

LA FATIGA MATA

RÁPIDA
Y
VISIBLE

A
C
C
I
D
E
N
T
E

LENTA
Y
OCULTA

Vascularización deficiente
Hipertensión Arterial
Alteraciones analíticas
(aumento de colesterol en
sangre, hiperglucemia...),
Hernias Discales
Escoliosis
Artropatías
Perdidas de visión
Hipoacusias
Hemorroides
Impotencia
Úlceras de estómago
Prostatitis
Lesiones coronarias
Ictus (trombosis,
isquemia cerebral.) Etc...

Contacta con **nosotros** para obtener
representación sindical en tu lugar de
Trabajo. carretera@ccoo.cat



federació serveis a la ciutadania
sector carretera

LOS TRABAJADORES Y
TRABAJADORAS DEL
TRANSPORTE
RESPONDEN:
**¡ORGANICÉMONOS
MUNDIALMENTE!**

www.ccoo.cat/fct/carretera

Barcelona 08003 Via Laietana, 16 - 7a.

Tel. 93 481 27 65 / 93 481 27 66



LA GARANTIA
TU HI GUANYES

VIH/SIDA
DISCRIMINACIÓN
DEMORAS EN LAS FRONTERAS
EMPLEO PRECARIO
PRIVATIZACIÓN
ATAQUES A LOS DERECHOS SINDICALES
EMPLO INFORMAL
TIEMPOS DE DESCANSO INSUFICIENTES
CORRUPCIÓN
DESEMPLEO JUVENIL
DESIGUALDAD
LOS TRABAJADORES DEL TRANSPORTE
RESPONDEN:
¡ORGANICÉMONOS MUNDIALMENTE!
SALARIOS INJUSTOS
ÁREAS DE SERVICIO DEFICIENTES
VIOLENCIA EN EL TRABAJO
EXCESIVAS HORAS DE TRABAJO
NEOLIBERALISMO
EXTERNALIZACIÓN
DESTRUCCIÓN DE EMPLEO
SOBORNOS
DUMPING SOCIAL
RECORTES EN LOS SERVICIOS PÚBLICOS
FALSOS AUTONOMOS
FATIGA
SEMANA DE ACCIÓN
INTERNACIONAL
www.itfglobal.org



federació serveis a la ciutadania
sector carretera

**SEMANA DE ACCIÓN
INTERNACIONAL** www.itfglobal.org
7-13 OCTUBRE 2013

LA FATIGA MATA !!!!!!!



Desde **CCOO** en colaboración con la **ITF** (Federación Internacional de Trabajadores del Transporte) y la **ETF** (Federación Europea de Trabajadores del Transporte) exigimos medidas al Consejo de Ministros de Transporte, al Parlamento Europeo, a la Comisión Europea, a los Gobiernos estatales, y a los empresarios, **mejorar las condiciones de vida y trabajo de los conductores**. Estas condiciones mínimas deberían reconocer:

- **Cada conductor tiene derecho a un descanso después de cuatro horas de conducción continuada o después de cinco horas de trabajo continuo.**
- **El tiempo de conducción total máximo no debe exceder las 9 horas.**
- **El tiempo semanal máximo de conducción no debe exceder las 48 horas.**
- **El período de descanso diario no debe ser nunca inferior a 8 horas consecutivas.**

La delimitación de los factores de riesgo en carretera no pueden limitarse simplemente a los factores técnicos que afectan a la seguridad vial, tales como el uso del cinturón de seguridad, el control efectivo de la velocidad o el diseño de carreteras. Nuestras reivindicaciones buscan conseguir lograr objetivos de limitación de las horas de trabajo de los conductores y conductoras y mejorar sus condiciones proporcionándoles áreas de descanso adecuadas y seguras, y la garantía de unas condiciones laborales óptimas que no sean objeto de continuos ataques que las precaricen.

¡PERMANECER UNIDOS!



Permanecer unidos es la única vía para proteger unas condiciones laborales dignas.

En los últimos años **las condiciones y los salarios** de los trabajadores/as **han empeorado**: las pérdidas de empleo, la polivalencia funcional, las jornadas más largas de trabajo y el tiempo de descanso insuficiente que conduce a la fatiga, el **bloqueo de la negociación colectiva** que daña la efectividad de los convenios, no han hecho más que acrecentar esta situación.

Además **la liberalización** y privatización del transporte **ha provocado un aumento de las incidencias** de violencia y estrés en el trabajo. Con el aumento de la subcontratación, **muchos trabajadores/as** del transporte **son empleados como autónomos**, fuera de lo que es la definición legal de empleado: muchos conductores y conductoras son obligados a trabajar como “conductores-propietarios” en una situación de **total dependencia económica de las empresas**.

En todas las regiones del mundo **nos enfrentamos a serios problemas** en el lugar de trabajo: **largas jornadas, soborno y corrupción** de funcionarios públicos, **esperas en frontera, falta de instalaciones** y servicios, **amenazas** contra la integridad de los trabajadores y la **insuficiente protección social** en materia de salud y jubilación. **Europa no es una excepción a estas amenazas.**



¡MÁS DESCANSOS!

En general la fatiga causa:

- Mal estado general orgánico.
- Dolor
- Pesadez
- Torpeza en los movimientos

La sintomatología que alerta de la aparición de la fatiga:

- Sudor en las manos...
- Sed
- Pesadez de párpados (se cierran con frecuencia, o con fuerza o se frotan con las manos)
- Dolor en la nuca, o en las piernas...
- Picor en el cuero cabelludo
- Incremento del consumo de cigarrillos, caramelos u otras sustancias
- Se sale de la ruta, colea, no se concentra, bosteza
- No controla sus ojos, sus ojos se cierran y no enfocan
- No ve las señales de tráfico
- Tiene problemas para mantener su cabeza erguida
- Hace maniobras bruscas
- Está irritable

Cuando sufras algunos de los anteriores síntomas . . .

Piensa que los esfuerzos de los Individuos son limitados, **CCOO, tu sindicato**, podrá negociar mejores condiciones colectivas con tu empleador.