



RIESGOS EN EL SECTOR DEL TRANSPORTE URBANO DE PERSONAS

¿Qué es?

TRANSPORTE URBANO, son aquellos medios de transporte cuyo trayecto comienza y finaliza dentro de una aglomeración urbana sin franquear sus límites diferencia entre autobús (incluye tranvía y funiculares urbanos) y metropolitano.

Por ello se estima que el transporte urbano será el desarrollado en:

Autobús, tranvía y funiculares urbanos. Metro.

Transporte en autobús

RIESGOS ASOCIADOS A LA SEGURIDAD

1. Atropellos y colisiones – accidentes de tráfico

Factores de riesgo

- Pavimento en mal estado
- Fallo en los elementos de seguridad y aviso del vehículo (frenos, luces, claxon)
- Mala visibilidad o escasa iluminación
- Velocidad inadecuada al tipo de vía
- Distracción con elementos ajenos a la conducción
- Consumo de alcohol o ciertos fármacos
- Cansancio y somnolencia debido al exceso de horas al volante
- Acondicionamiento inadecuado del vehículo (asiento, volante, espejos)
- Tránsito de personas u otros vehículos en las zonas reservadas al autobús / autocar
- Deslumbramientos provocados por las luminarias de la calzada, el sol u otros vehículos

Medidas preventivas

- Mantener una velocidad adecuada en todo momento a la vía por la que se transita
- Realizar las revisiones periódicas establecidas para el vehículo
- Respetar todas las normas de tráfico establecidas en el Código de Circulación
- Evitar cualquier tipo de distracción al volante, no utilizando sistemas de comunicación con el vehículo en marcha, salvo los estrictamente imprescindibles
- No ingerir bebidas alcohólicas, por muy pequeña que sea la cantidad, tampoco comidas copiosas



- Leer las instrucciones de los medicamentos evitando, siempre que sea posible, la ingesta de aquellos que provoquen somnolencia
- Evitar mantener conversaciones prolongadas con pasajeros:
- Comprobar, antes de arrancar el vehículo el adecuado estado y posición de espejos, volante, asiento, así como de los elementos de seguridad y aviso (luces, frenos, claxon)
- Establecer pautas de descanso apropiadas, realizando tanto los descansos necesarios durante la conducción como entre jornada y jornada

2. Atracos y actos violentos

Factores de riesgo

- Robo de la recaudación de los billetes
- Discusiones con otros conductores
- Agresiones por parte de los pasajeros
- Mayor presencia de colectivos problemáticos durante la noche

Medidas preventivas

- Instalar una mampara de seguridad que separe físicamente el espacio del conductor del de los viajeros u otras medidas de control visual de pasajeros
- Mantener los seguros echados y las ventanillas subidas, sobre todo durante el turno de noche
- Mantener los seguros echados y las ventanillas subidas, sobre todo durante el turno de noche
- Instalar un dispositivo GPS con dispositivo de alerta al 112 o policía para poder ser localizados lo antes posible en caso de agresión o atraco.

3. Caídas de personas al mismo nivel

Factores de riesgo

- Pavimento en mal estado
- Tropezos con objetos situados en las cocheras.
- Falta de orden y limpieza
- Escasa iluminación y/o señalización
- Resbalones con sustancias derramadas en el suelo (aceite, agua, hielo)

Medidas preventivas

- Tener precaución a la hora de transitar por zonas de pavimento desigual, prestando especial atención a la posible existencia de obstáculos
- Respetar las señales existentes en las zonas de trabajo y de paso
- Utilizar calzado con suela antideslizante, en caso de ser necesario
- Mantener un adecuado nivel de orden y limpieza, limpiando las zonas de tránsito periódicamente
- Evitar, o en la medida de lo posible eliminar, los vertidos ya que pueden provocar resbalones



4. Caídas de personas a distinto nivel

Factores de riesgo

- Desniveles, huecos, aberturas en suelos y superficies de tránsito
- Saltar al subir o bajar del vehículo, sin usar los estribos y agarraderos existentes
- Uso de escaleras en mal estado

Medidas preventivas

- Los desniveles, huecos y aberturas de suelos se protegerán mediante sistemas de seguridad que impidan la caída a través de los mismos
- La subida y bajada de la cabina de los vehículos se realizará utilizando los estribos y los agarraderos existentes
- Se utilizarán escaleras en buenas condiciones de seguridad: resistentes y con los elementos de seguridad necesarios para que se puedan usar sin riesgo

5. Cortes, golpes y proyecciones

Factores de riesgo

- Falta de atención al entrar o salir del vehículo
- Inadecuada manipulación del equipaje o de herramientas tales como destornillador o alicates para realizar pequeñas reparaciones
- Operaciones de limpieza del vehículo y la cochera
- Iluminación inadecuada
- Uso de herramientas defectuosas, gastadas, etc.
- Proyección de barro, arena, etc. durante el lavado del vehículo con agua a presión
- Proyección de líquidos (aceite, líquido de frenos, etc.) durante el proceso de comprobación o reposición de niveles

