayoría de circunstancias y metas.

Con las acciones del programa se podrán abordar diferentes objetivos:

- ✓ Sensibilizar en los comportamientos preventivos en la conducción de vehículos.
- ✓ Mejora de actitudes y/o compromisos en seguridad vial.
- ✓ Reducir los partes y accidentes de tráfico y la probabilidad de pérdida de puntos.
- ✓ Concienciar en la práctica de comportamientos seguros y cívicos como medida de apoyo a la imagen institucional.

Por otro lado, en la presente propuesta, también se muestran **jornadas de seguridad vial** dirigidas a promover la sensibilización en esta materia. Acciones que se llevarán a cabo en sala mediante el dinamismo que le confiere una metodología de alto impacto.

Fundamentos del programa

El comportamiento es un factor crítico en cualquier sistema de seguridad. Las normas y reglamentos son necesarias, pero no son suficiente para prevenir accidentes en el trabajo.

Los riesgos del tráfico son la principal causa de accidentes laborales y, a pesar de la existencia de un ambiente, procesos, equipos, normas y reglamentos que promuevan la seguridad, las personas siguen teniendo conductas que provocan esos accidentes de tráfico.

Desarrollar comportamientos de seguridad vial es la clave, a través de acciones que incluyan perspectivas psicosociales dirigidas a: la sensibilización, las actitudes, los compromisos y las conductas seguras. Al fin y al cabo, más del 85% de los accidentes tienen origen en el factor humano. El modelo de Seguridad Vial Basada en el Comportamiento, se focaliza en promover e implantar esas acciones, en todos los colaboradores de la organización, para que hagan lo correcto y tomen las decisiones más acertadas durante su trabajo o fuera de él.

Se pueden elegir las siguientes acciones de formación y sensibilización:

1. **Conducción Controlada de Vehículos en Entorno Real de Tráfico**
2. **Jornada: Conducción Preventiva de Vehículos**
3. **Jornada: Influencia del Factor Humano en los Accidentes de Tráfico**
4. **Jornada: Control Emocional para Conductores Preventivos**
5. **Conducción Eficiente de Vehículos**

1

Curso práctico: Conducción Controlada de Vehículos en Entorno Real de Tráfico

Objetivo general

- ✓ Reducir los riesgos de accidentes
- ✓ Proteger los puntos
- ✓ Mejorar/completar la cultura preventiva en la empresa

Objetivos específicos

- ✓ Practicar una conducción controlada y segura.
- ✓ Identificar y descubrir los riesgos en conducción de cada participante.
- ✓ Prever situaciones de riesgo y evitar accidentes de tráfico.
- ✓ Implicar a los conductores en prácticas de mantenimiento del vehículo.
- ✓ Mostrar el compromiso de la organización y los participantes en la prevención de accidentes viales.
- ✓ Proyectar la imagen interna de la empresa y la preocupación por la seguridad de sus empleados.

Metodología

Activa y participativa. Basada en el aprendizaje constructivo. La aplicación inmediata a un entorno real provoca un alto impacto en el aprendizaje.

Contenidos

SESIÓN TEORÍA 4 HORAS

1. Presentación

- 1.1. Objetivos
- 1.2. Causas y consecuencias de los accidentes de tráfico

2. La actitud de los conductores hacia la seguridad vial

- 2.1. Detección de las zonas de riesgo
- 2.2. Las decisiones más acertadas en la conducción

3. Técnicas para una conducción controlada

- 3.1. Cómo recoger la información relevante del entorno
- 3.2. Cómo anticiparse a los cambios y los riesgos
- 3.3. La distancia más segura
- 3.4. Comportamientos preventivos al maniobrar
- 3.5. Las glorietas, ese gran desconocido

4. Técnicas de adaptación para un vehículo seguro

- 4.1. Uso eficaz de los dispositivos del vehículo
- 4.2. Un vehículo seguro y dispuesto para salir

SESIÓN PRÁCTICA 1,5 - 2horas/participante

1. Indicaciones antes de salir

- 1.1. Objetivos y pautas a seguir durante el recorrido
- 1.2. Revisión del vehículo y ergonomía

2. Observación de la conducción natural

- 2.1. Detección de comportamientos de riesgo

3. Feedback: ¿Qué tipo de conducción tienes?

4. Aplicación de las técnicas de conducción segura

- 4.1. Análisis de la conducción aplicada

MATERIALES

Guía del participante
Informe personal para el participante
Informe global y anónimo para la empresa

Modalidad: Teoría en sala y prácticas de conducción en entorno real (carretera y urbano).

Duración: Teoría: 4 horas; Prácticas: individuales o de grupo (1,5-2 horas/participante).

