TRABAJOS DE CONDUCTOR

Existen una serie de factores a tener en cuenta para que las tareas en los puestos de conductores se lleven a cabo de forma segura.

Con carácter general:

- Preste especial atención en la realización del trabajo.
- Informe a sus superiores de cualquier anomalía que detecte durante el servicio.
- Utilice los medios facilitados por la Empresa de forma correcta.

Establecer una actitud corporal correcta. Ya que un trabajo estático realizado en una postura incorrecta puede ser tan nocivo como la realización de esfuerzos repetidos. En estos casos, se debe tener en cuenta:

- La silla debe contar con apoyo lumbar, ha de ser regulable en altura y profundidad.

- Al permanecer sentados durante mucho tiempo, se debe descansar cada cierto tiempo realizando ejercicios musculares, de estiramiento.

  - Se deberán realizar de forma periódica controles del vehículo (niveles, luces, neumáticos, etc.).
  - Se utilizará siempre el cinturón de seguridad.

- No ponga en peligro su seguridad, ni la de terceros, conduciendo a velocidad excesiva.
- Tener en cuenta la nueva reforma sobre seguridad vial (Ley 19/2001 de 19 de Diciembre), sobre todo en cuanto a las novedades existentes:
  - Endurecimiento del sistema de infracciones.
  - Novedades relativas a la coordinación de circulación de bicicletas y motos. Etc.
- Al estacionar, señalice debidamente su vehículo, usando los elementos intermitentes.
- Cuando por las características del vehículo o trabajo se deba circular por zonas peatonales, hay que extremar las precauciones.
- Los elementos y equipaje que deban transportarse en el vehículo, se colocarán adecuadamente.
- No hablar por el teléfono móvil mientras se conduce. Para efectuar llamadas será necesario detener el vehículo en un lugar permitido.
- Usar el vehículo dentro de las limitaciones establecidas por el fabricante. Comunicar inmediatamente a la empresa las incidencias de la máquina para que se realicen las correcciones necesarias.
- Comprobar el estado del vehículo antes de ponerlo en marcha: frenos, luces, dirección. Revisar los niveles de agua, aceite, etc. Realizar el mantenimiento periódico del vehículo recomendado por el fabricante.
- Controlar el mantenimiento del vehículo y pasar las revisiones periódicas, (elaborar un plan de mantenimiento, distinguiendo entre las comprobaciones diarias y las revisiones periódicas).