

Rev.:	Data:	Motiu i modificació
01	20/02/2007	Revisió general. Revisió mèdica i control carnets
02	08/08/2016	Incloure consells abans de viatjar, situacions meteorològiques adverses i que fer en cas d'accident
03	02/08/2017	Incloure les velocitats màximes permeses per tipus de vies i tipus de vehicles del CAT. Actualització normativa vigent.
04	20/04/2018	Incloure concepte i consells de "Conducció a la defensiva"
Elaborat:	Mireia Campos	Revisat: Delegat de Prevenció Aprovat: J. Xavier Pujol

INDEX

1. OBJECTIU	2
2. REFERÈNCIES I NORMATIVA	2
3. APLICABILITAT	2
3.1. FÍSICA	2
3.2. TEMPORALITAT	2
3.3. RESPONSABILITATS	2
4. EQUIP NECESSARI	3
5. CONSELLS ABANS DE VIATJAR:	4
6. SITUACIONS METEOROLÒGIQUES ADVERSES:	5
7. EN CAS D'ACCIDENT:	7
8. SEGURETAT A LA DEFENSIVA	8
9. VELOCITAT MÀXIMA PERMESA SEGONS TIPUS DE VEHICLE	9
10. REGISTRES I DOCUMENTS RELACIONATS:	10

1. OBJECTIU

Donar les instruccions de seguretat viària i de conducció de vehicles en treballs dintre de l'empresa.

2. REFERÈNCIES I NORMATIVA

- Llei 31/1995, Prevenció de Riscos Laborals
- RD 818/2009, Reglament General de Conductors
- RD 6/2015, Llei sobre trànsit, circulació de vehicles de motor i seguretat viària
- RD 1428/2003, Reglament General de Circulació
- LO 10/1995, Codi Penal
- RD 320/1994, Reglament sancionador en matèria de Seguretat Vial

3. APLICABILITAT

3.1. FÍSICA

A tots els conductors i vehicles del CAT o d'altres, que realitzin desplaçament per motius de treball.

3.2. TEMPORALITAT

Dintre de l'horari laboral i "in itinere".

3.3. RESPONSABILITATS

Hi ha llocs de treball assimilats a desplaçaments quotidians que comporten la conducció de forma explícita o induïda. En aquests casos cal disposar del carnet de conducció vigent apropiat al vehicle conduït. Anualment es passarà la revisió mèdica pel SPA per tal de confirmar la seva aptitud per a conduir.

L'empresa posarà a disposició dels llocs de treball amb necessitat de desplaçament un vehicle apropiat a la seva funció. Si no es disposa de vehicle d'empresa, el treballador serà rescabalat d'acord amb la legislació vigent. La gerència podrà autoritzar de forma explícita la utilització puntual del vehicles per a desplaçaments complementaris a la funció pròpia del lloc de treball.

Tots els vehicles d'empresa es troben sota el comandament i supervisió del responsable de flota (Sra. Anabel Sánchez).

Els possibles efectes derivats d'una conducció incorrecta són de responsabilitat única del conductor.

Els vehicles d'empresa, en cas de ser utilitzats, es tractaran de la forma més acurada possible, per tal de conservar les seves característiques mecàniques i físiques.

Gerència

Vetllar per la compra efectiva de vehicles segurs conforme a la normativa vigent i tecnologia disponible.

Els treballadors conductors

Tothom és el màxim responsable del vehicle assignat per la Direcció per realitzar les seves tasques així com complir el codi de circulació.

Qualsevol anomalia que es detecti haurà de ser comunicada al responsable dels vehicles. Haurà de tenir cura del vehicle com a element necessari i imprescindible per realitzar la seva feina, com si fos un equip o màquina assignada al seu lloc de treball.

Tothom mantindrà en ordre i en perfecte estat de neteja el vehicle assignat tant per dintre com per fora per mantenir una bona imatge corporativa de l'empresa.

En cas de caducitat i/o retirada del carnet és obligatori que el treballador informi al seu superior i al responsable de la flota de vehicles.