Plazas por curso: **Mínimo:** 3 participantes **Máximo:** 12 participantes

Dirigido a: Preferentemente a conductores de empresas que utilicen vehículos de flota, comerciales y técnicos y, en general, a cualquier tipo de conductor interesado en prevenir los accidentes de tráfico laborales y/o personales.

2 Jornada: Conducción Preventiva de Vehículos

Objetivo general

- ✓ **Sensibilizar y generar actitudes favorables hacia la seguridad vial y la conducción preventiva**

Objetivos específicos

- ✓ Reflexionar e identificar los riesgos en conducción.
- ✓ Prever situaciones de riesgo y evitar accidentes de tráfico.
- ✓ Implicar a los conductores en prácticas de mantenimiento del vehículo.
- ✓ Mostrar el compromiso de las empresas y de los participantes en las actividades de prevención de accidentes viales.
- ✓ Proyectar la imagen interna de la empresa y la preocupación por la seguridad de sus empleados.

Metodología

Práctica, participativa e impactante. Modelo aprendizaje: pregunta-análisis-decisión, contraste con experiencias reales de los participantes, aplicación a su entorno laboral y personal.

Contenidos

- 1. Presentación**
 - 1.1. Objetivos
 - 1.2. Causas y consecuencias de los accidentes de tráfico
- 2. La actitud de los conductores hacia la seguridad vial**
 - 2.1. Detección de las zonas de riesgo
 - 2.2. Las decisiones más acertadas en la conducción
- 3. Técnicas para una conducción controlada**
 - 3.1. Cómo **recoger la información** relevante del entorno
 - 3.2. Cómo **anticiparse** a los cambios y los riesgos
 - 3.3. La **distancia** más segura
 - 3.4. Comportamientos preventivos al **maniobrar**
 - 3.5. Las **glorietas**, ese gran desconocido
- 4. Técnicas de adaptación para un vehículo seguro**
 - 4.1. Uso eficaz de los **dispositivos** del vehículo
 - 4.2. Preparación de un vehículo seguro y dispuesto para salir

Modalidad: Sesión teórico-práctica en sala.

Duración: 4 horas.

Límite de plazas: 14 participantes

Dirigido a: Preferentemente a conductores de empresas que utilicen vehículos de flota, comerciales y técnicos y, en general, a cualquier tipo de conductor interesado en prevenir los accidentes de tráfico laborales y/o personales.

3

Jornada: Influencia del Factor Humano en los Accidentes de Tráfico

Objetivo general

- ✓ **Sensibilizar sobre la influencia del factor humano en los accidentes de tráfico y las pautas para su control.**

Objetivos específicos

- ✓ Conocer cómo influyen los errores humanos en la probabilidad de accidente de tráfico.
- ✓ Poner en evidencia las creencias y valores de los conductores acerca de los riesgos al conducir.
- ✓ Saber cómo se llevan a cabo las decisiones erróneas en la conducción.
- ✓ Reflexionar sobre los hábitos de desatención, sus causas y cómo evitarla.
- ✓ una e identificar los riesgos en conducción.
- ✓ Comprometerse con prácticas conducción segura.
- ✓ Mostrar el compromiso de las empresas en las actividades de prevención de accidentes viales.
- ✓ Proyectar la imagen interna de la empresa y la preocupación por la seguridad de sus empleados.

Metodología

Práctica, participativa e impactante. Modelo aprendizaje: pregunta-análisis-decisión, contraste con experiencias reales de los participantes, aplicación a su entorno laboral y personal.

Contenidos

- 1. Presentación**
 - 1.1. Objetivos y reflexiones
 - 1.2. Todos por un objetivo común: la seguridad en la conducción
 - 1.3. Te puede pasar a ti
- 2. Cómo se construyen las peores decisiones**
 - 2.1. Cómo se construye un accidente de tráfico en mí cerebro
 - 2.2. El error humano como principal causa de accidentes de tráfico
 - 2.3. Las decisiones más acertadas y preventivas en la conducción
 - 2.4. Opiniones acerca de la conducción que nos llevan a asumir riesgos
 - 2.5. Certezas para prevenir accidentes
- 3. La falta de atención en la conducción, primera causa de accidente**
 - 3.1. La distracción, ¿cómo nos afecta?
 - 3.2. Elementos y dispositivos que facilitan la distracción
 - 3.3. Alcohol, drogas y medicamentos y su influencia en la conducción
 - 3.4. Fatiga, el sueño y el cansancio, ¿qué hacer para controlarlas?
- 4. Prácticas y ejercicios**

Modalidad: Sesión teórico-práctica en sala.

Duración: 3,5 horas.

Límite de plazas: 14 participantes

Dirigido a: Preferentemente a conductores de empresas que utilicen vehículos de flota, comerciales y técnicos y, en general, a cualquier tipo de conductor interesado en prevenir los accidentes de tráfico laborales y/o personales.

