

Dentro de la campaña “Un refresco, tu mejor combustible”, y con la colaboración del Instituto de Seguridad y Salud Laboral de la Región de Murcia (ISSL)

## **El RACE, ANFABRA y el ISSL ponen en marcha una campaña en Murcia para prevenir los siniestros viales en el ámbito laboral**

- El objetivo es concienciar a los automovilistas –usuarios profesionales– de la importancia de adoptar hábitos adecuados al volante, incluyendo el descanso, el respeto por las normas de tráfico y una buena hidratación con bebidas sin alcohol, como los refrescos, que ayuden a mantener la capacidad de atención.
- La actividad incluye formación, y se distribuirán materiales divulgativos en colaboración con el Instituto de Seguridad y Salud Laboral de la Región de Murcia (ISSL).
- Uno de cada tres accidentes laborales mortales se producen por causas relacionadas con el tráfico. A diferencia de otros aspectos de la seguridad vial, esta cifra se mantiene constante.
- El 70% del total de accidentes laborales de tráfico se produjo “in itinere”, durante los trayectos de ida o vuelta del centro de trabajo, y el resto en misión.

*Murcia, 21 de marzo de 2012.* Los accidentes de tráfico son uno de los principales problemas sociales en España. De entre las situaciones en que se pueden producir estos accidentes se encuentran los relacionados con el ámbito laboral, tanto al ir o volver del trabajo (“in itinere”) como los que ocurren durante la propia jornada laboral (en misión). Del total de los accidentes laborales, el tráfico causa el 10% de las bajas laborales y, mucho más significativo, el 35% de las víctimas mortales. Detrás de muchos de estos accidentes está la fatiga y el cansancio provocado por el propio trabajo.

El RACE, ANFABRA y el Instituto de Seguridad y Salud Laboral de la Región de Murcia (ISSL), inician una serie de actividades para concienciar a los trabajadores de la importancia de mejorar la información y adoptar hábitos saludables, acción que se incluye dentro de la Campaña de Prevención de la Fatiga en la Conducción “Un refresco, tu mejor combustible”. Consejos como tomarse unos minutos de descanso, estirar las articulaciones o beber un refresco, que ayude a mantener la capacidad de atención, pueden prevenir estos siniestros.

Estas actuaciones se enmarcan dentro del IV Plan Regional de Prevención de Riesgos Laborales de la Región de Murcia, realizado con el total consenso de los agentes sociales más representativos de la Región de Murcia, donde se ha previsto el fomento y difusión de buenas prácticas y obligaciones de empresarios y trabajadores para prevenir riesgos laborales de tráfico, tanto los ocurridos en misión como “in itinere”.

La campaña contará folletos informativos con un decálogo para evitar la fatiga en la conducción dirigido a los trabajadores, carteles informativos que se distribuirán entre las empresas, así como un soporte de formación on line a través de la Academia RACE, ([www.academiarace.com/issl](http://www.academiarace.com/issl)). Además, los usuarios dispondrán de

una web donde pueden consultar informes y estudios sobre fatiga ([www.fatigayconduccion.es](http://www.fatigayconduccion.es)).

## Accidentes “in itinere” y en misión en Murcia

En 2011, y según datos del ISSL, en Murcia se produjeron 2092 accidentes de trabajo relacionados con el tráfico. De estos accidentes, 1584 (el 75.72 %) se produjeron al ir o volver del centro de trabajo y los 508 (24.28 %) restantes ocurrieron durante la jornada laboral.

En estos meses, la reducción de horas de luz hace que aumente el cansancio físico y visual. Junto a esto, el no beber lo suficiente y el estrés, también aumenta el riesgo de fatiga. Según los estudios realizados por RACE, ANFABRA y el ISSL, organismo este último, que realiza la investigación de todos los accidentes laborales de tráfico, graves y mortales que sobrevienen en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia, la fatiga provoca una disminución de atención al volante, aumenta en un 86% el tiempo de reacción ante un obstáculo y hace que se dejen de ver el 40% de las señales. El estudio RACE - ANFABRA, sobre fatiga, y conducción en Murcia revela también que uno de cada cuatro murcianos ha iniciado un viaje después de su jornada laboral, con el riesgo de siniestro.

La fatiga es un elemento de riesgo entre los profesionales al volante, como taxistas, repartidores, conductores de autobuses... Según estudios desarrollados en este colectivo, la mayoría son conscientes del riesgo de sufrir fatiga durante la conducción, pero en ocasiones no detectan sus síntomas a tiempo. Así, los datos en Murcia revelan que el 84% de los conductores murcianos han sufrido alguna vez somnolencia al volante, un 63% picor de ojos y visión borrosa, y un 71% pérdida de concentración. Los datos en Murcia superan ampliamente la media de España.

## La hidratación, olvidada

La hidratación es importante para mantener las funciones físicas y la capacidad cognitiva. Distintos estudios indican que la mitad de los trabajadores en España reconoce no beber lo necesario durante su jornada laboral. El estrés y la ocupación intensiva del trabajo hacen que se descuiden estas pautas de hidratación recomendadas, haciendo disminuir la capacidad de atención y de reacción ante un obstáculo. Sencillos consejos como descansar cada 2 horas, hacer estiramientos cuando se lleva mucho tiempo en el puesto de trabajo o mantener hábitos adecuados de hidratación con bebidas como los refrescos, pueden reducir significativamente la siniestralidad vial entre los trabajadores.

### Para más información:

RACE Departamento Comunicación  
Tel. 91 594 77 02  
[comunicacion@race.es](mailto:comunicacion@race.es)

ANFABRA. Comunicacion  
Tel. 91 552 62 75  
[comunicacion@anfabra.es](mailto:comunicacion@anfabra.es)

[www.carm.es/issl](http://www.carm.es/issl)  
[issl@carm.es](mailto:issl@carm.es)  
Tel. 96 836 55 41