



PREVENCIÓN DE ACCIDENTES IN ITÍNERE Y EN MISIÓN



iturri
GROUP



MINISTERIO
DEL INTERIOR

DGT
Dirección General
de Tráfico



© MINISTERIO DEL INTERIOR

DIRECCIÓN GENERAL DE TRÁFICO

SUBDIRECCIÓN GENERAL DE POLÍTICAS VIALES

UNIDAD DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA

C/ Josefa Varcárcel, 44
28071 Madrid
www.dgt.es

Coordinación DGT: Perfecto Sánchez Pérez y José Luis García del Canto

Diseño e ilustración: Carlos Navarro y DRIMWAY STUDIOS

Asesoría pedagógica: Nereida Iglesias y la Federación de Asociaciones de Educación de Adultos

NIPO: 128-15-032-6

Depósito Legal: M-23667-2015

Impresión:

Catálogo general de publicaciones oficiales: <http://publicacionesoficiales.boe.es>

PREVENCIÓN DE ACCIDENTES IN ITÍNERE Y EN MISIÓN



ÍNDICE



¿Qué es la Seguridad Vial Laboral?	7
¿Qué son los Accidentes Laborales de Tráfico? Los accidentes in itinere y en misión	8
¿Cuáles son las causas? ¿Qué factores inciden?	9
El factor humano	9
El factor mecánico	10
Los factores ambientales	11
La gestión de la actividad laboral	12
La seguridad en el trabajo comienza al salir de casa	13
Peatón	14
Ciclista	15
Transporte público o de empresa	16
Conductor	16
Pasajero	18
Conductor de motocicleta	19
Qué hacer si tienes un accidente vial laboral: antes, durante y después	21
Recomendaciones para las empresas	26





≡ ¿QUÉ ES LA SEGURIDAD VIAL LABORAL?

La Seguridad Vial Laboral son los conocimientos y las actitudes que te permiten actuar con seguridad cuando realizas desplazamientos por motivos laborales: al ir o volver del trabajo o dentro de la propia jornada laboral.

Prevenir los accidentes laborales de tráfico es una responsabilidad de los trabajadores y de las empresas:

- Las personas debemos conocer las causas de los accidentes laborales de tráfico y como, conductores, pasajeros o peatones, prevenirlas.
- Las empresas deben conocerlas y velar por la seguridad de sus trabajadores.



*Más del 11% de los **accidentes de trabajo leves** son accidentes de tráfico, es decir, son accidentes laborales de tráfico.*

*Las cifras aumentan en el caso de los **accidentes de trabajo graves**: el 21,8% de ellos son de tráfico.*

*Además, en el caso de los **accidentes de trabajo mortales**, los de tráfico representan el 32,4%.*

¿QUÉ SON LOS ACCIDENTES LABORALES DE TRÁFICO? LOS ACCIDENTES IN ITÍNERE Y EN MISIÓN

Un accidente laboral de tráfico es aquel que sufre un trabajador por cuenta ajena durante su jornada de trabajo o en la incorporación o retorno al centro de trabajo, siempre que intervenga un vehículo en circulación.

Los accidentes laborales de tráfico pueden ser de dos tipos:

- **Accidentes in itínere**, que significa “en el camino”, son accidentes viales que se producen en el trayecto entre el domicilio del trabajador y el puesto del trabajo, aunque no sea la vivienda habitual, en el tiempo inmediato o razonablemente próximo a la hora de entrada o salida del trabajo.



- **Accidentes en misión** son aquellos que se producen en los desplazamientos durante la jornada laboral, al realizar una tarea aunque sea distinta de las habituales: una actividad o encargo encomendado como parte del trabajo, tanto si se realiza con un vehículo de empresa como con el vehículo propio.





■ ¿CUÁLES SON LAS CAUSAS? ¿QUÉ FACTORES INCIDEN?