El treballador assignat al vehicle, o en el seu defecte el responsable de la flota, informará al Responsable de PRL de la necessitat de reposició dels productes de la farmaciola, així com dels que estiguin caducats. Es realitzaran revisions de forma periòdica de la farmaciola, i com a molt de forma anual.

Responsable de la flota

Mantindrà al dia les revisions periòdiques obligatòries dels vehicles, avisant als conductors dels vehicles amb la suficient antelació.

Portarà al dia les revisions de manteniment indicades en els manuals dels fabricants, el quilometratge i el control del consum (l/100 km).

Gestionarà la documentació i assegurances dels vehicles.

4. EQUIP NECESSARI

Cada vehicle com a mínim té assignat els equips següents:

- Recanvis (llums, fusibles i roda)
- Triangles de senyalització i armilla reflectora pel conductor.
- Extintor de vehicles (en segons quins vehicles).
- Líquids (oli per omplir, aigua de refrigeració i neteja vidres)
- Cadenes per la neu i gel (en segons quins vehicles)
- Farmaciola de vehicle

5. CONSELLS ABANS DE VIATJAR:

Abans de sortir de viatge cal revisar que el nostre vehicle es trobi en unes condicions òptimes per no haver de patir avaries durant el camí. Caldrà revisar els següents components:

- Estat dels pneumàtics: El dibuix ha de ser de 1,6 mil·límetres com a mínim. Cal comprovar-ne la pressió i canviar-los, si tenen més de cinc anys i es farà un viatge de llarg recorregut.
- Òptiques i pilots: Comprovar el funcionament de l'enllumenat, els llums de fre, els intermitents i el llum de marxa enrere.
- Cinturó ben ajustat: Comprovar si s'obren i tanquen sense problemes. La col·locació correcta obliga cenyir la corretja al cos, de manera que se situï entre els pectorals i rodegi el baix ventre per la pelvis.
- Escombretes i vidres: Vigilar que no hi hagi esquerdes als vidres perquè amb un petit impacte es poden trencar del tot i que les escombretes del netejaparabrises no facin soroll mentre funcionin.
- Fumera sospitosa: Si el tub d'escapament emet molt de fum, pot ser símptoma d'algun problema d'alimentació. Cal verificar els paràmetres de la injecció, en aquests casos.
- Frens: Observar si fan soroll o grinyolen les pastilles o els discos. I les distàncies de frenat, per si s'allarguen en excés. El tacte del pedal no ha de ser molt dur ni tampoc massa esponjós.
- Tacte de la direcció: Els sorolls i les vibracions són símptomes d'una possible mala alineació. Si s'ha d'exercir molta força per girar el volant d'una direcció assistida és que s'ha avariat el servomotor.
- Sistema de climatització: Cal comprovar que les toveres i el vidre tèrmic desentelin bé. Si refreda poc, el taller hauria de revisar el circuit.
- Bateria ben carregada: Cal observar l'estat del born. Els problemes d'arrencada solen indicar l'esgotament de la càrrega.
- Nivells dels líquids: Cal comprovar el nivell d'oli, dels líquids refrigerant, del netejaparabrises, de frens i de la direcció assistida.
- Suspensions: Tenen una vida útil d'uns 70.000 quilòmetres. Els sorolls anormals, la inestabilitat dels revolts, l'increment de les distàncies de frenat i els balanceig excessiu de la carrosseria indiquen que cal canviar-les.
- Càrrega: L'equipatge s'ha de repartir entre el maleter i la baca. La càrrega exterior s'ha de cobrir del tot mentre que l'interior ha d'anar degudament subjecta, sobretot els objectes petits, com els mòbils.

Generalitats

- Abans d'iniciar un desplaçament planificar la feina, controlar els recanvis necessaris i utilitzar el recorregut més curt possibles (prevenció minimitzant anades i tornades i quilometratge innecessari).

