



Transporte público: Autobús, metro y tren



Metro y tren

Los golpes y las caídas son los incidentes más habituales durante los desplazamientos por la estación, en la que conviene prestar especial atención al borde del andén.

La acción de subir y bajar del metro/tren no está exenta del riesgo de caída, y tampoco el trayecto dentro del convoy en caso de frenadas bruscas.

Recomendaciones:

Durante los desplazamientos por la estación y los periodos de espera:

- Cuando subas o bajes escaleras no circules demasiado de prisa, no saltes ni corras. Utiliza los pasamanos o las barandillas y utiliza un calzado seguro (evita las suelas que puedan resbalar).
- Pon atención al estado de escalones y a la distancia entre ellos. Ve con cuidado si llevas niños en brazos o algún objeto voluminoso. Es recomendable llevar las manos libres y fuera de los bolsillos.
- No corras para coger el tren que está en la estación; no salgas del vagón ni tampoco entres una vez hay sonada la señal acústica.
- Mantén la distancia de seguridad con el borde del andén y respeta la señalización.
- En algunas estaciones, la distancia entre el vagón y el andén puede ser considerable; sube y baja con cuidado.
- Presta especial atención al espacio entre el vagón y el andén para evitar quedarte atrapado.

Durante el trayecto:

- Presta atención al cierre de puertas del vehículo, para evitar que puedan quedar atrapadas partes del cuerpo, ropa u objetos (bolsas, maletines, etc).
- Durante el trayecto procura mantener una postura que garantice un buen equilibrio y agárrate a algún elemento del vehículo (barras, asientos, etc).
- Prepárate con antelación suficiente para bajar de la parada.
- Nunca atraveses las vías del tren fuera de las zonas de paso habilitadas. Es muy peligroso.
- Ante una parada imprevista del metro o del tren, mantén la calma y sigue las instrucciones del maquinista o de la megafonía. Aunque las nuevas unidades permiten que los usuarios abran las puertas desde el interior, se sugiere no activarlas hasta que en caso necesario se indique la evacuación, ya que en ese momento puede estar circulando otra unidad por las vías.



Autobús

Como en el metro/tren, en el autobús se pueden producir golpes y caídas en el acceso al vehículo y durante el trayecto. Además, hay que tener en cuenta el riesgo de atropello, especialmente en caso de cruzar por lugares inadecuados.

Recomendaciones:

Durante los periodos de espera y al subir/bajar del vehículo:

- Nunca subas con el vehículo en marcha. Tampoco bajes hasta que el vehículo no se haya detenido completamente.
- Presta atención cuando se cierren las puertas del vehículo, con el fin de evitar que te pueda atrapar partes del cuerpo, la ropa u objetos (bolsas, maletines, etc).
- Prepárate con antelación suficiente para pulsar el botón y bajar en tu parada.
- En el momento de bajar del autobús, no cruces por delante del vehículo, ya que puede hacer que otro vehículo no vea y te atropelle. Lo más prudente es esperar que el autobús marche y cruzar cuando tengas una buena visibilidad.



Durante el trayecto:

- Procura mantener una postura que garantice un buen equilibrio y agárrate a algún elemento del vehículo (barras, asientos, etc).
- Si tienes dificultades de accesibilidad, sigue las siguientes instrucciones:
 - Evita las horas punta siempre que sea posible.
 - Lleva el billete preparado.
 - Solicita al conductor que espere que estés sentado/a correctamente e infórmale de la parada en la que bajarás.
 - Si no hay asientos disponibles, solicita que te cedan uno de los reservados.
- Prepárate para bajar con antelación suficiente y hazlo cuando el autobús esté totalmente parado.
- Solicita ayuda, si la necesitas.