Hay diversos factores que pueden estar presentes en un accidente laboral de tráfico: el factor humano, el factor mecánico, los factores ambientales -la vía y las condiciones meteorológicas-, la gestión de la actividad laboral -cómo se organizan tareas, las rutas...-. Conocerlos nos ayuda a prevenir los riesgos.

▢ EL FACTOR HUMANO

Todo lo relacionado con las personas, nuestro estado, nuestros hábitos y comportamientos, por ejemplo:

- La capacidad, la formación, los hábitos que tenemos como conductores, pasajeros, acompañantes, o peatones.
- Nuestro estado psicofísico: fatiga, sueño, cansancio, estrés, enfermedades o lesiones leves (catarro, gripe, alergia, dolor de espalda, etc.).
- El estrés laboral, la presión por cumplir objetivos o tareas en determinados tiempos, la precariedad laboral, las prisas...
- El consumo de alcohol y drogas es absolutamente incompatible con la conducción: altera la percepción de la realidad -se valoran peor las distancias, el campo visual se reduce y se produce efecto de visión en túnel, es más difícil calcular y adecuar la velocidad...-. Hace que asumamos mayores riesgos y se seamos menos prudentes por lo que se cometen más infracciones.
- El uso de dispositivos electrónicos, teléfonos móviles con manos libres, GPS...



- Los efectos de medicamentos habituales (como analgésicos o antihistamínicos) que aun si han sido recetados pueden producir somnolencia, falta de atención o de reflejos...
- Distracciones y comportamientos inadecuados tanto si somos el conductor, pasajero, acompañante o peatón: ir pensando en otra cosa, mirar un mapa o plano, consultar papeles del trabajo, distraer al conductor.
- Falta de reacción y respuestas automatizadas ante circunstancias adversas, difíciles o inesperadas: atascos, circulación lenta y retenciones, incorporaciones y salidas de las vías principales, niebla, iluminación de las vías, la rutina al transitar por carreteras muy conocidas...



EL FACTOR MECÁNICO

Factor mecánico o factor vehículo es todo lo relacionado con las condiciones en qué está el vehículo y las medidas de seguridad con las que cuenta.

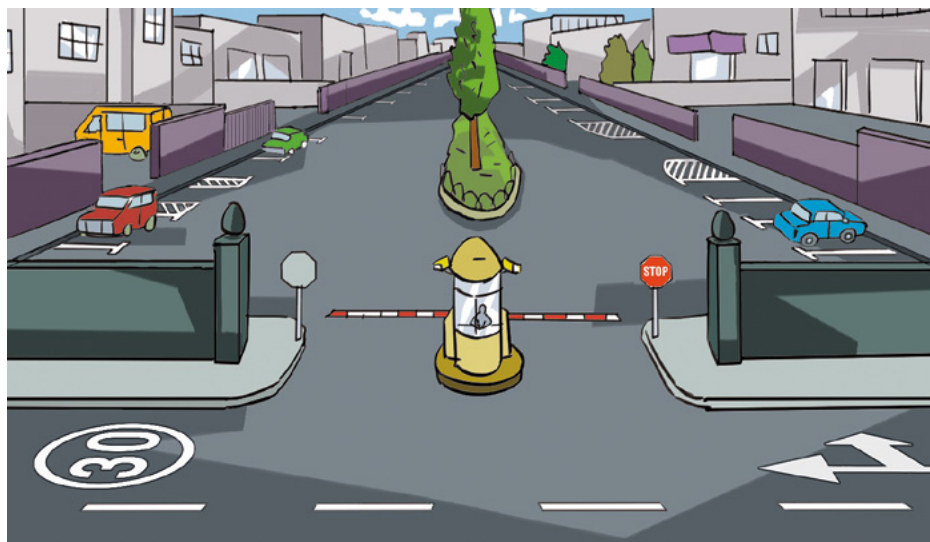
- La antigüedad del vehículo: a partir de los 8-10 años aumenta la probabilidad de que se produzca un fallo mecánico que pueda provocar un accidente.
- Un vehículo más nuevo dispone de mecanismos de seguridad pasiva -como el airbag, chasis y carrocería, el tipo de cristal del parabrisas, reposacabezas...- que pueden minimizar los daños en los ocupantes en el caso de accidente.