- Tenir present que el més important no és córrer, sinó arribar. Programar els viatges amb el temps suficient. La presa és mala companya del conductor.
- Tenir el compte que no és suficient ser prudent. S'ha de tenir en compte les possibles imprudències dels altres conductors.
- Respectar els límits de velocitat indicats en les senyals de la carretera. Si no hi han, recordar les velocitats màximes establertes en el codi de circulació, que són:
 - 120 km/h en autopistes i autovies.
 - 100 km/h en vies ràpides i carreteres convencionals amb vorera pavimentada de més de 1,5 m o amb més d'un carril per sentit de circulació.
 - 90 km/h en la resta de vies interurbanes.
 - 50 km/h en les vies urbanes i travesseres

Nota: poden canviar segons la DGT. No obstant sempre haurem d'adequar la velocitat a les circumstàncies ambientals (boira, pluja, vent, ...), al conductor (fatiga, estat, edat, situació anímica,...) i l'estat i tipus de vehicle (equipament de proteccions actives, desgast general, rodes,...)

- En les cruïlles sense visibilitat, encara que es tingui preferència de pas, no ens hem de fiar.
- Els canvis de direcció (avançaments, sortides de la via principal, etc.) fer-los amb prudència i avisant amb temps als altres conductors.
- Prohibit utilitzar aparells de comunicacions que puguin distreure l'atenció (telèfons i emissores de ràdio).
- No beure begudes alcohòliques quan tenim que conduir (el 50% dels accidents mortals tenen com a responsable el alcohol).
- No prendre substàncies que pugin produir efectes negatius durant la conducció (psicotròpics, estupefacients, etc.).
- En trajectes llargs realitzar descansos.

Ergonomia en el vehicle

- Mantenir una postura còmoda i relaxada, regulant la postura del seient a les característiques del conductor o usuari, amb la finalitat de mantenir l'esquena recolzada sobre el respall, els braços i cames lleugerament flexionades
- S'aconsella utilitzar el control de creuer automàtic i / o el limitador de velocitat.

6. SITUACIONS METEOROLÒGIQUES ADVERSES:

Pluja

En el cas de pluja s'ha de tenir en compte les següents recomanacions:

- Extremer les precaucions, reduir la velocitat, augmentar la distància de seguretat... ja que la calçada està molla i augmentar el perill d'accident.

- En caure les primeres gotes la calçada es fa summament lliscant, per tant cal extremar les precaucions.
- Augmentar la distància de seguretat per tenir més espai de frenada.
- Reduir la velocitat en revolts i paviments empedrats, asfalt brillant i capes o bassals d'aigua, fang o fulles caigudes... Amb això evitem fenòmens com l'aiguaplaning.
- En cas de patir aiguaplaning: no s'ha de frenar ni accelerar, el millor remei per no trobar-s'hi és moderar la velocitat.
- Frenar amb suavitat i antelació per no bloquejar les rodes.
- Comprovar durant la marxa si els frens responen i al mateix temps eixuguem la humitat que puguin i tenir i recuperem la seva eficàcia.
- En cas d'haver de travessar un bassal gran: circular amb primera, lentament i un cop passat comprovar l'eficàcia dels frens.
- En cas de pluja torrencial: cal estacionar amb un lloc segur i mantenir encesos els llums.

Neu

En el cas de neu s'han de tenir en compte les següents recomanacions:

- Conduir amb suavitat.
- No frenar bruscament.
- Reduir la velocitat per facilitar l'adherència i evitar lliscaments.
- Augmentar la distància de seguretat.
- Seguir les roderes o empremtes deixades per altres vehicles.
- No avançar si no és necessari.
Portar les cadenes per si són necessàries.
- Quan cauen els primers flocs de neu es produeixen els mateixos efectes que quan cauen les primeres gotes de pluja (barreja d'aigua, pols i greix) i transformen el paviment en una pista molt lliscant. I passa el mateix quan la neu és tova i acabada de caure.
- En arrencar el vehicle sobre neu pot ser que les rodes patinin i s'enfonsin. Per evitar-ho, posar-les en línia recta i arrencar amb segona, deixar anar molt lentament l'embragatge, mantenint una acceleració suau i constant, i no moure la direcció fins que el vehicle no estigui en moviment.