4

Jornada: Emociones y conducción Técnicas de autocontrol para conductores preventivos

Objetivo general

- ✓ **Sensibilizar a los conductores en prácticas de control de los estados emocionales al volante.**

Objetivos específicos

- ✓ Conocer cómo influyen las emociones como riesgo en la conducción
- ✓ Saber reconocer los diferentes estados emocionales.
- ✓ Comprender cómo la alteración emocional influye en decisiones erróneas.
- ✓ Aprender a controlar las emociones y no dejarse llevar por ellas.
- ✓ Comprometerse con prácticas conducción segura.
- ✓ Mostrar el compromiso de las empresas con la prevención de accidentes viales.
- ✓ Proyectar la imagen interna de la empresa y la preocupación por la seguridad de sus empleados.

Metodología

Práctica, participativa e impactante. Modelo aprendizaje: pregunta-análisis-decisión, contraste con experiencias reales de los participantes, aplicación a su entorno laboral y personal.

Contenidos

- 1. Presentación**
 - 1.1. Objetivos y reflexiones
 - 1.2. Las emociones y el estrés en la conducción
- 2. Estrés en la conducción**
 - 2.1. Factores de estrés del conductor
 - 2.2. Modelo de funcionamiento del conductor estresado
 - 2.3. Situaciones de estrés al volante
- 3. Las emociones como causa de accidentes de tráfico**
 - 3.1. Decisiones tóxicas
 - 3.2. Un cerebro alterado construye el accidente
 - 3.3. Cómo se genera la pérdida de control emocional
 - 3.4. Alteraciones en el pensamiento
 - 3.5. Alteraciones del estilo de conducción
 - 3.6. Alteraciones fisiológicas
- 4. Técnicas para el control emocional**
 - 4.1. Técnicas de control del pensamiento
 - 4.2. Técnicas de control fisiológico al volante
 - 4.3. Técnicas de control del comportamiento del conductor
 - 4.4. Y... otros trucos muy eficaces y eficientes
- 5. Qué hemos aprendido**

Modalidad: Sesión teórico-práctica en sala.

Duración: 4 horas.

Límite de plazas: 12 participantes

Dirigido a: Preferentemente a conductores de empresas que utilicen vehículos de flota, comerciales y técnicos y, en general, a cualquier tipo de conductor interesado en prevenir los accidentes de tráfico laborales y/o personales.

5 Curso práctico: Conducción Eficiente de Vehículos

Objetivo general

- ✓ Conducir de un modo más seguro
- ✓ Reducir el consumo de carburante y la emisión de gases contaminantes
- ✓ Contribuir a preservar el medio ambiente

Objetivos específicos

- ✓ Manejar el vehículo de forma eficiente
- ✓ Adquirir pautas de mantenimiento del vehículo
- ✓ Comprometer a los participantes en valores medioambientales
- ✓ Practicar una conducción más segura

Metodología

Activa y participativa. Basada en el aprendizaje constructivo. La aplicación inmediata a un entorno real provoca un alto impacto en el aprendizaje.

Contenidos

SESIÓN TEORÍA 2 HORAS

1. Origen y beneficio de la conducción eficiente.
2. Conducción eficiente: Una conducción más económica y segura.
3. Conducción preventiva y la anticipación
4. La tecnología de los nuevos vehículos y motores: aprovechar la potencia y el par motor óptimo.
5. Sistemas de ayuda a la reducción del consumo.
6. Técnicas de conducción eficiente y su adaptación a los diferentes vehículos:
 - 6.0. Anticipación y previsión.
 - 6.1. Principios de eficiencia: acelerador y revoluciones.
 - 6.2. Selección de marchas.
 - 6.3. Los vehículos automáticos.
 - 6.4. Aceleración y deceleración.
 - 6.5. Paradas y detenciones.

SESIÓN PRÁCTICA 45-60 min./participante

1. Práctica previa. Evaluación de la eficiencia del conductor
 - Observación estilo de conducción
 - Medición y registro de parámetros de conducción eficiente
2. Práctica posterior. Conducción aplicada posterior a la teoría.

MATERIALES

Guía del participante
Informe personal para el participante
Informe global y anónimo para la empresa

Modalidad: Teoría en sala y prácticas de conducción en entorno real (carretera y urbano).

Duración: Teoría: 2 horas; Prácticas: individuales o de grupo (45-60 min/participante).

Plazas por curso: **Mínimo**: 3 participantes **Máximo**: 12 participantes

Dirigido a: Por su temática, este programa se dirige a cualquier tipo de conductor. Los conductores se benefician de una conducción más segura y del ahorro de carburante. Las empresas obtienen, igualmente, resultados observables en la reducción del gasto de carburante y proyectan valores de compromiso con el medio ambiente y la seguridad.