



SAFETY UNLIMITED, INC.

Reunión semanal sobre seguridad

Conducción Segura durante el Invierno

La causa principal de muerte durante las tormentas de invierno son los accidentes de transporte. Muchos accidentes podrían ser evitados si los conductores tomaron tiempo para aprender y practicar estos consejos para conducir con seguridad durante las condiciones nevadas y heladas.

Tal vez el peligro más mortífero de todo es hielo "negro". El hielo "negro" es hielo que se forma en una carretera, generalmente debido a nieve que derrite y que vuelve a congelar. Dado que es casi invisible, los conductores no reconocen las condiciones de hielo negro y si conducen a velocidades normales a menudo resulta en accidentes muy graves.

Siempre esté alerta a la posibilidad de hielo negro cuando las temperaturas están cerca o debajo del punto de congelación. Pavimento que aspecto de estar seco, pero parece más oscuro en color y tiene apariencia embotada debe alertarse a la presencia de hielo negro.

Consejos para Conducir Durante el Invierno:

Conducir en la nieve y el hielo es una de las actividades más peligrosas que puede hacer en la carretera. No hay tracción suficiente y se puede perder control de su vehículo fácilmente.

Aquí hay algunos consejos que debe recordar para conducir con seguridad en invierno:

- Siempre utilice el cinturón de seguridad.
- Encienda los faros durante condiciones climáticas adversas. Cielos nublados y la caída de nieve limitan la visibilidad. Es importante ver y ser visto.
- Como todos los letreros indican, puentes y viaductos congelan antes de la carretera. Tenga mucho cuidado con estos.
- Recuerde que el conducir en condiciones invernales provoca fatiga física y mental, y reduce los tiempos de reacción.
 - Descanse mucho y obtenga una nutrición adecuada.
 - No conduzca mientras está adormilado o si ha tomado medicación que causa somnolencia.
- Prepare su vehículo con bastante tiempo de anticipación. Compruebe los niveles de líquido, la presión de los neumáticos, las luces, y la batería del coche.
 - Haga que un mecánico haga una revisión de invierno de su vehículo y que realice las reparaciones necesarias.

Inspección del Vehículo:

- Inspeccione los siguientes sistemas de vehículos para determinar si funcionan adecuadamente:
- Frenos: Los frenos deben proporcionar un frenado parejo y equilibrado. Compruebe también que el líquido de frenos esté en el nivel adecuado.
- Sistema de Enfriamiento: Asegure una mezcla apropiada de 50/50 anticongelante y agua en el sistema de enfriamiento en el nivel apropiado.
- Sistema Eléctrico: Compruebe el sistema de encendido y asegúrese de que la batería esté completamente cargada y de que las conexiones estén limpias. Compruebe que la correa del alternador esté en buen estado de funcionamiento con la tensión adecuada.
- Motor: Inspeccione todos los sistemas de motor.
- Sistema de Escape: Compruebe si hay fugas en el sistema de escape y que todas las abrazaderas y colgadores estén ajustadas.
- Neumáticos: Verifique la profundidad adecuada de la banda de rodadura y que no haya señales de daño o desgaste desigual. Compruebe la inflación correcta de los neumáticos.
- Aceite: Verifique que el aceite esté a un nivel adecuado.
- Sistemas de Visibilidad: Inspeccione todas las luces exteriores, descongeladores (parabrisas y ventana trasera) y limpiaparabrisas. Instale limpiaparabrisas de invierno.

Botiquín de Emergencia:

Se recomienda guardar un botiquín de emergencia con los siguientes elementos en vehículos:

- Teléfono móvil o radio de dos vías;
- Raspador de hielo del parabrisas;
- Cepillo de nieve;
- Linterna con pilas extra;
- Pala;
- Cadena de remolque;
- Ayudas con tracción (bolsa con arena o litera para gatos);
- Bengalas de emergencia;
- Cables de puente;
- Aperitivos;
- Agua;
- Mapas de carreteras; y
- Mantas, un cambio de ropa.

Varado en un Vehículo:

- Si está varado en un vehículo, quédese en el vehículo. Pida asistencia de emergencia si es necesario, pero el tiempo de respuesta puede ser lento en condiciones climáticas severas de invierno.
- Notifique a su supervisor de su situación.
- No deje el vehículo para buscar ayuda a menos que la ayuda sea visible dentro de 100 yardas.
- Puede volverse desorientado y perderse en ventiscas de nieve que sopla y dispersa.
- Muestre un signo de emergencia por colgar un paño de color brillante en la antena de radio del vehículo y por levantar el capó para mostrar que tiene dificultades.
- Encienda el motor del vehículo durante unos 10 minutos cada hora y haga correr el calor para mantenerse caliente. También, encienda la luz de cúpula del vehículo cuando el vehículo está encendido como una señal adicional.
- Sea consciente de envenenamiento por monóxido de carbono. Mantenga el tubo de escape despejado de nieve y abra una ventana a sotavento para la ventilación.
- Esté atento a signos de congelación y hipotermia.
- Haga pequeños ejercicios para mantener la buena circulación sanguínea en su cuerpo.
- Dé palmas y mueva los brazos y las piernas ocasionalmente.
- Trate de no permanecer en una posición por mucho tiempo.
- Manténgase despierto; será menos vulnerable a los problemas de salud relacionados con el frío.
- Utilice mantas, periódicos, mapas, e incluso las alfombras de coche extraíbles para aislamiento adicional.
- Evite el esfuerzo excesivo puesto que el clima frío pone una tensión agregada en el corazón.
- El ejercicio a que no está acostumbrado, como palear nieve o empujar un vehículo puede provocar un ataque cardíaco, o empeorar otras condiciones médicas.

¡Nieve y hielo...conduzca despacio!

