In the Cab — Driver Distraction, Sleep Picture This — Spanish



Esta imagen muestra a un trabajador al volante de un vehículo de la empresa a primera hora de la mañana, conduciendo por una ruta familiar entre distintos lugares de trabajo. La cabina está en silencio, la carretera parece rutinaria y el conductor parece cansado tras un largo turno y pocas horas de sueño. Una notificación del teléfono se ilumina en el tablero y, por un segundo, el conductor desvía la mirada. En ese mismo instante, el

tráfico delante de él se ralentiza de repente y la distancia se acorta más rápido de lo esperado. En un instante, el cansancio y la distracción se combinan en una situación casi fatal.

La distracción y la somnolencia del conductor son algunos de los riesgos laborales más subestimados. Incluso una breve pérdida de concentración puede provocar accidentes a alta velocidad, lesiones graves o muertes, no solo para el conductor, sino también para sus compañeros de trabajo y el público en general. Conducir de forma defensiva significa mantenerse alerta, eliminar las distracciones, tomarse en serio el descanso, mantener distancias de seguridad y no dar nunca por sentado que la carretera seguirá siendo predecible. En la cabina, la seguridad depende de la atención en cada segundo.