LOS FACTORES AMBIENTALES

Los factores ambientales son los relacionados con la calzada o vía, las condiciones meteorológicas, el control del tráfico...

- El estado de la vía: su diseño o trazado, la anchura, la pendiente, la conservación y estado del pavimento, la señalización, el número de carriles...
- El entorno de la vía: la señalización y su localización, la presencia de barreras protectoras, bolardos, objetos del mobiliario urbano, la visibilidad e iluminación...
- Un conjunto de elementos cambiantes: la climatología, la oscuridad, niebla, lluvia, nieve o hielo, obras en la vía, cruce de animales, otros vehículos y peatones, atascos, retenciones, etc.
- Las medidas de control de tráfico y la supervisión de los agentes: pasos para peatones y rotondas, controles policiales, cámaras de control de tráfico...



LA GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD LABORAL

Los factores laborales de riesgo tienen que ver con la organización y gestión del trabajo, se debe atender a:

- La planificación de las rutas y los tiempos: deben ser realistas y adecuados a los diversos factores.
- Los niveles de productividad: las políticas de remuneración basadas en tiempos de entrega poco realistas con la situación vial del entorno.
- La gestión de las comunicaciones: si la empresa o nuestro entorno se acostumbran a llamar y ser llamados por teléfono durante la conducción.
- La coincidencia de horarios de llegada y salida en los accesos a polígonos.
- La limitación de los tiempos reservados para el reparto de mercancías...





LA SEGURIDAD EN EL TRABAJO COMIENZA AL SALIR DE CASA

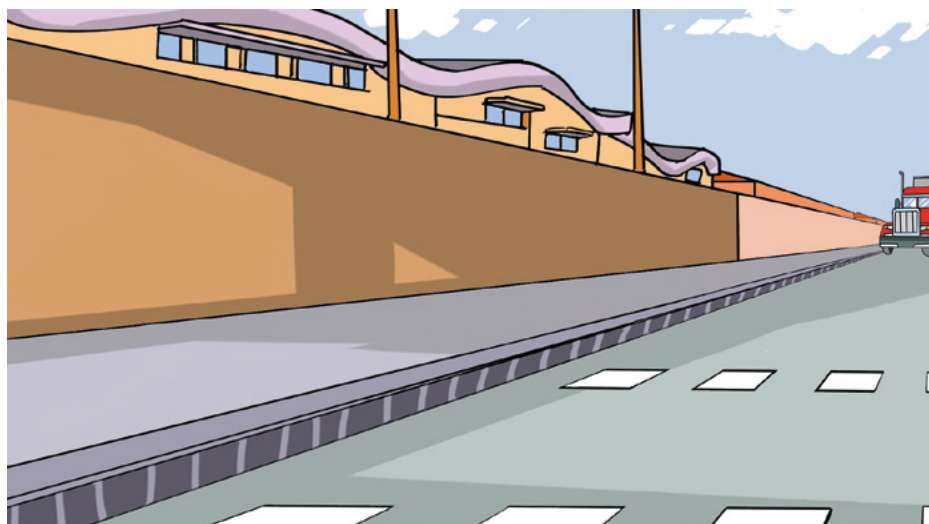
- **Evita los trayectos rutinarios:** la mayoría de las veces solemos realizar los mismos trayectos para acudir o regresar del trabajo, pero las circunstancias del tráfico no son iguales. Por eso debes estar atento a las circunstancias puntuales del tráfico y adecuar la conducción a las mismas. El lunes es el día de la semana en que se registran más accidentes laborales de tráfico.
- **Evita ir con prisas:** el 70% de los accidentes laborales de tráfico se producen al ir al trabajo, son accidentes in itinere. Se circula a mayor velocidad para llegar a tiempo, por la productividad ligada a fichar a unas horas determinadas... Estas circunstancias pueden generar estrés y hacer que asumas más riesgos.
- **Evita el uso de dispositivos electrónicos:** tras minuto y medio de hablar por el móvil con el “manos libres”, el conductor no percibe el 40% de las señales, su velocidad media baja un 12%, el ritmo cardiaco se acelera bruscamente y se tarda más en reaccionar. Usar el móvil a la vez que se camina distrae de lo que ocurre en la calzada: cruces, semáforos, pasos de cebra... No manipules GPS en marcha.



