



Dentro de la campaña “Un refresco, tu mejor combustible”, y con la colaboración del Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral (ISSGA)

## **El RACE, ANFABRA y el ISSGA inician una Campaña en Galicia 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 Galego de Seguridade e Saúde Laboral (ISSGA).
- Cuatro de cada diez accidentes laborales mortales se producen por causas relacionadas con el tráfico. A diferencia de otros aspectos de la seguridad vial, los muertos por este tipo de accidentes “in itinere” y en misión crecen.
- 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.

*Madrid, 24 de noviembre de 2011.* 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 40% 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 Galego de Seguridade e Saúde Laboral (ISSGA), 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. La campaña contará con materiales que se distribuirán entre las empresas, y un soporte de formación on line a través de la Academia RACE, ([www.academiarace.com/issga](http://www.academiarace.com/issga)). Además, los usuarios disponen de la web ([www.fatigayconduccion.es](http://www.fatigayconduccion.es)) donde pueden consultar informes y estudios.

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

En 2010, y según datos del ISSGA, en Galicia se produjeron 4.175 accidentes de trabajo relacionados con el tráfico. De estos accidentes, 2.919 (el 70%) se produjeron al ir o volver del centro de trabajo y los 1.256 (30%) restantes ocurrieron durante la jornada laboral. El cansancio provocado por la propia jornada laboral hace que los trayectos de regreso a casa sean los que presentan un mayor riesgo de accidente. El estudio RACE – ANFABRA sobre fatiga y conducción en Galicia revela también que uno de cada tres gallegos ha iniciado un viaje después de su jornada laboral, con el riesgo de siniestro.

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 y ANFABRA dentro de esta campaña conjunta, 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.

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 Galicia revelan que el 80% de los conductores gallegos han sufrido alguna vez somnolencia al volante, un 52% picor de ojos y visión borrosa, y un 62% pérdida de concentración. En términos generales, los datos en Galicia superan 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. Gabinete de Prensa (Inforpress)  
Tel. 91 564 07 25 Esther Román / Silvia Díaz  
[eroman@inforpress.es](mailto:eroman@inforpress.es); [sdiaz@inforpress.es](mailto:sdiaz@inforpress.es)  
Dpto. Comunicación ANFABRA  
Tel. 91 552 62 75 / [comunicacion@anfabra.es](mailto:comunicacion@anfabra.es)