

PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE FATIGA

PLAN ESTRATEGICO DE SEGURIDAD VIAL

UNIVERSIDAD DE LA GUAJIRA

Elaborado por:

Verónica Fuentes Orozco

Danna Fernanda Gereda Escobar

Laura Alejandra Merchán Calixto

COHORTE XXI 2025

UNIVERSIDAD SANTO TOMAS SECCIONAL BUCARAMANGA FACULTAD

2025

1. JUSTIFICACIÓN

El programa de prevención de fatiga permite diseñar estrategias dirigidas a encargados de conducir los vehículos de la Universidad de La Guajira, promoviendo su seguridad y bienestar, con la participación de la oficina de Seguridad y Salud en el Trabajo, Oficina de Bienes y Servicios y el proceso de Gestión del Talento Humano; se busca prevenir la aparición de cansancio y fatiga, programando tiempos de descanso en la jornada laboral; por consiguiente, se elimina la probabilidad de accidentes e incidentes.

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GENERAL

Diseñar un programa que permita monitorear las jornadas laborales y los periodos de descanso de los conductores de la Universidad de La Guajira, con el fin de promover desplazamientos seguros y oportunos.

2.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Diseñar e implementar estrategias educativas y de sensibilización para promover hábitos saludables de descanso, alimentación y autocuidado entre los conductores institucionales.
- Establecer lineamientos para las pausas activas y tiempos de conducción y descanso, con el fin de prevenir la fatiga y mejorar el desempeño y estado de alerta de los conductores.
- Incorporar indicadores que permitan medir el impacto del programa sobre la disminución de eventos relacionados con la fatiga.

- Fomentar una cultura institucional de autocuidado y corresponsabilidad frente a la prevención de la fatiga, a través del trabajo articulado entre, el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, Talento Humano y Bienes y servicios.

3. META

Lograr la implementación del total de las actividades establecidas en el programa de prevención de fatiga para los conductores de la Universidad de La Guajira.

4. ALCANCE

Este programa aplica a todos los conductores contratados por la Universidad de La Guajira para disminuir la tasa de accidentalidad por cansancio o fatiga y cumplir con la normatividad vigente aplicable en materia.

5. LINEA BASE

De acuerdo a lo establecido en el paso 8 de la Resolución 20223040040595 de 2022, para la definición de los programas de gestión de riesgos críticos y factores de desempeño. (Ministerio de Transporte, 2022)

6. DEFINICIONES

Accidente de tránsito: se define como un evento involuntario, causado por un vehículo en movimiento, que genera daños personales o materiales y afecta la circulación vial. (Ministerio de Transporte, 2022)

Cansancio: una sensación de fatiga, falta de energía o agotamiento. Puede ser físico, mental o ambos, y también se genera por factores como el esfuerzo físico o mental, el estrés, la falta de sueño, o incluso como síntoma de una enfermedad.

Descanso: se define como un periodo de tiempo durante el cual el trabajador se encuentra en reposo. Este descanso se puede manifestar en diferentes formas, como pausas dentro de la jornada laboral, descansos dominicales, festivos o vacaciones. Ayuda a aliviar la fatiga física o moral.

Colisión: es un encuentro violento entre dos o más vehículos, o entre un vehículo y un objeto fijo. (Ministerio de Transporte, 2022)

Conductor: título que corresponde a la persona capacitada técnica y teóricamente para la operación de vehículos.

Comparendo: orden formal de notificación para que el presunto contraventor o implicado se presente ante la autoridad de tránsito por la comisión de una infracción. (Ministerio de Transporte, 2022)

Fatiga: se manifiesta como una sensación de agotamiento, debilidad o carencia de energía, la cual puede afectar el desempeño en las actividades cotidianas. Suele presentarse como una reacción común ante el esfuerzo físico, el estrés, el déficit de sueño o la deshidratación.

Infracción: es la violación de una norma de tránsito. Puede ser, simple cuando se trate de violación a la norma o compleja cuando produce un daño material. (Ministerio de Transporte, 2022)

Sueño: estado natural y esencial de inconsciencia donde el cuerpo y el cerebro se reposan y se recuperan.

7. RESPONSABILIDADES Y RESPONSABLES

Alta dirección

Dispondrá los recursos requeridos para realizar las actividades propias del PESV y el programa de prevención de la fatiga. (Acuerdo No. 002 de 2025, 2025)

Dirección de Talento Humano

Será responsable de incluir en el plan de capacitaciones y bienestar e incentivos estrategias para prevenir la fatiga y campañas para la promoción y prevención de la salud.

La Oficina de Seguridad y Salud en el Trabajo

Se encargará de identificar los riesgos relacionados con la fatiga, diseñar e implementar campañas educativas y de sensibilización y hacer seguimiento a reportes de fatiga o agotamiento.

La Oficina de Bienes y Servicios

Será la encargada de planificar las rutas y jornadas de conducción evitando sobrecarga laboral y debe verificar que los conductores cumplan con los tiempos de descanso e informar novedades asociadas a fatiga.

Los conductores

Son responsables del cumplimiento de las recomendaciones de este programa y se comprometen a participar en las jornadas educativas, a reportar signos de fatiga y abstenerse de conducir en condiciones que pongan en riesgo a todos los actores viales.

