

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN SEGURIDAD VIAL

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN ANTE EMERGENCIAS DE TRÁFICO

En el presente protocolo se establecen los requisitos mínimos de seguridad a contemplar por parte del personal de la Administración Regional en caso de sufrir una emergencia de tráfico.

Actuación en caso de avería en carretera

Dependiendo de la situación y tipo de vía en la que se produzca la avería, se seguirán los siguientes consejos:

Vehículo averiado en carretera convencional, carril derecho de autovía/autopista o en el arcén.

- Asegúrate de que tu vehículo es visible conectando las luces de emergencia.
- Antes de salir del vehículo, asegúrate de que lo puedes realizar con seguridad, con el chaleco reflectante puesto y por el lado contrario a la corriente circulatoria. Si no puedes abandonar el vehículo de forma segura, permanece dentro con los sistemas de retención abrochados.
- Si ha sido posible salir del vehículo con seguridad, coloca el/los triángulos de señalización. Si llevas pasajeros deberás dar instrucciones para que salgan por el lado contrario a la circulación y se coloquen en un lugar seguro.
- Sitúate lejos del tráfico y del vehículo, preferiblemente fuera del arcén y la berma. Si existe barrera de seguridad y ésta puede ser alcanzada de forma segura, sitúate detrás de ella.

Vehículo averiado en carril central de autovía/autopista.

- Asegúrate de que tu vehículo es visible conectando las luces de emergencia.
- Permanece dentro del vehículo con los sistemas de retención abrochados.

Vehículo averiado en carril izquierdo de autovía/autopista.

- Asegúrate de que tu vehículo es visible conectando las luces de emergencia.
- Antes de salir del vehículo, asegúrate de que lo puedes realizar con seguridad, con el chaleco reflectante puesto y por el lado contrario a la corriente circulatoria. Si no puedes abandonar el vehículo de forma segura, permanece dentro con los sistemas de retención abrochados.
- Si ha sido posible salir del vehículo con seguridad, coloca el triángulo de señalización a la distancia reglamentaria. Sitúate lejos del tráfico y de tu vehículo, preferiblemente fuera del arcén y en la mediana si esta existe y es practicable. Si existe barrera de seguridad y ésta puede ser alcanzada de forma segura, sitúate detrás de ella.
- Si llevas pasajeros deberás dar instrucciones para que salgan por el lado contrario a la circulación y se coloquen en un lugar seguro.

Actuación en caso de fallo mecánico

Si notas que algo no funciona bien, suena algún ruido extraño, huele a quemado o sale humo del capó:

- 1) Intenta detener el vehículo en un lugar seguro, señalizando la maniobra.
- 2) Una vez detenido, apaga el motor y quita la llave del contacto.
- 3) Si sale humo o fuego del motor, no abras el capó, aléjate del vehículo y llama inmediatamente al 112.
- 4) Si cuentas con un extintor, sujétalo verticalmente y aplícalo a través de los bajos y rendijas de ventilación del motor.

EN CASO DE PINCHAZO

Si mientras conduces notas un comportamiento extraño de tu vehículo porque una de las ruedas ha perdido presión:

- 1) Sujeta el volante con fuerza y no pises el freno.
- 2) Gira el volante si es necesario para mantener la dirección del vehículo.
- 3) Levanta el pie del acelerador suavemente.
- 4) Cuando hayas reducido la velocidad, desplázate hacia un lugar seguro señalizando la maniobra.

EN CASO DE ROTURA DE PARABRISAS

Si mientras conduces sufres un impacto en el parabrisas y se rompe:

- 1) Reduce la velocidad sin frenar bruscamente, ya que si viene algún coche detrás puede colisionar contigo.
- 2) Intenta detenerte sin entorpecer el tráfico en un lugar seguro, señalizando la maniobra.
- 3) Si el impacto es pequeño, continúa la marcha a una velocidad reducida y llévalo a reparar lo antes posible.

EQUIPAMIENTO OBLIGATORIO DEL VEHÍCULO

El Reglamento General de Vehículos establece la obligación de llevar en el vehículo 2 triángulos de pre-señalización del peligro y al menos 1 chaleco reflectante de alta visibilidad. Los chalecos tienen periodo de caducidad y una vez superado este, no existe garantía de que mantengan sus propiedades. La norma obliga a que cuando el conductor salga del coche lleve colocado el chaleco por lo que éste deberá guardarse en el interior del coche y no en el maletero.