Gel

En el cas de gel al paviment s'han de tenir en compte les següents recomanacions:

- Conduir amb suavitat.
- No frenar bruscament.
- Reduir la velocitat per facilitar l'adherència i evitar lliscaments.
- Augmentar la distància de seguretat.
- Seguir les roderes o empremtes deixades per altres vehicles.

- No avançar si no és necessari.
Portar les cadenes per si són necessàries.
- Les distàncies de frenada en gel pot augmentar fins a deu vegades.

Boira

En el cas de boira s'han de tenir en compte les següents recomanacions:

- Moderar la velocitat.
- Augmentar la distància de seguretat.
- No avançar si no és necessari.
- Augmentar la distància de frenada.
- Utilitzar almenys els llums d'encreuament
- La prioritat és veure i ser vistos.
- Utilitzar els llums antiboira davanters, i els posteriors només en cas de boira molt espessa perquè enlluernen.

Vent

En el cas de vent s'han de tenir en compte les següents recomanacions:

- Reduir la velocitat, corregint les desviacions per mantenir la trajectòria del vehicle.
- En el cas d'avançar vehicles de grans dimensions, vigilar especialment amb la distància de separació lateral.
- Fixar-se en la trajectòria del vent a través dels arbres i arbustos de la calçada.
- Subjectar el volant de manera segura i forta.

7. EN CAS D'ACCIDENT:

Quan es produeix un accident de trànsit, s'ha de seguir una sèrie d'accions per resoldre la situació. Per començar, s'ha de mantenir la calma, i llavors fer el següent:

- Estacionar: Cal aturar el cotxe fora de la carretera, en un lloc on no entorpeixi el trànsit per evitar nous accidents.
- Senyalitzar: Cal col·locar el triangle de presenyalització de perill a 50 metres de distància com a mínim i, recordar sempre, de portar l'armilla reflectora reglamentària en caminar per la calçada.
- Inspeccionar: Cal treure el contacte del cotxe accidentat i posar el fre de mà. Abans, s'ha d'observar si hi ha algun risc afegit, com líquids que vessin d'algun dipòsit i que puguin prendre.
- Tranquil·litzar: Cal mantenir la calma i allunyar els curiosos que s'hi puguin apropar. Quan sigui possible, convé parlar amb els ferits per veure com es troben.

- **Notificar:** Cal trucar als serveis d'emergència (telèfon 112) a través d'un telèfon mòbil o d'un pal SOS per notificar-los la localització exacta de l'accident i l'estat dels ferits.
- **Socórrer:** Només en el cas que es tinguin coneixements mèdics. Si no és així, millor limitar-se a col·locar mocadors o apòsits a les ferides per evitar que sagnin. En cap cas cal donar aigua o aliments als ferits i només se'ls ha de moure si el cotxe està a punt de cremar-se o estimar-se. Als motoristes mai se'ls ha de treure el casc.

8. SEGURETAT A LA DEFENSIVA

Què és la conducció defensiva? ¿Pot ser realitzada per qualsevol conductor? La conducció defensiva consisteix a anticipar-se a les situacions de perill. Són un conjunt de tècniques que permeten al conductor dependre del seu propi comportament per evitar qualsevol tipus de risc. De fet, qualsevol conductor pot posar-la en pràctica. Us donem deu pautes.

Realitzar una conducció defensiva és conduir de tal manera que s'evitin accidents tot i els comportaments o actes incorrectes que puguin cometre altres conductors o es puguin trobar a la via: carreteres en mal estat, mala senyalització ...

