[Accidentes de Tránsito](http://www.institutoseguro.com.ar/index.php?option=com_content&view=article&id=108:accidentes-de-transito&catid=44:principales-riesgos&Itemid=259)

Los accidentes que se producen en el trayecto habitual desde la casa al trabajo o al ingresar del mismo se denominan accidentes "in-itinere". Debido a la frecuencia y gravedad de los mismos deben hacerse algunas consideraciones tendientes a minimizarlos.  
Del análisis de los riesgos durante este recorrido, surge que dependen en gran parte del medio de transporte que utilicen los trabajadores.  
Las principales causas que los originan se deben tanto a circunstancias humanas como técnicas.   
Las primeras se deben a la conducta en la vía pública que tenga tanto el obrero como los terceros.  
Son: La imprudencia, el cansancio, problemas físicos, la negligencia, etc. Las otras están relacionadas con el medio de transporte, los caminos, la señalización, etc.  
Recomendaciones que ayudan a prevenir estos accidentes:  
  
Para el peatón:

Camine por las aceras.

No circule por veredas en donde exista el riesgo de caída de objetos.

Respete los semáforos.

Al cruzar una calla utilice la senda peatonal.

Al cruzar una calle con vehículos estacionados sea prudente.

No ascienda a un vehículo en movimiento.

Respete las barreras y señales de tránsito.

En las rutas y caminos circule por la izquierda, así verá los vehículos de frente.

Si camina de noche por zonas que no están bien iluminadas, use elementos reflectantes o linternas que lo identifiquen.

Para el ciclista:

Conduzca siempre en línea recta y no haga maniobras bruscas.

Antes de cambiar de dirección haga las respectivas indicaciones.

Circule por la derecha, cerca del cordón.

Si son varios ciclistas, deben hacerlo uno detrás del otro.

No lleve bultos que impidan tomar el manubrio con las dos manos y/o dificulten su visión.

No se tome de otro vehículo para ser remolcado.

Cruce las vías férreas con precaución.

Conserve en buenas condiciones los frenos, las luces y todo elemento mecánico de la bicicleta.

Al circular de noche deben llevar una luz blanca adelante y una roja detrás. Utilice también materiales reflectantes en pedales, ruedas y zonas que puedan se vistas desde la parte posterior, también puede colocar balizas intermitentes en la parte posterior del asiento.

Para los motociclistas:

Asegúrese el buen funcionamiento de la moto (luces, frenos, neumáticos, etc.)

Dé aviso de las maniobras que vaya a realizar.

Circule en línea recta, sin hacer "eses" y por el costado derecho de la calzada. Si circula en caravana, respete su lugar y no intente adelantarse.

Utilice casco, recuerde que es obligatorio.

Las motocicletas deben estar provistas de: un faro que permita proyectar luz frontal, una luz fija de color rojo en la parte trasera, luces de giro y guineo.

Evite transportar objetos que dificulten el equilibrio.

Mantenga una conducta de manejo defensivo, observando el tránsito delante, detrás y al costado. Esté siempre alerta.

Respete en cada esquina la prioridad, las luces del semáforo y señales de tránsito.

Ceda el paso a ambulancias, auto bombas u otros vehículos de emergencia.

No transite en contramano.

Para los automovilistas:

Circule por la derecha, manteniendo siempre una distancia prudencial del vehículo que circula delante.

Respete los límites de velocidad, teniendo presente también que dicho valor dependerá, entre otras cosas de: las condiciones meteorológicas, las condiciones físicas y psíquicas propias, el estado del vehículo y de las calles, avenidas y rutas.

Utilice el cinturón de seguridad, recuerde que es obligatorio, tanto en ruta como en ciudad.

Señale anticipadamente todo cambio de dirección.

Al conducir tenga presente que el alcohol reduce la capacidad de reacción, y afecta al sistema nervioso y al funcionamiento de los órganos sensoriales.

Respetar las señales de tránsito.

Respetar los pasos a nivel.

Al manejar en la ruta:

Contemplar siempre que al amanecer y cuando anochece se disminuye mayormente las condiciones de la visión perdiendo eficacia, porque nuestro mecanismo se está adaptando a las nuevas exigencias.

Tener en cuenta que al manejar de noche se reduce tres veces la visibilidad normal.

Observe las indicaciones de la calzada. No adelantarse en cuestas, curvas o pendientes.

Cuando sienta la primera manifestación de sueño o cansancio, detenga su vehículo en un lugar seguro (estaciones de servicio, etc.). No continúe si no está en condiciones físicas óptimas.

En áreas rurales tenga presente que las carreteras pueden estar en mal estado, las intersecciones mal señaladas y lo más riesgoso la presencia de animales y maquinarias agrarias.

Unidad de transporte de pasajeros y de cargas:

Conservar limpios y en buen estado los accesos a las unidades.

Las superficies de acceso y circulación deben ser antideslizantes. Gran parte de los accidentes de los choferes se deben a resbalamientos y caídas al subir o bajar de las unidades.

Cuando descienda o ascienda de los vehículos, hágalo sin apuros.

Verifique el sistema de sujeción de cargas, estado de la lona de recubrimiento, sogas, inmovilización de bultos, incompatibilidad de material peligroso, etc. antes y durante el viaje.

Tenga presente que cambian las distancias de frenado cuando transporta cargas, no lo haga en forma brusca.

