

	PLAN DE MITIGACIÓN DE LA FATIGA										KP-F-SST-76 REV 0 NOV 2024			
Nombre											Fecha			
Proyecto														
Alcance														
Desarrollo de Actividades														
HORARIO DE TRABAJO														
Jornada	20-10		14-7		30-15		Otro							
Horarios diarios							Turno							
Hora de inicio			Hora de finalización			Cálculo:			Turno		Día		Noche	
Fórmula del cálculo= $\Sigma(\text{Número de días trabajados} * \text{Horas trabajadas por día}) * 7 / \text{Número de días trabajados} + \text{Número de días de descanso}$														
TRANSPORTE														
Horarios de transporte			Ruta				Tiempo de viaje			Confort de unidades				
										Bueno ()	Malo ()			
Controles										Aplica	No Aplica			
Identificación de riesgo de fatiga de los trabajadores (tests u otros)														
Identificar problemas de insomnio, apnea u otros temas de salud que afecten la calidad de sueño de los trabajadores.														
Promover buenos hábitos de descanso														
Incrementar un grupo de retén o volante														
Promover los buenos hábitos alimenticios														
Lugar de descanso adecuado														
Seguimiento del tiempo de viaje de los trabajadores														
Reducción del horario de trabajo														
Pruebas de alcohol a conductores y personal que realiza labores de alto riesgo.														
Pernotación obligatoria en campamento a partir de las 12 horas de trabajo diario														
Prohibiciones de manejo para el personal con mayor riesgo de fatiga.														
Incremento de número de días de descanso														
Reducción/eliminación de turno de noche														
Incremento de supervisión														
Verificación de aspectos sociales y familiares que afectan el descanso del trabajador.														
Personal disponible de relevo														
Mejoras de las condiciones del lugar de trabajo														
Política para el control de las siestas														
Capacitación en fatiga														
Automatización de equipos para trabajos que producen fatiga														
Conformación de trabajo en grupos														
Medios o sistemas de Comunicación														
Hidratación y nutrición durante su guardia														
OTROS														
OBSERVACIONES														
Elaborado por						Aprobado por								
Nombre							Nombre	Nombre						
Firma							Firma							