



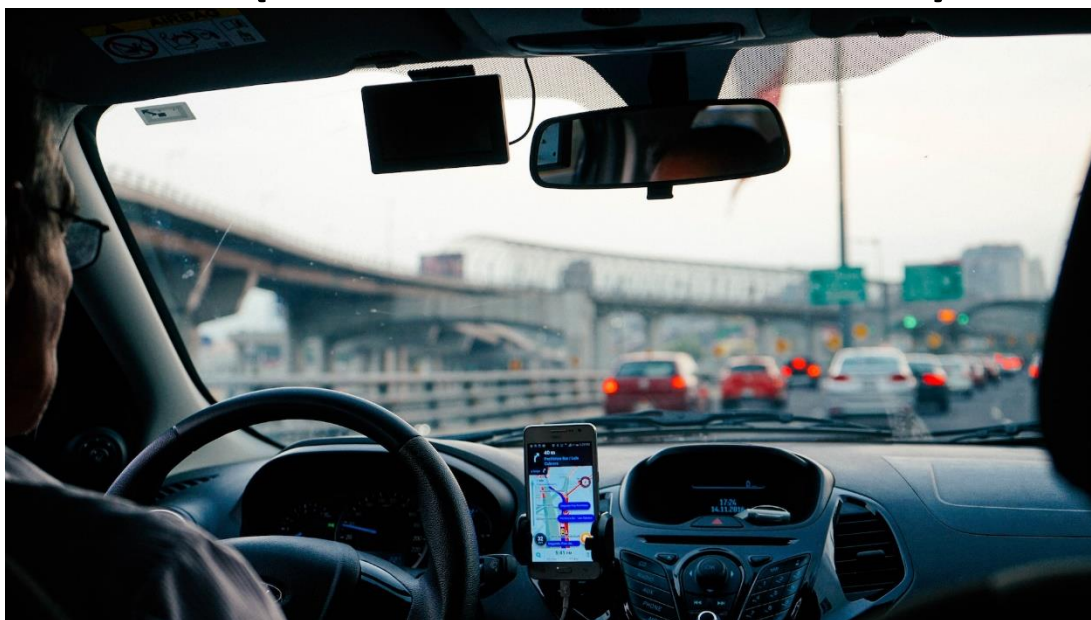
**Comunidad
de Madrid**

Consejería de Educación, Ciencia y Universidades

Dirección General de Recursos Humanos

División de Prevención de Riesgos Laborales Centros Docentes

FICHA INFORMATIVA DE RIESGOS EN LOS DESPLAZAMIENTOS (IN ITINERE Y EN MISIÓN)



 Comunidad de Madrid	División de Prevención de Riesgos Laborales Centros Docentes Dirección General de Recursos Humanos	Consejería de Educación, Ciencia y Universidades
	FICHA INFORMATIVA	Cód: DESPLAZAMIENTOS IN ITINERE Y EN MISIÓN Ed. 1 Fecha: NOVIEMBRE 2023
DESPLAZAMIENTO IN ITINERE Y EN MISIÓN		
RIESGOS		
Cuando realizas desplazamiento de casa al trabajo o del trabajo a casa (<i>in itinere</i>) o dentro de tu jornada para acudir a diferentes centros (en misión); tanto si eres el/la conductor/a de tu propio vehículo, como si te mueves andando o utilizando transporte público, puedes estar expuesto/a los riesgos de:		
• Atropello o golpes con vehículos • Accidentes de Tráfico • Carga Mental		
MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN		
Sea cual sea el medio de transporte/desplazamiento que elijas: ➤ Respeta siempre las normas de circulación y de seguridad vial. ➤ Utiliza preferentemente medios públicos. ➤ Organízalos con antelación evitando las horas punta, planificando el tiempo para evitar prisas y nerviosismo. ➤ Ten en cuenta obras, las zonas conflictivas según el horario y las condiciones meteorológicas. ➤ Presta especial atención al acceder y abandonar los vehículos (distancia a andenes, altura de accesos, vehículos próximos, etc.). ➤ Valora tu estado de cansancio a la hora de elegir el medio de transporte y la ruta. Las vías conocidas suelen producir sensación de monotonía. • COMO PEATÓN ➤ Camina siempre por las aceras y evita hacerlo cerca del bordillo. ➤ Al cruzar las calles, utiliza siempre los pasos señalizados y presta atención. ➤ En los pasos de peatones, aunque tengas preferencia, no te confíes y no invadas la calzada hasta asegurarte de que el vehículo dé muestras de estar deteniéndose ➤ Si has de cruzar y no tienes paso de peatones busca el punto más seguro, donde los vehículos puedan verte fácilmente, evitando las curvas o zonas con poca visibilidad. ➤ Presta atención a la circulación de los vehículos (incluyendo motos, bicicletas y patinetes) y al estado del piso. ➤ Evita pisar charcos o terrenos irregulares. ➤ Se desaconseja el uso del móvil mientras circulas por la vía pública.		