Medidas preventivas

- Prestar atención para entrar y salir del vehículo
- Utilizar las herramientas adecuadas al tipo de reparación a realizar, asegurando el correcto estado de las mismas y utilizando guantes para evitar cortes
- Prestar especial atención al estado de la calzada (existencia de piedras o gravilla) evitando circular en paralelo con otros vehículos en el caso de que se den las circunstancias anteriores
- Aumentar la distancia de seguridad en el caso de que el vehículo delantero desprenda piedras u otros objetos que puedan colisionar con las lunas de nuestro vehículo
- Utilizar gafas de protección a la hora de revisar o reponer los niveles de líquidos del vehículo
- Comprobar, antes de realizar la tarea, que existe iluminación adecuada para el desempeño de la misma



- Utilizar elementos de protección colectivos en las tareas de lavado de vehículos para aislar el puesto de trabajo de posibles proyecciones (ej. pantallas)

6. Caída de objetos en manipulación

Factores de riesgo

- Manipulación no adecuada de los mismos, bien por sus dimensiones o por el peso de los mismos
- Colocación incorrecta en la zona de carga del equipaje

Medidas preventivas

- Realizar un adecuado manejo de la carga, siguiendo las siguientes recomendaciones:
 - Examinar las dimensiones de la misma, con objeto de localizar las zonas de mejor agarre
 - Flexionar las piernas manteniendo la espalda recta
- Sujetar la carga con ambas manos, frente al cuerpo, cerca del mismo y a la altura de las caderas
 - a) Si la carga es muy voluminosa o pesada, de manera que el manejo sea difícil, es preferible solicitar la ayuda de otra persona para su manipulación
 - b) Almacenar adecuadamente los bultos o cargas en el maletero, de forma que se encuentren colocados de forma estable, utilizando, en su caso, los elementos auxiliares necesarios para sujetarlos adecuadamente

7. Contactos eléctricos

Factores de riesgo

- Manipulación no adecuada de las baterías
- Manipulación de cables pelados
- Uso de herramientas no apropiadas (sin aislamiento)
- Paso del vehículo bajo líneas eléctricas de alta tensión sin comprobar si el gálibo supera o no la altura de la línea
- Manipulación de equipos eléctricos en zonas húmedas o con manos y/o ropa mojada

Medidas preventivas

- Realizar todas las revisiones eléctricas de carácter periódico que le correspondan al vehículo
- Extremar la precaución a la hora de manipular equipos eléctricos, comprobando que no existen cables y/o conexiones en mal estado y que no se manipulan en zonas húmedas o con las manos y/o ropa mojadas
- Verificar que el gálibo del vehículo no supera la línea de tensión en pasos de baja altura o cuando se circule en zonas urbanas
- Cortar el suministro eléctrico ante cualquier avería del vehículo
- No utilizar ni manipular cables en mal estado (pelados)
- Utilizar herramientas con aislamiento adecuado de protección frente a contactos eléctricos



- No apagar con agua un fuego de origen eléctrico

8. Atrapamientos

Factores de riesgo

- Manipulación de gatos de tipo hidráulico en tareas de mantenimiento y reparación
- Atrapamiento con órganos móviles del vehículo, puertas y portones de carga

Medidas preventivas

- Revisar el correcto estado de las herramientas a la hora de realizar operaciones de mantenimiento y reparación, así como utilizar las herramientas adecuadas para realizar las operaciones
- Extremar la precaución a la hora de subir ventanillas, cerrar puertas y portones, coger o dejar bultos, etc. cerciorándose de que no se producen atrapamientos
- Evitar, en la medida de lo posible, llevar prendas holgadas cuando se esté manipulando alguna parte mecánica móvil del vehículo
- Los elementos móviles del vehículo deben estar totalmente aislados, evitando el acceso a puntos peligrosos

9. Incendios y explosiones

Factores de riesgo

- Mantenimiento inadecuado del vehículo (circuito eléctrico, motor, fugas de combustible, partes que puedan dar lugar a chispas o llamas)
- Existencia de cigarros mal apagados

Medidas preventivas

- Realizar un adecuado mantenimiento inicial y periódico del vehículo
- Si se realiza algún tipo de revisión del motor, circuito eléctrico o parte del vehículo susceptible de producir llamas o chispas por parte del usuario, procurar llevar a cabo las mismas en lugares con una ventilación adecuada
- Llevar un extintor de incendios
- No fumar en el vehículo

RIESGOS HIGIÉNICOS RIESGOS ERGONÓMICOS

1. Exposición a agentes físicos: ruido

Factores de riesgo

- Existencia de ruido ambiental: producido por el propio motor del vehículo, generado en las calles, por existencia de obras, resto del tráfico rodado (claxon, camiones, etc.)
- Aparatos de radio, emisoras a un volumen excesivamente alto



Medidas preventivas

- Realizar un adecuado mantenimiento periódico del vehículo (cambio de silenciadores del tubo de escape, etc.)
- Bajar el volumen de los aparatos de radio y emisoras de comunicación
- Cuando se transite por calles donde existan obras, tráfico muy denso, etc. procurar subir las ventanillas del vehículo con objeto de disminuir la exposición al ruido ambiental. Evaluar, en caso necesario, el nivel de ruido existente en el puesto de trabajo
- Insonorizar las cabinas para evitar que llegue el ruido exterior del resto del tráfico, obras, etc.
- Utilizar protectores auditivos cuando sea necesario

