

## Fatiga y somnolencia: Las amenazas silenciosas detrás de los siniestros viales en los contextos laborales del país

Los siniestros de tránsito se han convertido en la principal causa de muerte en

tre los trabajadores en Chile. Según datos de Mutual de Seguridad, cerca del 66% de los accidentes laborales fatales están directamente relacionados con los siniestros viales. Por esta razón, en el marco del Mes de la Seguridad Vial, Mutual de Seguridad decidió centrar sus esfuerzos en visibilizar esta problemática poniendo a disposición de adherentes y usuarios una

serie de documentos, guías e información esencial para enfrentar esta problemática. Desde la institución explican que factores como el exceso de velocidad y el uso de distractores, como el celular, son las principales causas de los accidentes de tránsito. No obstante, desde el plano laboral a estos factores también se suman otros como la fatiga y somnolencia en

horas de trabajo. "Podemos considerar, por una parte, el exceso de velocidad y la pérdida del control del vehículo. Por otra parte, el uso de distractores, que está muy asociado a la conducción atenta al celular. Y otro fenómeno que también se ha dado últimamente es la fatiga y la somnolencia (entre los conductores que cumplen funciones). Debido a eso hemos desarrollado herramientas de autogestión que están disponibles para todo nuestro adherente" y con las que se pueden evaluar los riesgos asociados a estas dos condiciones, dijo Luis Stuven, gerente

de Seguridad Vial de Mutual de Seguridad. Las cifras son preocupantes, explican desde Mutual. En Chile ocurren, en promedio, más de 80.000 siniestros viales al año, dejando alrededor de 1.600 personas fallecidas y más de 50.000 lesionadas. De ahí, agregan, la importancia de avanzar en identificar a tiempo factores como la fatiga y la somnolencia, las que se vuelven en factores críticos en actividades productivas. "Son similares, pero no lo mismo. La fatiga es un cansancio extremo—físico, mental o emocional— que no mejora solo con dormir. En cambio, la

somnolencia es un sueño excesivo que aparece en momentos inadecuados y puede ser muy peligroso", detalló Alejandra Jachura, doctora especialista en Medicina Laboral de Mutual de Seguridad. Ante estos síntomas, recomendó solicitar evaluación médica o psicosocial para identificar sus causas. Uno de los sectores más vulnerables es el transporte, ya que conductores de carga y de pasajeros enfrentan jornadas extensas que propician el agotamiento, dando pie a la fatiga y somnolencia. "Sin duda es muy importante tener una mirada específica para este público. Las horas de conducción son muy largas y eso intensifica la fatiga y somnolencia", dijo al respecto Angélica Zelaya, gerente de Clientes y Servicios de Transporte, Energía, Telecomunicaciones e Industrias de Mutual de Seguridad.