 Comunidad de Madrid	División de Prevención de Riesgos Laborales Centros Docentes Dirección General de Recursos Humanos	Consejería de Educación, Ciencia y Universidades
	FICHA INFORMATIVA	Cód: DESPLAZAMIENTOS IN ITINERE Y EN MISIÓN Ed. 1 Fecha: NOVIEMBRE 2023

DESPLAZAMIENTO IN ITINERE Y EN MISIÓN

- **COMO CONDUCTOR DE TU PROPIO COCHE:**

- Debes mantener el coche en perfecto estado, realiza un mantenimiento preventivo y pasa todas las revisiones obligatorias
- En caso de avería procura parar en el arcén, fuera de la calzada. Lleva un adecuado mantenimiento del vehículo.
- En caso de emergencia, señaliza lo antes posible y pon las luces adecuadas.
- Antes de iniciar la conducción asegúrate de que el vehículo está en perfectas condiciones. Regula el asiento, los espejos, etc. para adoptar una posición adecuada. Mantén la espalda recta y brazos ligeramente flexionados.
- Utiliza el cinturón de seguridad siempre y verifica que tus acompañantes también los utilizan, incluso en los pequeños trayectos.
- Conduce siempre con ambas manos sobre el volante.
- No fumes mientras conduces, ya que al encender el cigarrillo y utilizar el cenicero desvías la atención de la circulación y la carretera.
- No te distraigas. Si necesitas consultar un plano o el GPS, párate de forma adecuada.
- No utilices auriculares.
- No utilices el móvil. No contestes ni realices llamadas telefónicas sin los dispositivos adecuados.
- Respeta los límites de velocidad, mantén la distancia de seguridad y respeta las señales de tráfico. Señaliza los cambios de dirección con los intermitentes.
- Respeta los pasos de cebra.
- En caso de notar síntomas de somnolencia, detén el vehículo tan pronto como puedas en condiciones de seguridad, para ti mismo y para los demás.

- **EN MOTOCICLETA (normas adicionales):**

- Es obligatorio que utilices casco.
- Utiliza ropa adecuada y resistente.
- No serpentees entre el tráfico.

- **EN BICICLETA (normas adicionales):**

- Realiza un buen mantenimiento de tu bicicleta, prestando especial atención a las ruedas, frenos y luces.
- Si existe carril bici, circula siempre por él.
- Utiliza casco.
- Circula siempre por el lado derecho, en el sentido de la marcha, y lo más pegado posible al arcén o las aceras.
- Por la noche debes utilizar luz amarilla o blanca en la parte delantera y luz roja o reflectante en la trasera.

 Comunidad de Madrid	División de Prevención de Riesgos Laborales Centros Docentes Dirección General de Recursos Humanos	Consejería de Educación, Ciencia y Universidades
	FICHA INFORMATIVA	Cód: DESPLAZAMIENTOS IN ITINERE Y EN MISIÓN Ed. 1 Fecha: NOVIEMBRE 2023

DESPLAZAMIENTO IN ITINERE Y EN MISIÓN

- Debes indicar con antelación cualquier maniobra o cambio de dirección.
- Respeta la señalización.
- **EN PATINETE O MONOCICLO ELÉCTRICO (normas adicionales):**
 - Desplázate por la calzada y las vías ciclistas, no circules por aceras y zonas peatonales.
 - Si circulas de noche o con baja visibilidad enciende las luces y lleva elementos reflectantes.
 - Utilizar casco.
 - El patinete es para tu uso exclusivo, no lleves a otra persona contigo en él.
- **COMO PASAJERO:**
 - No intervengas nunca en la actividad del conductor.
 - Permanece en tu asiento o utiliza asideros y barandillas.

Consejería de Educación, Ciencia y Universidades
Dirección General de Recursos Humanos
División de Prevención de Riesgos Laborales Centros Docentes