2. Exposición a agentes físicos: vibraciones

Factores de riesgo

- Mantenimiento inadecuado de los sistemas de amortiguación del vehículo, asientos no ergonómicos o en mal estado, etc. Pavimento de las vías en mal estado
- Vibraciones transmitidas a través del asiento del vehículo

Medidas preventivas

- Realizar un adecuado mantenimiento periódico de los sistemas de amortiguación del vehículo
- Los asientos del vehículo serán adecuados al tamaño del cuerpo y estarán en buen estado de conservación. Serán ergonómicos y adaptables

3. Discomfort térmico

Factores de riesgo

- Cambio brusco de la temperatura del habitáculo
- Funcionamiento inadecuado del sistema de climatización del vehículo

Medidas preventivas

- Instalar sistemas de climatización en la cabina del vehículo o mantener periódicamente el existente
- Se recomienda establecer una temperatura en el interior del vehículo entre 23 - 26 °C en verano y 20 – 24 ° en invierno, así se reducen los cambios bruscos de temperatura al salir del vehículo
- Utilizar la ropa adecuada en función de la temperatura a la que nos encontremos
- No beber alcohol ni bebidas con cafeína, ya que favorecen la deshidratación
- Evitar la ingesta de alimentos grasos y comidas copiosas

4. Exposición a contaminantes químicos

Factores de riesgo

- Realización de mantenimiento básico del vehículo



- Exposición a gases de combustión procedentes del propio vehículo como de la polución ambiental

Medidas preventivas

- Realizar las operaciones de mantenimiento básico según lo indicado en las instrucciones del fabricante de cada producto químico y siguiendo las instrucciones de la etiqueta
- Emplear, en caso necesario, guantes, mascarilla y gafas para evitar el contacto con la piel y mucosas de los productos químicos
- En lugares con escasa ventilación procurar mantener apagado el motor del vehículo
- No comer, fumar o beber mientras se manipulen productos químicos y lavarse las manos después de cada manipulación Realizar las operaciones de mantenimiento básico según lo indicado en las instrucciones del fabricante de cada producto químico y siguiendo las instrucciones de la etiqueta

RIESGOS PSICOSOCIALES

1. Carga mental: estrés

Factores de riesgo

- Elevada presión laboral y baja remuneración personal y/o económica
- Elevadas demandas emocionales asociadas al trabajo
- Equilibrio inestable en la vida laboral
- Elevado grado de atención que se ha de mantener durante la conducción

Medidas preventivas

- Procurar establecer un equilibrio entre la vida laboral y personal
- Mantener un buen estado físico, realizando ejercicio habitualmente
- Reducir la ingesta de productos excitantes
- Realizar técnicas de control de la respiración y relajación física y mental

2. Carga mental: fatiga

Factores de riesgo

- La fatiga se denomina como agotamiento o cansancio mental, debiéndose a:
 - a) Largas jornadas de trabajo
 - b) Realizar un esfuerzo mental mantenido a lo largo de la jornada laboral

Medidas preventivas

- Se pueden aplicar las mismas medidas que las descritas para el estrés
- Realizar pausas en el trabajo a intervalos regulares de tiempo
- Procurar mantener una dieta equilibrada



3. Posturas forzadas

Factores de riesgo

- El elevado número de horas que se permanece en posición sentada
- La adopción de posturas inadecuadas, bien por “comodidad” como por mal ajuste del asiento y espejos o falta de espacio en el puesto del conductor que permita variar la posición de las piernas

Medidas preventivas

- Introducir descansos a intervalos regulares de tiempo, de forma que se permita alternar la postura sentada con otras. Complementar con ejercicio físico
- Evitar la adopción de posturas inadecuadas y colocar adecuadamente el asiento y los espejos retrovisores
- Evitar colocar elementos fuera del alcance de la mano cuando se esté sentado

4. Carga mental: fatiga mental

Factores de riesgo

- Elevada presión laboral y baja remuneración personal y/o económica
- Elevadas demandas emocionales asociadas al trabajo, por la exposición social que implica el mismo
- Equilibrio inestable entre la vida laboral y la personal
- Elevado grado de atención que se ha de mantener durante la conducción

Medidas preventivas

- Procurar establecer un equilibrio entre la vida laboral y personal, compaginando la familia y amistades con el trabajo. Mantener un buen estado físico, realizando ejercicio de manera habitual
- Reducir la ingesta de productos excitantes. Cuidar el peso
- Realizar técnicas de control de la respiración y relajación física y mental

5. Alteraciones del ciclo circadiano: trabajo nocturno

Factores de riesgo

- Cambio de los horarios y ritmos naturales del cuerpo
- Distorsión cíclica del sueño

Medidas preventivas

- Reducir la carga de trabajo durante la noche
- Mantener una dieta equilibrada
- Evitar la ingesta de bebidas estimulantes
- Mantener el mismo horario cada vez que se realiza el turno nocturno.