COLOCACIÓN CORRECTA DE LOS TRIÁNGULOS DE EMERGENCIA

El triángulo de emergencia deberá colocarse a 50 m (50 pasos largos) de distancia del vehículo y deberá ser visible por lo menos desde 100 m antes. Para su colocación se deberá caminar por el arcén y con el triángulo delante del cuerpo.

Casos específicos:



En carreteras de doble sentido, se colocará un triángulo por delante y otro por detrás, al menos a 50 m de distancia y de forma que sean visibles a 100 m; en autopistas y autovías

solo es necesario un triángulo, también a 50 m por detrás del vehículo, ya que en estas vías las calzadas de ambos sentidos están separadas por mediana

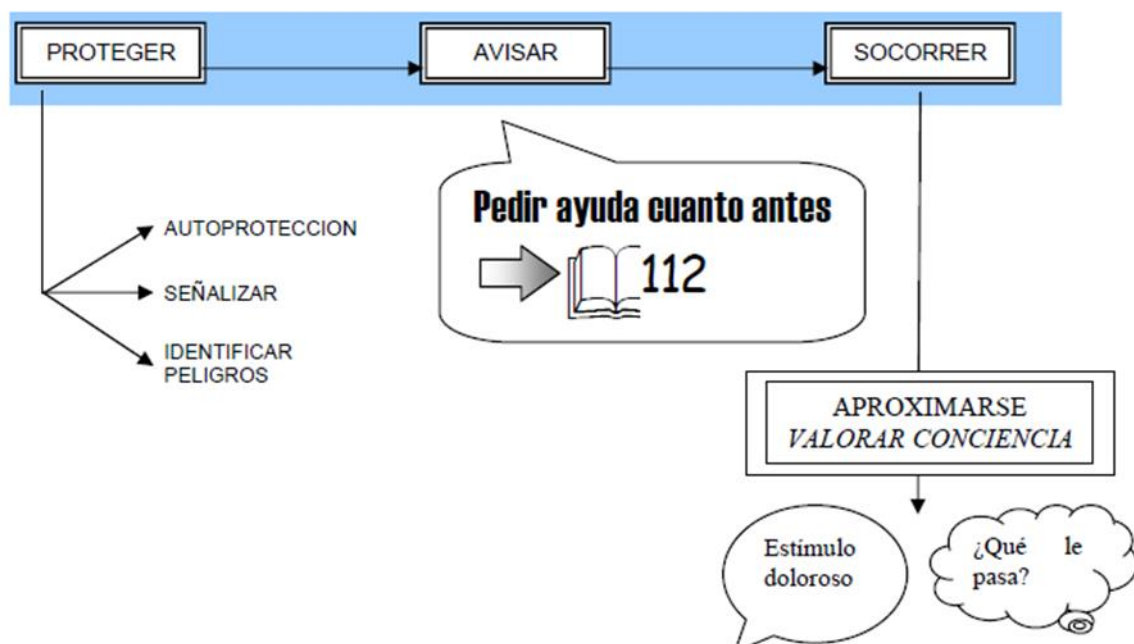


Actuación en caso de accidente de tráfico

Los conductores y demás usuarios de las vías que se vean implicados en un accidente de tráfico están obligados a adoptar las medidas necesarias para auxiliar o solicitar auxilio para atender a las víctimas, prestar su colaboración, restablecer, en la medida de lo posible, la seguridad de la circulación, esclarecer los hechos y colaborar con la Autoridad. Las mismas medidas están obligados a adoptar los demás conductores y usuarios que, no estando implicados en el accidente, lo presencien o tengan conocimiento de él.

Los conductores de los vehículos implicados en el accidente o, si éstos no pudieran hacerlo, cualquier usuario de la vía, deberán activar el protocolo **PAS (Proteger, Avisar, Socorrer)**.

"ANTES DE NADA"