PEATÓN

Si vas al trabajo caminando, si estás haciendo un reparto o una tarea andando como parte de tu trabajo:

- **Utiliza el trayecto más seguro:** camina por las aceras, no corras atropelladamente aunque vayas con mucha prisa. No cruces entre vehículos estacionados que no te dejan ver a otros vehículos e impiden que ellos te vean.
- **Hazte ver:** si es de noche o muy temprano, si caminas por zonas mal iluminadas, por vías interurbanas o polígonos industriales..., lleva ropa de alta visibilidad o chaleco reflectante.
- En polígonos industriales, presta especial atención a la **entrada y salida de grandes vehículos**, a sus maniobras, a las zonas de aparcamiento, de carga y descarga.
- Ten mucha **precaución** si caminas y hablas por teléfono a la vez: mira alrededor, no cruces indebidamente, pon atención al resto de peatones...



CICLISTA

Si para desplazarte al trabajo o para realizar tareas utilizas bicicleta:

- Respeta las señales y cumple las normas de circulación: los ciclistas deben observar las mismas normas de circulación que el resto de conductores.
- No bebas alcohol ni consumas otras drogas.
- Si estás tomando medicamentos, con o sin receta médica (analgésicos, antihistamínicos...) consulta a un especialista.
- Recuerda que está prohibido circular con auriculares o hablando por el móvil.
- Utiliza siempre el casco de seguridad, aunque no sea obligatorio. Usa prendas reflectantes que te hagan especialmente visible.
- Lleva alumbrado y extrema la precaución si circulas muy temprano o de noche, por pasos inferiores, túneles o en condiciones adversas como los días de niebla, lluvia o viento. Circula más despacio porque aumentan las posibilidades de caídas.
- En polígonos industriales presta especial atención a la entrada, salida y maniobras de grandes vehículos y a las zonas de carga y descarga.
- Usa rutas alternativas para evitar las grandes aglomeraciones.



☐ TRANSPORTE PÚBLICO O DE EMPRESA

- Espera tu turno en la parada, sin salir a la calzada y sin entorpecer el paso de peatones.
- Sube y baja de forma ordenada, cuando el autobús esté detenido.
- Cruza por detrás y alejado del autobús, nunca por delante: espera que se vaya para ver si circulan otros vehículos.
- Utiliza el cinturón de seguridad durante todo el trayecto.



☐ CONDUCTOR

Si te desplazas en coche, particular o de empresa, o si haces un desplazamiento como parte de tu trabajo:

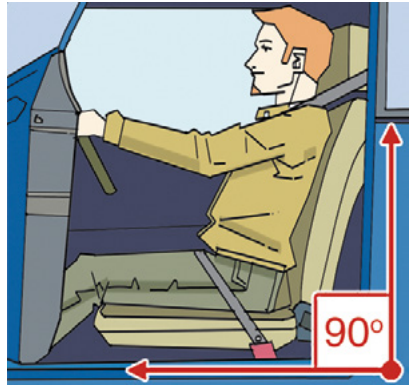
- Evita las distracciones y concéntrate en la conducción: conciencia a tu entorno laboral y familiar de la importancia de evitar llamadas y mensajes para no distraerte al volante. Apaga el móvil para evitar la tentación de cogerlo.

