



Company Name: _____ Job Site Location: _____

Date: _____ Start Time: _____ Finish Time: _____ Foreman/Supervisor: _____

Topic 318: Cell Phones and Text Messaging While Driving

Introduction: Today's fast paced society means instant response to any issues someone may have. To help us in our daily travels, communications companies are making it easier for us to keep in touch with those around us. With just a press of a button, we can instantly be connected to an employee on the job-site, the boss's office, the site-inspector, just about anyone we know can send and receive phone calls anywhere and "text" us when the need arises. Unfortunately, many people utilize driving time to catch up on any business that can be handled over the cell phone, or by text messaging. Not only is this very dangerous, but in many states, it is illegal or in legislative phases to becoming illegal, with mandates being made for at least "hands free" phone equipment. This is being enacted due to the alarming increase of accidents caused by drivers being distracted while on the phone or "texting".

A study at the University of Utah reached the following conclusions about the distraction of cell phone use while driving:

- **Talking** to someone who is not present is a greater distraction than talking to a passenger, or listening to the radio.
- **Driving performance** while talking on a cell phone is impaired at comparable levels to, or worse than, driving with a blood alcohol level of .08, which is the legal limit in most states.
- **In dense traffic**, cell phone users were on average, 20 % slower to respond to sudden hazards than other drivers.
- **Cell phone users** were about twice as likely to rear-end a braking car in front of them.
- **While driving, cell phone** users are extracting about 50 % of the visual information that non-cell phone drivers are processing.



NOTE: There are many other studies from various sources concerning cell phone use while driving. According to one study: "the use of a cell phone while driving increases the risk of having an accident four times." Another study found that using a cell phone in a vehicle increases the risk of becoming involved in an accident by 34 %. Though they may not agree as to the level of impairment caused by this distraction, they have all agreed that it is a great distraction and an unwise practice.

In order to stay a safe driver while using your cell phone or "texting", use common sense:

- **Pull off** to the side of the road or into a parking lot to talk on the phone, or text.
- **Use a "hands-free" set** even if it is not required in your state.
- **If you have** passengers in the vehicle with you, let someone else make the call for you.
- **If none of the above** is possible and you must make a call, keep the conversation brief and hang up or simply drop the phone if you encounter a risky driving situation. Safe driving takes precedence over phone etiquette; you can explain later.
- **Maintain even greater** distance between your vehicle and other vehicles while talking on the phone.
- **Do not dial** the phone while in traffic. Wait for a stop or pull safely off the road.
- **Keep conversations short.** Do not use the cell phone while driving for social visiting or other unnecessary tasks that would be better taken care of later when it does not endanger your and/or others life.



Conclusion: Psychology studies show that whether talking with a passenger or someone on the phone, people are less able to recall the details of a conversation carried on while driving. So, in addition to your physical health, it might not be wise to discuss business or personal relationships on the phone while driving. Taking into account run-ins with law enforcement for driving erratically, it would seem the best option to choose, would to be to turn your cell phone off. This would be the safest decision for you and your fellow commuters.

Work Site Review

Work-Site Hazards and Safety Suggestions: _____

Personnel Safety Violations: _____

Employee Signatures:

(My signature attests and verifies my understanding of and agreement to comply with, all company safety policies and regulations, and that I have not suffered, experienced, or sustained any recent job-related injury or illness.)

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

Foreman/Supervisor's Signature: _____

These guidelines do not supercede local, state, or federal regulations and must not be construed as a substitute for, or legal interpretation of, any OSHA regulations.



Nombre de la Compañía: _____ Localidad del Sitio de Trabajo: _____

Fecha: _____ Tiempo al Empezar: _____ Tiempo al Terminar: _____ Supervisor: _____

Tópico 318: Teléfonos Celulares y Mensajes de Texto Mientras Maneja

Introducción: El paso rápido de la sociedad hoy en día significa una reacción instantánea a cualquier cuestión que alguien pueda tener. Para ayudarnos en nuestros viajes diarios, las compañías de comunicación están haciéndolo mas fácil para nosotros para mantenernos en contacto con aquellos a nuestro alrededor. Con solo presionar un botón, podemos instantáneamente conectarnos con un empleado en el sitio de trabajo, la oficina del jefe, el inspector del sitio, casi cualquiera que conozcamos puede enviar y recibir llamadas telefónicas y mandar un “mensaje de texto” en cualquier lugar cuando la necesidad surja. Desafortunadamente, mucha gente utiliza el tiempo para manejar para ponerse al corriente en cualquier negocio que pueda manejarse por el teléfono celular, o por mensajes de texto. No solamente es esto muy peligroso, pero en varios estados es ilegal, o se encuentra en las fases legislativas de llegar hacer ilegal, con mandatos siendo hechos para que al menos utilicen el equipo telefónico de “manos libres”. Esto se esta llevando acabo debido al alarmante incremento de accidentes causados por conductores distraídos mientras hablan o mandando “mensajes de texto” en el teléfono.