PROTEGER

- En primer lugar autoprotección. El auxiliador debe estar seguro que no pone en riesgo su vida. Valorar situación antes de actuar y usar el chaleco reflectante. Es muy peligroso permanecer en la calzada, acceder a un vehículo en llamas o si se han derramado mercancías peligrosas.
- Cortar el encendido de los vehículos implicados, si fuera necesario e inmovilizar con el freno de mano.
- Señalizar, en tanto queda expedita la vía, el vehículo accidentado. Para ello se deberá:
 1. Encender las luces de emergencia (tanto de día como de noche).
 2. Encender luces de posición si es obligatorio su uso (por hora del día, condiciones meteorológicas, túnel).
 3. Colocar los triángulos de señalización de peligro.
- Colocar el vehículo (o la carga caída) fuera de la calzada (en el arcén o mediana). Esto tan sólo se realizará si de no realizarse se perjudica la seguridad de los heridos o de la circulación. Si ha resultado muerta o herida muy grave alguna persona o se ha avisado a la Autoridad se dejará todo en su lugar sin modificar la escena del accidente ni mover los elementos o pruebas.
- En caso de incendio, utilizar el extintor o en su defecto mantas, tierra, nunca agua.
- No fumar, encender cerillas o hacer fuego.
- No invadir la calzada si es posible. Si fuera inevitable, hay que hacerlo con el chaleco reflectante. (Tanto si se permanece en arcén como si se presta colaboración, los peatones deben ir provistos de chaleco). Invadir la calzada para prestar auxilio o colaborar no quiere decir que esté permitido transitar por ella, además en autovías y autopistas está expresamente prohibido a todos los ocupantes de los vehículos inmovilizados.

AVISAR

112: número reservado en Europa para atender emergencias. Gratuito, desde fijo o móvil sin conocer PIN o cobertura.

- Lamar al 112 si es necesario, ha resultado herida o muerta alguna persona o lo pide alguna de las personas implicadas. Antes de llamar debemos hacernos una rápida composición del lugar, ya que resultará decisivo que podamos facilitar todos los datos respecto al número de coches implicados (heridos y/o su estado), así como el nombre de la carretera y el punto kilométrico. Es importante identificarnos, mantener la calma y no colgar el teléfono hasta que así nos lo indiquen.

SOCORRER

Prestar a los heridos el auxilio que resulte adecuado. Para ello:

- Lo primero es valorar los “signos vitales” para saber cómo están funcionando: el cerebro (consciencia), los pulmones (respiración) y el corazón (pulso). La valoración ha de ser rápida y sistemática, menos de 10 segundos.
- Nunca intentar sacar a un accidentado de su vehículo o moverlo a menos que corra peligro de muerte, y nunca quitarle el casco a un motorista. Y si, finalmente, tienes que recurrir a la movilización de urgencia... Si el accidentado está consciente, explícale lo que vas a

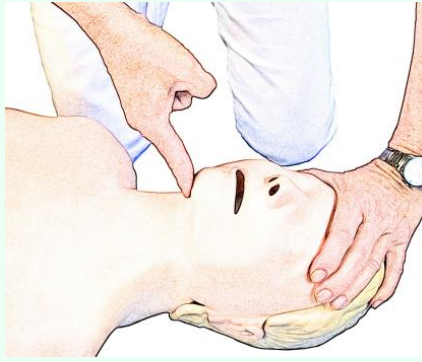
hacer. Quítale el cinturón de seguridad y comprueba que sus pies no están atrapados entre los pedales del vehículo. Con cuidado, pasa los brazos por debajo de sus axilas. Con una mano, coge su antebrazo y, con la otra, sujeta fuertemente su mentón. Extrae a la víctima, lentamente, manteniendo el eje cabeza-cuello-tronco, como si fuera un bloque rígido y localá en un lugar seguro.



- Es importante recabar con la máxima urgencia auxilio sanitario a través del 112.
- Establecer un ambiente de seguridad, tranquilizar a las víctimas y buscar colaboración si es necesario.
- Dirigir la atención y ayuda, en primer lugar, hacia las víctimas inconscientes o con dificultades respiratorias o hemorragia masiva.
- Asegúrate de que la víctima está **consciente**. Si no reacciona al hablarle, tocarle o estimularle suavemente, con un pellizco por ejemplo, quiere decir que está inconsciente. A continuación comprueba que respira.



- Si está inconsciente, comprueba que **respira** de forma espontánea. Hay que comprobar que no tiene obstáculos para el paso del aire. En primer lugar hay que asegurarse que la vía aérea está abierta y que el aire pasa de la boca y nariz a los pulmones. En las personas inconscientes la causa más frecuente de la obstrucción es la caída de la lengua hacia atrás. Para evitarlo se realizará la maniobra frente-mentón, colocando los dedos índice y medio de una mano bajo el mentón, elevándolo hacia arriba, a la vez que la otra mano se coloca en la frente empujándola hacia atrás. Hay que evitar realizar extensiones bruscas y/o excesivas del cuello. Si hubiera un objeto visible y accesible en la boca lo extraeremos introduciendo el dedo índice doblado en forma de gancho por un lado de la boca, barriendo el interior hasta el otro extremo.



- Una vez que está abierta la vía aérea, hay que comprobar si respira para lo cual hay que “ver, oír y sentir” su respiración: mira, escucha y siente en tu mejilla el paso del aire a los pulmones de la víctima, durante no más de 10 segundos.
- Si la víctima respira por sí misma, colócala en posición lateral de seguridad (PLS).