- Revisa y mantén el vehículo en buen estado, presta especial atención a los frenos, la dirección, neumáticos, luces..., asegúrate de que ha pasado la ITV.



- Si usas un vehículo de empresa, comunica las incidencias y necesidades de revisión a través de los cauces establecidos.
- Si puedes, planifica el trayecto: evita las horas punta y zonas conflictivas. Si no puedes, ve con tiempo suficiente para evitar actitudes temerarias.

- Lleva siempre abrochado el cinturón de seguridad, ajusta el asiento, los espejos retrovisores y coloca el reposacabezas adecuadamente, especialmente si no es tu coche habitual.



- Respeta las señales y normas de tráfico, adecua los límites de velocidad al estado de la vía, a las condiciones meteorológicas y a tu estado físico o psíquico, mantén la distancia de seguridad.
- No tomes alcohol ni otras drogas. No fumes mientras conduces. Controla las comidas copiosas si vas a conducir.
- Si estás tomando medicamentos, con o sin receta médica (analgésicos, antihistamínicos...) consulta a un especialista antes de conducir.
- Evita temperaturas elevadas en el vehículo, abre la ventanilla para ventilar, usa las salidas de aire para despejarte.

- No conduzcas cansado o con sueño: descansa y no arriesgues, haz paradas cada 2 horas o cada 200 kilómetros en trayectos largos. Si notas sueño estaciona el vehículo en lugar seguro y duerme.



- Escucha música o la radio pero no la manipules mientras conduces.
- Utiliza gafas mejor que lentillas para evitar la fatiga ocular.

PASAJERO

Si compartes vehículo para desplazarte al trabajo:

- Lleva siempre puesto el cinturón de seguridad, delante y detrás.
- Coloca el asiento y reposacabezas de forma adecuada a tu altura: son elementos de seguridad, no sólo de comodidad.
- Ayuda al conductor a elegir la ruta, a estar atento a la vía y las circunstancias: no discutas, no agobies al conductor, facilítale la tarea de conducir.
- No bebas ni consumas drogas o sustancias si estás en tiempo de trabajo. Si has bebido no molestes al conductor.



CONDUCTOR DE MOTOCICLETA

Si te desplazas en motocicleta o haces desplazamientos en motocicleta como parte de tu trabajo:

- Utiliza casco homologado, sin holguras y llévalo bien abrochado.
- Cumple con el código de circulación, evita los adelantamientos por huecos.
- Hazte visible, utiliza ropa reflectante y señaliza las maniobras.
- Sé más cuidadoso en días con condiciones climatológicas adversas.
- Realiza revisiones periódicas para asegurar el buen estado de la motocicleta: desgaste de piezas, limpieza regular...
- Si llevas carga, asegúrate de que está correctamente ubicada y fijada, de que no puede desplazarse o soltarse durante la marcha.



Recuerda:

- ✓ No consumas alcohol, drogas u otras sustancias que alteren tu capacidad de atención.
- ✓ Apaga el teléfono para que no pueda molestarte mientras conduces.
- ✓ Programa el GPS antes de iniciar la marcha, no manipules la radio, no consultes mapas ni documentos mientras conduces.
- ✓ Respeta las normas: cumple con el código de circulación.

**A ir o volver del trabajo,
al hacer un desplazamiento como
parte de tu trabajo,
tu trabajo es conducir.**



■ QUÉ HACER SI TIENES UN ACCIDENTE VIAL LABORAL: ANTES, DURANTE Y DESPUÉS

Si tienes un accidente al ir o volver del trabajo o en un desplazamiento como parte del mismo:

- Mantén la calma, ponte el chaleco de seguridad antes de bajar del coche y, si es posible, retira el vehículo a un lugar seguro donde afecte lo menos posible al tráfico.
- Detén el motor y quita el contacto. Pon las luces de emergencia, tanto de día como de noche, también las de posición si son necesarias. Si hay niebla o baja visibilidad, extrema las medidas de señalización.
- Señaliza y coloca los triángulos a un mínimo de 50 metros asegurando que es visible desde 100m para que otros vehículos puedan evitar el peligro.
- Evalúa la situación. No te precipites y mantén la calma.



