



## POLÍTICA DE REGULACIÓN DE HORAS DE CONDUCCIÓN Y DESCANSO

OFICINA DE DIRECCION ESTRATEGICA

SEI-PLE-OD-14

Elaborado  
23-01-2019

Versión: 1



## POLÍTICA DE REGULACIÓN DE HORAS DE CONDUCCIÓN Y DESCANSO

**MGM INGENIERÍA Y PROYECTOS**, asumiendo el compromiso a implementar las medidas descritas en las directrices fijadas por la Ley 769/2002 CNT, la Ley 1503 y la Resolución 1565, velará por preservar la integridad de todos sus colaboradores que se involucran en las labores misionales de la empresa, recomendando de manera insistente a sus conductores que se abstengan y comprometan a no conducir, sin que se hayan tenido 8 horas de sueño previas a emprender su labor asignada, para de esa manera poder desempeñarla en óptimas condiciones de salud ,mental y física .

En adición a lo anterior se recomienda a al personal que desarrolla labores de conducción:

- ▶ Tener como mínimo 8 horas continuas de sueño previas a la ejecución de las labores de conducción
- ▶ Programar y realizar pausas activas en periodos de 25 min cada 4 horas, o de 15 min cada 2 horas de conducción continua
- ▶ Desarrollar las pausas activas bajo condiciones seguras es decir estacionado a un lado de la vía, accionar las luces estacionarias para indicar su estado de detención, estacionar el vehículo en un lugar (berma o bahía de estacionamiento) donde no obstaculice el tránsito de los demás actores viales
- ▶ No conducir por más de 4 horas continuas
- ▶ Conservar unos buenos hábitos de sueño para que su rendimiento físico-mental no se vea afectado
- ▶ No exceder las jornadas laborales establecidas por la empresa en el reglamento interno de trabajo

CONSULTAR FIRMAS EN ORIGINALES

**NÉSTOR H. GONZÁLEZ**  
DIRECTOR EJECUTIVO