8. LINEAMIENTOS

Ley 769 de 2002 “Por la cual se expide el Código Nacional de Tránsito Terrestre y se dictan otras disposiciones”

Resolución 20223040040595 de 2022 “Por la cual se adopta la metodología para el diseño, implementación y verificación de los Planes Estratégicos de Seguridad Vial y se dictan otras disposiciones”

La Ley 1503 de 2011, "Por la cual se promueve la formación de hábitos, comportamientos y conductas seguros en la vía y se dictan otras disposiciones.

Acuerdo No. 002 de 2025 “Por medio del cual se adopta la política de seguridad vial en la Universidad de La Guajira”

9. VIGENCIA DEL PROGRAMA

La vigencia inicial del programa será de un año, la cual podrá extenderse en función del cumplimiento de metas y del comportamiento de los factores de desempeño. Las actividades se desarrollarán permanentemente para garantizar el fortalecimiento continuo de las estrategias preventivas.

10. CONTENIDO

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	RESPONSABLES	DOCUMENTO/REGISTROS
Realización de sesiones	Realizar jornadas educativas para formar a los	Oficina de SST Talento Humano	Registro de asistencia, material de apoyo, evidencias fotográficas

educativas con los conductores	conductores sobre los riesgos de la fatiga al conducir.		
Promoción del mejoramiento del estado físico	Incentivar la realización de pausas activas y garantizar tiempos adecuados entre turnos de conducción.	Oficina de Bienes y Servicios Talento Humano	Cronograma de pausas activas
Evaluación de condiciones laborales asociadas	Identificar jornadas o tareas que puedan generar fatiga y proponer medidas correctivas.	Oficina de SST	Informe de evaluación, lista de recomendaciones, actas de seguimiento
Entrega de recomendaciones de autocuidado	Distribuir material informativo sobre sueño, alimentación y salud mental para prevenir fatiga.	Oficina de SST Bienestar Universitario	Volantes, afiches, correos informativos o evidencias de entrega

Registro y análisis de eventos relacionados	Registrar e investigar incidentes o reportes en los que la fatiga sea un posible factor contribuyente.	Oficina de SST	Formato investigación de accidentes e incidentes
Seguimiento al cumplimiento del programa	Evaluar periódicamente la implementación de las actividades del programa y su efectividad y medición de indicadores	Oficina de SST	Matriz de indicadores y plan de mejora si aplica

11. CRONOGRAMA

Actividad	Periodicidad	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic
Realización de sesiones	Trimestral	X			X			X			X		

educativas con los conductores													
Promoción del mejoramiento del estado físico	Mensual	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Evaluación de condiciones laborales asociadas	Semestral						X						X
Entrega de recomendaciones de autocuidado	Bimensual		X		X		X		X		X		X
Registro y análisis de eventos relacionados	Según ocurrencia	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Seguimiento al cumplimiento del programa	Semestral						X						X

12. INDICADORES

Para la realización de la medición del seguimiento al cumplimiento de este programa y se disponen los siguientes indicadores:

Porcentaje de conductores capacitados

Descripción: Mide las capacitaciones realizadas en relación con el total de conductores, para evaluar el alcance de las estrategias educativas del programa.

Formula:

$$\frac{\# \text{ de conductores capacitados}}{\text{Total de conductores}} \times 100\%$$

- **Porcentaje de cumplimiento de pausas activas programadas**

Descripción: Mide las pausas activas planificadas para reducir la fatiga.

Formula:

$$\frac{\# \text{ de pausas activas ejecutadas en el mes}}{\# \text{ de pausas activas programadas en el mes}} \times 100$$

- **Porcentaje de incidentes relacionados con fatiga**

Descripción: Registra los eventos o incidentes en los que la fatiga haya sido identificada como la causa.

Formula

$$\frac{\# \text{ de incidentes/accidentes causados por fatiga}}{\# \text{ total de accidentes}} \times 100\%$$

- **Porcentaje de ejecución de la jornada laboral**

Descripción: mide el tiempo laboral de los conductores de la Universidad de La Guajira.

Formula

$$\frac{\# \text{ de excesos en la jornada diaria laboral de los conductores}}{\text{Sumatoria total de los días trabajados por todos los conductores}} \times 100\%$$

13. Referencias

Acuerdo No. 002 de 2025. (5 de Mayo de 2025). Por medio del cual se adopta la política de Seguridad Vial en La Universidad de La Guajira. Riohacha, La Guajira, Colombia.

Ministerio de Transporte. (6 de Agosto de 2022). Ley 769 de 2002. *Código Nacional de Tránsito Terrestre*. Bogotá, Bogotá, Colombia.

Ministerio de Transporte de Colombia. (2022). Resolución 20223040040595 de 2022. *Establece las normas y directrices para la implementación del Plan Estratégico de Seguridad Vial en organizaciones*. Disponible en el sitio web del Ministerio de Transporte de Colombia: www.mintransporte.gov.co

CONGRESO DE LA REPUBLICA . (s.f.). *LEY 1503 DE 2011*. Obtenido de https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma_pdf.php?i=45453