Si hay personas heridas

- Llama al teléfono de emergencias 112 y contesta a las preguntas que te hagan. Habla con calma. Indica dónde se ha producido el accidente y el sentido de la vía en el que se ha producido.
- Informa del tipo de accidente y número vehículos implicados. Explica los detalles (el número de heridos, estado de consciencia, etc.). Si hay personas atrapadas, indícalo para que se alerte a los bomberos.
- Si estás herido, espera en un lugar protegido a que lleguen los servicios de emergencias.
- Si ayudas a otras personas heridas recuerda que tu actuación debe ir dirigida tanto a salvar la vida como a evitar que las lesiones producidas se agraven por una actuación desafortunada.
- Si hay personas gravemente heridas o crees que han fallecido, evita modificar el estado de las cosas.
- No se debe mover a los heridos salvo que sea estrictamente necesario para su vida: realizar movilizaciones, especialmente de la columna vertebral, sin una adecuada protección, entraña grave peligro. No se debe sacar del vehículo a las víctimas sin las condiciones adecuadas
- Los agentes elaborarán un atestado con los datos de los vehículos y conductores implicados, compañías de seguros, lugar exacto del siniestro, causa probable del accidente... Sigue sus indicaciones.





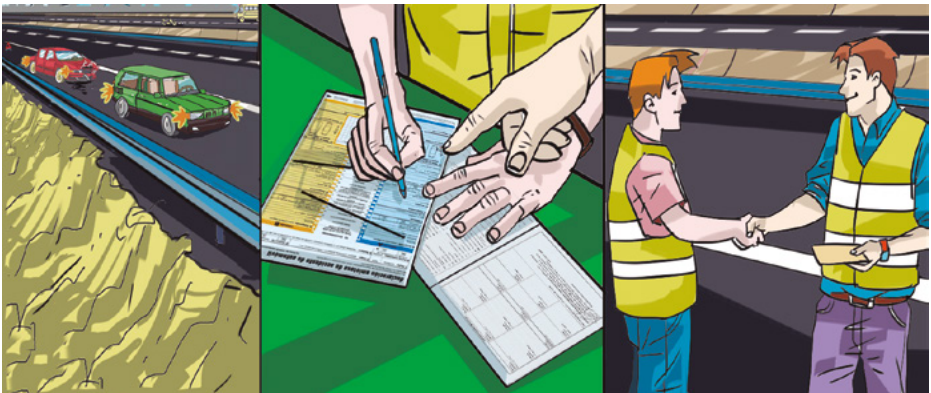
Si en el accidente no hay víctimas graves y los daños materiales no son de gran envergadura, por ejemplo, un golpe por alcance o una colisión, usa la declaración amistosa. El *Parte europeo de accidentes* o *declaración amistosa* facilita y agiliza los trámites con las compañías aseguradoras.

Tanto si es tu propio vehículo como si es un vehículo de la empresa, la actuación es la misma.

Antes de bajar del vehículo, ponte el chaleco de seguridad; si es posible, retira el vehículo a un lugar seguro y señalízalo. Mantén la serenidad, mantén la calma, no te enfades: aclara lo sucedido y rellena el parte siguiendo las instrucciones.

El parte amistoso tiene todos los elementos necesarios para recoger la información completa sobre el suceso: fecha, lugar, víctimas y daños materiales de los vehículos implicados y de otros distintos a los siniestrados, testigos...

El parte tiene dos hojas, las dos son iguales y da igual con cuál de ellas te quedes al final: lo importante es llegar a un acuerdo y firmar el parte.