- Observa tot el que passa al teu voltant. El conductor ha de tenir una mirada panoràmica. Això vol dir que no només cal veure el que passa davant el vehicle. També hem de saber què passa al voltant. Per a això haurem de mirar pels retrovisors constantment, no perdre la vista del que passa davant i controlar l'angle mort. Observa la calçada, analitzar tots els possibles perills i reaccionar en conseqüència.
- És important saber anticipar-se. Si conduïm més a poc a poc, tindrem una millor visió i tindrem més temps per maniobrar i reaccionar a temps davant de possibles imprevistos.
- Desconfia. No podem donar res per fet. En qualsevol moment un conductor pot saltar-se un stop o no cedir el pas.
- Mantingues una separació suficient, tant amb el vehicle de davant com amb el de darrere. Frena amb temps i de forma progressiva per alertar amb temps a la resta de conductors.
- Coneix el teu vehicle. És important saber per a què serveixen tots i cada un dels sistemes de seguretat de què disposa el nostre cotxe i com treure'n el màxim partit possible.
- Coneix tècniques de conducció que et permetin saber com reaccionar davant d'imprevistos: aquaplaning, conducció amb fallada de frens ...
- No ingereixis ni consumeixis res que pugui afectar als teus sentits (alcohol, drogues ...) També has de tenir especial precaució amb la medicació. Recorda que molta està contraindicada per a posar-se al volant.
- Per descomptat, respecta les normes i senyals de circulació.

- Evita distraccions. No podem fer una conducció eficient si estem pendents del mans lliures o del GPS.
- Mantingues les dues mans sobre el volant en la posició de les deu menys deu o tres menys quart, el que ens permetrà actuar de forma immediata en cas d'emergència.

9. VELOCITAT MÀXIMA PERMESA SEGONS TIPUS DE VEHICLE

Al CAT, hi ha tres tipus de vehicles que circulen per carretera: Turismes (Codi: 1000), Furgons/Furgonetes (Codi: 2400) i Vehicles mixt adaptats (Codi: 3100), a banda dels remolcs. A la Fitxa Tècnica del vehicle trobareu el codi d'identificació al que pertany.

TURISMES: La velocitat genèrica màxima per a turismes en autopistes i autovies és de 120 km/h, llevat que s'indiqui el contrari. En carreteres secundàries, la velocitat passa a ser de 100 km/h o de 90 km/h en funció de l'amplada del voral. En vies urbanes la velocitat màxima és de 50 km/h.

VEHICLE MIXT ADAPTAT: En aquest cas, la velocitat màxima és de 100 km/h. En carreteres convencionals (amb voral pavimentat d'1,50 metres o més d'amplada, o més d'un carril per a algun dels sentits de circulació), la velocitat per a aquests vehicles és de 90 km/h. La resta de vies fora de poblat, no podran superar els 80 km/h.

FURGONS/FURGONETES: Si parlem d'aquests altres tipus de vehicles, quan circulen per autopistes i autovies, la velocitat màxima és de 90 km/h. En carreteres convencionals (amb voral pavimentat d'1,50 metres o més d'amplada, o més d'un carril per a algun dels sentits de circulació), la velocitat per a aquests vehicles és de 80 km/h. La resta de vies fora de poblat, no podran superar els 70 km/h.

AUTOMÒBILS AMB REMOLC NO LLEUGER: Tant si el vehicle és un turisme o està catalogat com a furgó/furgoneta, en el moment en que afegim un remolc, la velocitat màxima en autopistes i autovies passa a ser de 80 km/h. En carreteres convencionals (amb voral pavimentat d'1,50 metres o més d'amplada, o més d'un carril per a algun dels sentits de circulació), la velocitat màxima serà de 80 km/h. La resta de vies fora de poblat, no podran superar els 70 km/h.

Finalment, la velocitat màxima que no han d'excedir els vehicles en vies urbanes i travessies s'estableix, amb caràcter general, en 50 quilòmetres per hora, excepte per als vehicles que transportin mercaderies perilloses, que circularan com a màxim a 40 km/h.



10. REGISTRES I DOCUMENTS RELACIONATS:

DOCUMENTS	DENOMINACIÓ
DSST-004-017	Personal autoritzat us vehicles normals/especials
RI-RRHH-001	Política flota de vehicles