[Incendio - Extintores](http://www.institutoseguro.com.ar/index.php?option=com_content&view=article&id=110:incendio-extintores&catid=44:principales-riesgos&Itemid=261)

Las estadísticas muestran que el fuego es una de las principales causas de accidentes. Por este motivo son cada vez más relevantes las medidas de protección contra incendios que se adopten preventivamente como lo son las condiciones de construcción, instalación y equipamiento que garantizan las siguientes situaciones:

Evitar la iniciación de incendios, la propagación del fuego y los efectos de los gases tóxicos.

Asegurar la evacuación de las personas, facilitar el acceso y las tareas de extinción del personal de bomberos.

Proveer a los locales de instalaciones para la detección y extinción del fuego.

Para determinar la cantidad de matafuegos necesarios se deben conocer las áreas a proteger, la carga de fuego, otras características.

En función del origen del fuego a extinguir seleccionamos la clase de matafuego:

Combustibles sólidos.

Líquidos o gases inflamables.

Equipos eléctricos energizados.

Metales combustibles.

En todos los casos debe instalarse como mínimo un matafuego cada 200 metros cuadrados de superficie a ser protegida y próximos a las zonas de escape.  
  
Recomendaciones para usar extintores:

Tire del seguro.

Párese a una distancia de 3 metros en la dirección del viento y apunte hacia la base de la llama.

Apriete el gatillo mientras mantiene el matafuego en posición vertical.

Muévalo lentamente de lado a lado, atacando desde la base la parte frontal del fuego antes de avanzar para evitar quedar atrapado.

Según sea el origen del fuego tenga presente, si se debe a:

Escapes de gas: colocarse de manera que la dirección del escape de gas coincida con la del extintor.

Filtraciones de productos del petróleo: deben extinguirse desde el área de combustión hacia la fuente de ignición.

Equipos eléctricos: recuerde no usar matafuegos de base acuosa, utilizar de polvo químico.

Combustible líquido: proyectar el agente extintor sobre paredes.

Recomendaciones generales:

Realizar el control periódico de recargas y reparación de equipos contra incendios.

Llevar un registro de inspecciones y las tarjetas individuales por equipos que permitan verificar el correcto mantenimiento y condiciones de los mismos.

Formar unidades entrenadas en la lucha contra el fuego, capacitar a la totalidad o parte de su personal e instruir en el manejo correcto de los distintos equipos contra incendio.

Diseñar un plan emergencias donde se establezca las medidas necesarias para el ccontrol de emergencias y evacuaciones.

[Riesgo Eléctrico](http://www.institutoseguro.com.ar/index.php?option=com_content&view=article&id=109:riesgo-electrico&catid=44:principales-riesgos&Itemid=260)

La electricidad es una de las principales causas de accidentes con peligro de muerte y de inicio de incendios, por ello debemos ser respetuosos y prudentes.  
  
Los trabajadores habitualmente realizan sus tareas cerca de instalaciones eléctricas, y aquellos que utilizan maquinas y/o herramientas eléctricas deben tomar las siguientes precauciones:

Asegúrese de que la instalación cuente con llaves térmicas, disyuntores diferenciales, y tableros normalizados identificados adecuadamente. Si las tomas presentan defectos o no son las adecuadas, no las utilice.

Mantenga despejada la zona frente a los tableros eléctricos y no utilice la sala de tableros como depósitos.

Cerciórese de contar con una adecuada puesta a tierra en instalaciones y máquinas, y no utilice adaptadores.

Accione los aparatos eléctricos con los instrumentos de mando con que fueron diseñados por el constructor, sin modificar la regulación de los dispositivos de seguridad que posee el equipo o la instalación eléctrica. Al usar un aparato o instalación verifique que esté en buen estado.

Si usted tiene las manos o pies húmedos o si las instalaciones o equipos eléctricos se encuentran mojados no los manipule. Si las tareas habitualmente se realizan en ambientes húmedos asegúrese que las máquinas y los elementos de la instalación cuenten con las correspondientes protecciones.

Corte el suministro de energía eléctrica, detenga la marcha, y avise al personal de mantenimiento si se produce la rotura u otro desperfecto en el elemento eléctrico que está operando, no intente repararlo e impida que algún otro trabajador manipule el aparato defectuoso.

Al advertir que un equipo emana humo, o aparecen chispas, o si percibe una sensación de hormigueo al tocarlo con la mano; dé aviso al personal de mantenimiento.

Respete las señales y protecciones destinadas a impedir el contacto del cuerpo con algún componente peligroso de la máquina o de una instalación. No abra dichas protecciones. Infórmese sobre las precauciones a adoptar para un trabajo seguro y lea los manuales instructivos antes de usar equipos eléctricos.

Si realiza tareas en proximidades de tendidos eléctricos aéreos o subterráneos, o de instalaciones eléctricas, adopte las precauciones necesarias o solicite instrucciones claras a un especialista.

Al finalizar la tarea, desconecte los cables de alimentación y los prolongadores.

Para desconectar una ficha tire de la misma, y nunca del cable de alimentación.

No intente reponer el fluido eléctrico en la oscuridad, verifique que se instale iluminación de emergencia.

Al socorrer a una persona electrocutada corte inmediatamente la corriente o en caso de no poder hacerlo utilice elementos aislantes para auxiliarla. Verifique el estado del accidentado, de ser necesario inicie la recuperación cardiopulmonar hasta la llegada del servicio médico.

La electricidad solo es perceptible al tacto, no modifique la regulación de los interruptores térmicos y/o magnéticos, evite correr riesgos.