- [illegible]



- Si puedes, haz fotos del lugar y de los daños en el momento para acreditar el estado de los vehículos. Anota el nombre y el teléfono de posibles testigos.
- Aunque la otra persona se niegue a firmar el parte amistoso, y no localices a ningún testigo que pueda corroborar tu versión de los hechos, es necesario enviar el parte a tu aseguradora.
- Recuerda que debes notificar el accidente a tu compañía de seguros o a la del vehículo de empresa dentro de los siete días siguientes al siniestro. Es obligatorio.
- Si el vehículo no funciona, llama al seguro para que lo retiren y te lleven a tu destino.

Si notas algún tipo de molestia física, acude inmediatamente a la mutua de tu trabajo, ya que al ser un accidente laboral son ellos quienes deben hacerse cargo. Ten en cuenta que las lesiones pueden aparecer varios días después del accidente. Es importante que cuentes con un informe médico para demostrar el origen de las lesiones aunque aparezcan con posterioridad.



RECOMENDACIONES PARA LAS EMPRESAS

La implicación de las empresas en la seguridad vial es muy importante para reducir los accidentes laborales de tráfico: además de las consecuencias humanas, suponen elevados costes económicos para las empresas, para la Administración y para la sociedad en general.

Un primer paso es elaborar un *Plan de Movilidad para la prevención de los accidentes laborales de tráfico relacionados con el trabajo* en el que se definan los objetivos y actuaciones de la empresa. En www.seguridadviallaboral.es (web del INSHT y la DGT) hay ejemplos.



Son iniciativas positivas:

- Promover actitudes seguras de movilidad entre los trabajadores de la empresa.
- Integrar la cultura de movilidad segura a todos los niveles.
- Para empresas que realizan recorridos habituales como parte de su trabajo: elaborar “Mapas de ruta segura” que ofrezcan al trabajador información sobre los recorridos más seguros, especialmente por





autopistas y autovías que son las carreteras con mayores niveles de seguridad y evitando o al menos informando de los tramos de concentración de accidentes.

- Mejorar la gestión del trabajo: una carga de trabajo elevada, la incorrecta valoración del rendimiento o una errónea coordinación en las operaciones de carga y descarga, aumentan los factores de riesgo en el tráfico.
- Dotar de herramientas técnicas que faciliten el cumplimiento de las tareas: el GPS, que puede ayudar a identificar la mejor ruta y evitar retenciones. La empresa debe incidir en el uso en “modo seguro”: introducir la ruta antes de iniciar la marcha.
- Establecer un protocolo de gestión de las comunicaciones: evitar llamar y ser llamados por teléfono durante la conducción.
- Analizar y potenciar conductas positivas de seguridad vial para la prevención de riesgos, para todas las personas y vehículos y cumplir las normas de tráfico:
 - Uso obligatorio del cinturón de seguridad para todos los ocupantes del vehículo.
 - Uso obligatorio del casco en vehículos de dos ruedas.
 - Reglaje correcto del reposacabezas.
 - Teléfono móvil: es obligatorio el uso del sistema de manos libres, nunca más de 3 minutos, ya que a partir de ese tiempo, la conversación crea distracciones y aumenta la carga mental del conductor.
 - Uso de GPS: introducción de la ruta en el navegador antes de iniciar la marcha.

- No superar el número de viajeros para el que esté homologado el vehículo.
- Colocar la carga correctamente: ningún bulto debe transportarse dentro del habitáculo sin sujeción, y nunca se debe superar la carga máxima permitida por el fabricante o los límites legales.
- Descansar cada 200 Km o 2 horas de viaje.
- Realizar un mantenimiento ocular del estado del vehículo una vez al mes como mínimo.
- Conducir siempre en perfectas condiciones psicofísicas.
- Cumplir con las normas de tráfico del Código de Circulación.

Con la colaboración de:



