



# 10 MANERAS DE PREVENIR ACCIDENTES AUTOMOVILISTICOS

Los Asesores de Seguridad de FFVA Mutual están aquí para ayudarle a identificar y eliminar accidentes de vehículos motorizados, con el fin de mantener a los empleados seguros en la carretera.

1	<b>Mantenga la atención en el camino:</b> Las distracciones son una de las causas principales de accidentes automovilísticos. Mantenga siempre la vista en el camino. Evite enviar mensajes de texto, comer o manipular dispositivos.
2	<b>Use siempre el cinturón de seguridad:</b> Los cinturones de seguridad salvan vidas y reducen la gravedad de las lesiones. Ya sea un viaje corto o largo, haga que abrocharse el cinturón sea una costumbre automática.
3	<b>Respete los límites de velocidad:</b> El exceso de velocidad reduce su tiempo de reacción. Conduzca a una velocidad que sea segura para las condiciones de la carretera, el tráfico y el clima.
4	<b>Evite conducir cuando esté cansado:</b> Conducir con sueño es tan peligroso como conducir bajo los efectos de alcohol o drogas. Conozca sus límites y tome descansos durante viajes largos.
5	<b>Conduzca solo cuando esté atento y alerta:</b> Los medicamentos con receta y de venta libre pueden afectar la concentración y el tiempo de reacción. Conozca los riesgos y sus responsabilidades.
6	<b>Planifique su ruta y sus paradas con anticipación:</b> Trace su viaje antes de salir. La planificación reduce el estrés y ayuda a evitar decisiones apresuradas en la carretera.
7	<b>Mantenga una distancia segura:</b> Seguimiento demasiado cerca aumenta el riesgo de choques. Deje suficiente espacio para detenerse de manera segura, especialmente a velocidades altas o condiciones adversas.
8	<b>Adáptese a las condiciones cambiantes:</b> El clima, construcciones y el tráfico requieren atención constante. Ajuste su manera de conducir a medida que cambien las condiciones.
9	<b>Conduzca de manera defensiva:</b> Espere lo inesperado. Manténgase alerta, anticipe las condiciones de otros conductores, y responda siempre de forma segura. Manténgase calmado en la carretera para proteger a todos.
10	<b>Mantenga su vehículo en buen estado:</b> El mantenimiento regular previene averías y accidentes. Informe cualquier problema mecánico tan pronto como lo note.



Obtenga más información y descargue su paquete de recursos de seguridad en [ffvamutual.com/MVA-prevention-stand-down](http://ffvamutual.com/MVA-prevention-stand-down)