- Si la víctima no respira por sí misma, se considera que se encuentra en parada cardio-respiratoria y deberemos avisar al 112 e iniciar cuanto antes las maniobras de **reanimación cardiopulmonar (RCP)**. Si no sabes realizar la RCP espera a que lleguen los servicios sanitarios.
- También se debe comprobar que no existe ninguna hemorragia importante que esté comprometiendo la vida de la víctima.
- Es importante no dar a los heridos como norma general comida, bebida o medicación, aunque sí podremos taparlos con una manta, sobre todo si han sufrido una hemorragia. En este último caso, hay que presionar sobre la herida con un trapo limpio durante al menos 10 minutos. Cuando se empape, tenemos que poner otro encima.
- En situaciones de quemaduras, no podemos retirar los restos de ropa quemada ni romper las ampollas si las hubiera. Lo más aconsejable es lavar la zona con mucha agua fría durante 10 minutos y después envolverla con una sábana o material textil más limpio que se tenga a mano.
- También es muy importante que los heridos se mantengan conscientes en todo momento. Para conseguirlo tenemos que hablarles, tranquilizarles y hacerles preguntas sobre lo que ha ocurrido. Evitar que los heridos anden.

REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR (RCP)

Si el herido está inconsciente y no respira o su respiración no es normal, al menos se debe aplicar compresiones torácicas externas a la víctima.

Si el reanimador está formado y es capaz de realizar ventilaciones de rescate, se deberán realizar compresiones torácicas y respiraciones de rescate, ya que esto puede proporcionar un beneficio adicional en niños y personas que sufran una parada cardiaca por asfixia o donde el intervalo de respuesta del servicio de emergencia sea prolongado.

Se deberán realizar 30 compresiones torácicas por cada 2 respiraciones de rescate, comenzando por las compresiones torácicas.

Compresiones torácicas:

- Arrodíllate al lado de la víctima a la altura del pecho.
- Coloca el talón de la mano en el centro del pecho y el talón de la otra mano sobre la primera.
- Entrelaza las manos y aplica presión sobre la parte superior del abdomen o sobre la parte final del hueso del esternón, nunca sobre las costillas.
- Colócate vertical sobre el pecho de la víctima y con los brazos rectos, perpendiculares a la víctima, comprime deprimiendo el esternón 4-5 cm.
- Descomprime sin perder contacto entre las manos y el esternón y repite las compresiones a un ritmo de 100 por minuto (algo menos de 2 por segundo). El tiempo empleado en la compresión y la descompresión ha de ser igual.

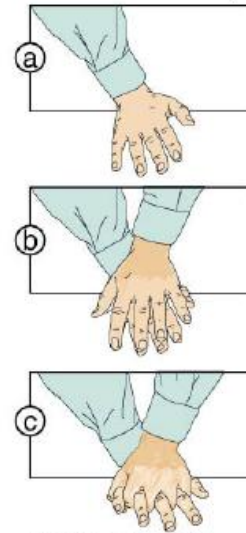
Respiraciones de rescate:

- Después de las 30 compresiones, abra la vía aérea utilizando la maniobra frente-mentón.
- Pinza la parte blanda de la nariz, utilizando los dedos índice y pulgar de la mano que está sobre la frente.
- Permite que la boca del herido esté abierta pero manteniendo el mentón elevado.
- Toma una inspiración normal y coloca los labios alrededor de la boca del herido asegurando el sellado.
- Insufla el aire mientras observas que el pecho se eleva con una duración aproximada a un segundo.
- Mantén la maniobra frente-mentón y retira la boca observando el pecho descender al salir el aire.
- Vuelve a realizar una 2ª insuflación.
- Vuelve a colocar las manos en el pecho para continuar realizando las compresiones y ventilaciones (30/2).

POSICIÓN DE MASAJE:
Cada masaje consiste en dejar caer el peso del cuerpo hasta hundir la zona que hemos localizado unos 4 ó 5 cm



Una vez colocado el talón de una mano (a) en el centro del pecho, el talón de la otra mano (b) se coloca sobre la primera, entrelazando los dedos (c) para que éstos no contacten con el pecho del herido y evitar comprimir las costillas.



RITMO:
Alternar 30 compresiones con 2 insuflaciones boca a boca

2
Insuflaciones



30
Compresiones



Posición de masaje:
de rodillas y con los brazos completamente verticales y estirados, y perpendiculares al pecho.

