#187108

City of San Angelo
106 S Chadbourne St
San Angelo TX 76903

TAILGATE/TOOLBOX SAFETY TRAINING
Safety Services Company-Safety Meeting Division,
PO Box 6408 Yuma, AZ 85366-6408 Toll Free (866) 204-4786

SAFETY SERVICES COMPANY

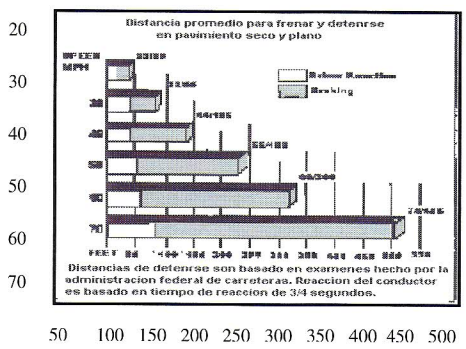
Nombre de Trabajo: _____ Localidad del sitio de trabajo: _____

Fecha: _____ Tiempo Empezaron: _____ Tiempo Terminaron: _____ Supervisor: _____

Tópico 197: Frenando y Deteniéndose

Introducción: Cuando está aplicado el freno puede tomar una distancia larga para que llegue el vehículo en alto total y seguro. Cuando los vehículos de adelante de usted hacen algo inesperado, necesitará tiempo para reaccionar. Deberá mantener suficiente distancia entre usted y el vehículo de adelante para evitar una colisión si de repente el tráfico se detiene. La distancia requerida para detener su vehículo es importante para ayudar a decidir una velocidad segura. Una distancia por *casi cada* situación de conducir es una buena regla. Su distancia para detenerse, dependerá sobre los siguientes casos:

- **Tiempo de percepción del conductor** (tiempo necesario para que un conductor vea y conozca una situación peligrosa).
- **Tiempo de reacción del conductor** (tiempo de percepción de peligro para empezar a frenar – el promedio es 0.75 segundos).
- **Tipo y condición** de la superficie de la carretera (no pavimentado, asfalto, hormigón, mojado, nieve, o hielo).
- **Tipo y condición** de las llantas.
- **Diseño del vehículo** y condición de los amortiguadores.
- **Peso del vehículo** cuando lleve carga en remolqué. Entre más pesado sea el vehículo, mas fuerza de freno se requiere para frenar.
- **Tipo y condición** de los frenos (frenos de disco, o de tambor, sistema de frenos ante-fijador, etc.).
- **Velocidad** del vehículo (más velocidad de cualquier vehículo, más larga la distancia requerida para detenerse).



Las siguientes son situaciones donde una distancia más larga se requiere para seguir:

- **Cuando conduzca en carreteras resbalosas,** deberá doblar su distancia de seguir por lo menos 4 segundos para permitir a la extra distancia necesaria para ajustar su velocidad o frenar. Cuando frene en carreteras resbalosas, si el vehículo no está equipado con frenos ante fijadores, no aplique sus frenos muy fuertes o puede causar que se fijan. Si los frenos se fijan, aumentará su distancia de frenar, y puede causar que pierda el control de su vehículo. Bombee los frenos hasta que pueda parar totalmente.
- **Cuando el conductor detrás de usted** quiera rebasarlo, reduzca la velocidad así permitirá que el conductor rebase más rápido. La distancia agregada lo haría más fácil para el motorista que está rebasando pueda ceñirse dentro la vía, y aumentar la distancia entre los vehículos, reduciendo la posibilidad de frenar de repente para que se pueda evitar un accidente.
- **Cuando esté siguiendo** un vehículo grande, tal como un trailer que bloquea su vista de la carretera adelante, va a necesitar extra distancia para ver alrededor del vehículo, y ver cualquier peligro hay adelante en la carretera.
- **Cuando esté remolcando** o llevando una carga, la distancia requerida para frenar de su vehículo, aumentará en proporción al peso de la carga. Si la carga que está remolcando viene equipada con un sistema independiente de frenos, asegure que su vehículo esté equipado con las propias conexiones para operar los frenos del trailer, y que los frenos del trailer son funcionales y ajustados adecuadamente.
- **Nunca sigue** dentro de 500 pies de un vehículo de bomberos u otros vehículos de emergencia.

Conclusión: Cuando conduzca, el darse bastante tiempo para detener su vehículo en cualquier situación o condición, es la clave para evitar un accidente. Recuerde de siempre usar el cinturón de seguridad.

Revisión del Sitio de Trabajo

Peligros del sitio de trabajo y sugerencias de seguridad: _____
Violaciones de Seguridad del Personal: _____
Hoja informativa de Material de Seguridad Revisada: _____ (nombre de químico)

Firma de Empleado: ***(Mi firma atestigua y verifica mi comprensión de y conformidad a acatar con todas pólizas y regulaciones de seguridad, y que no he sufrido, experimentado, o sostenido cualquier lesión o enfermedad relacionado con el trabajo)***

_____ _____ _____
_____ _____ _____
_____ _____ _____
_____ _____ _____
_____ _____ _____
_____ _____ _____

Esta pauta no remplaza regulaciones locales, estatales o federales y no deben ser interpretadas como substitución, o interpretación legal de las regulaciones de OSHA.