



Los trabajadores de la construcción de carreteras y calles corren el riesgo de sufrir lesiones fatales y no fatales cuando trabajan cerca de automovilistas, vehículos de construcción y equipos que pasan.

Antes de realizar trabajos de obras viales, revise las tareas requeridas, la ubicación y la hora del día para determinar el equipo, el personal y los materiales necesarios.

Planifique cómo controlará el tráfico a lo largo de la carretera y dentro de la zona de construcción.

Tenga suficientes abanderados capacitados para completar su trabajo.

Reúna los letreros, conos, banderas, tambores y/o tableros de mensajes para el trabajo.

Inspeccione su señalización para asegurarse de que esté en buen estado y sea muy visible.

Limpie o deseche el equipo sucio con visibilidad limitada.

Obtenga capacitación en control de tráfico y prácticas seguras de trabajo.

Configure y mantenga su zona de trabajo al borde de la carretera correctamente.

Obtenga capacitación sobre el equipo, los productos químicos y los materiales que utilizará.

Opere las herramientas y el equipo de acuerdo con las recomendaciones del fabricante.

Para reducir el riesgo de lesiones por el tráfico, los trabajadores y los jefes de equipo

Realice las siguientes acciones:

- Use ropa de alta visibilidad con un fondo fluorescente o materiales reflectantes.
- Sea consciente de su entorno e identifique los peligros potenciales.
- Manténgase fuera de los carriles o áreas donde está prohibido caminar.
- Asegúrese de conocer y comprender las señales de mano y otras señales de comunicación que se utilizarán en el lugar de trabajo.
- Escuche las alarmas de señal inversa.
- Pregúntele a su supervisor acerca de cerrar la carretera, cambiar la ruta para controlar el tráfico o colocar barreras (el concreto protege más que los conos).
- Haga que un experto en control de tránsito camine o viaje en bicicleta por el lugar de trabajo para buscar evidencia de casi accidentes, como marcas de derrape o barricadas dañadas.
- Utilice dispositivos de control de tráfico, tales como letreros, señales de advertencia, paletas y barreras de concreto de manera constante en toda el área de trabajo.
- Haga que los abanderados usen dispositivos que aumenten su visibilidad.

Por ejemplo, una paleta intermitente de ralentizar/detener con una luz estroboscópica montada.

Obtenga capacitación sobre el equipo de protección personal (EPP) que debe usar.

Considere tapones para los oídos u orejeras, anteojos de seguridad y protección contra caídas según la tarea del trabajo.

En la zona de trabajo, esté atento a los automovilistas que se mueven rápidamente y al equipo de construcción grande.

Establezca zonas de estacionamiento que tengan entradas y salidas seguras.

Agrupe sus vehículos en el mismo lado de la carretera para mayor visibilidad.

Configure el lugar de trabajo y las tareas para minimizar la necesidad de cruzar la carretera activa.

Establezca carriles de tráfico dentro del lugar de trabajo para un acceso claro y visibilidad.

Trabaje de frente al tráfico y manténgase alerta, o coloque un vigía para observar el tráfico que se aproxima.

Tenga una ruta de escape y/o un plan de acción en su lugar.

Esté atento a los vehículos que retroceden porque el conductor a menudo tiene una vista limitada.

Practique una buena comunicación y asegúrese de que todos los vehículos tengan alarmas de retroceso.

Si está señalando, actuando como vigía o director de tráfico, manténgase alerta.

No beba, fume o tenga una conversación mientras realiza estas funciones.

El trabajo vial es un trabajo físico que requiere fuerza y resistencia. Mantente en forma para que tu cuerpo pueda hacer el trabajo. Mantenga la espalda recta y utilice las técnicas de elevación adecuadas. Use guantes

antivibración cuando trabaje con equipos que vibren.

Tome micro descansos frecuentes cada 30 minutos para estirar y relajar los músculos. Alterne sus tareas durante el día para usar diferentes grupos musculares.

El trabajo en la carretera ocurre en todo tipo de clima y durante todo el año. Use ropa apropiada para el clima. Las capas de colores claros y el protector solar lo protegen durante los meses cálidos, mientras que las capas de ropa que absorben la humedad lo protegen del frío.

¡Toma seguridad en el camino!