Un estudio en la Universidad de Utah ligo a la siguiente conclusión sobre las distracciones del uso de los teléfonos celulares mientras maneja:

- **Hablar** con alguien que no este presente es una mayor distracción que hablar con un pasajero, o escuchar el radio.
- **Su actuación** de manejo mientras habla en un teléfono celular es debilitada al nivele de comparación a, o mas peor que, manejar con un nivel de alcohol en la sangre de 0.8, cual es el limite legal en la mayoría de los estados.
- **En tráfico** denso, los usuarios de teléfonos celulares, en un promedio, fueron 20% mas lentos en responder a peligros repentinos que otros conductores.
- **Los usuarios** de teléfonos celulares fueron dos veces más probables de chocar por atrás a un carro frenando enfrente de ellos.
- **Mientras manejan, los usuarios** de teléfonos celulares extraen alrededor de 50% de la información visual que los conductores que no utilizan teléfonos celulares procesan.



NOTE: Existen muchos otros estudios de varias fuentes conforme el uso de teléfonos celulares mientras maneja. Según un estudio: “el uso de teléfonos celulares mientras maneja incrementa cuatro veces el riesgo de tener un accidente”. Otro estudio encontró que utilizar un teléfono celular dentro del vehículo incrementa el riesgo de llegar a involucrarse en un accidente por 34%. Aunque no puedan estar de acuerdo conforme el nivel de debilidad causado por la distracción, todos están de acuerdo que es una gran distracción y una practica imprudente.



Para permanecer un conductor seguro mientras usa su teléfono celular o mientras manda “mensajes de texto”, use el sentido común:

- **Diríjase para** la orilla del camino o hacia un estacionamiento para hablar por teléfono, o mandar mensajes de texto.
- **Utilice un set de “manos libres”** aunque no sea requerido en su estado.
- **Si lleva** pasajeros en el vehículo con usted, deje que alguien mas haga la llamada por usted.
- **Si nada de lo antedicho** es posible y debe hacer una llamada, mantenga la conversación breve y cuelgue o simplemente deje caer el teléfono si se encuentra en una situación arriesgada. El manejar seguramente toma preferencia sobre las éticas del teléfono.
- **Mantenga una distancia** aun más grande entre su vehículo u otros vehículos mientras habla por teléfono.
- **No marque** el teléfono mientras este en trafico. Espere por un alto o diríjase, sin arriesgarse, fuera del camino.
- **Mantenga las conversaciones cortas.** No utilice el teléfono celular para visitas sociales u otras tareas innecesarias que seria mejor llevar acabo más al rato cuando no ponga en peligro su vida y/o la de otros mientras maneja.



Conclusión: Los estudios psicológicos muestran que aunque platiemos con un pasajero o alguien sobre el teléfono, somos menos posible de recordar los detalles de una conversación realizada mientras maneja. Por lo tanto, además de su salud física, puede que no sea sabio discutir negocios o relaciones personales por el teléfono mientras maneja. Tomando en cuenta los encuentros con la policía por manejar de modo irregular, al parecer la mejor opción a escoger seria, apagar su teléfono celular. Esto seria la decisión más segura para usted y sus compañeros que viajan diariamente al trabajo.

Revisión del Sitio de Trabajo

Peligros del Sitio de Trabajo y Sugerencias de Seguridad: _____

Infracciones de Seguridad del Personal: _____

Firmas de Empleados:

(Mi firma atestigua y verifica mi comprensión y acuerdo a cumplir con todas las pólizas y regulaciones de seguridad, y que no he sostenido ninguna lesión o enfermedad relacionada con mi trabajo.)

Firma del Supervisor: _____

Estas pautas no remplazan regulaciones locales, estatales, o federales y no deben ser interpretadas como substitución, o interpretación legal de las regulaciones de OSHA.