

Departamento Prevención Propia

M^a Eugenia Martín Laso

Jefa Servicio Actividades Técnicas

Departamento Prevención Propia MC MUTUAL



PLAN DE MOVILIDAD Y SEGURIDAD VIAL

MC MUTUAL



Quienes somos

MC MUTUAL, Mutua Colaboradora con la Seguridad Social número 1 de más de 100 años de actividad.



Nacimos en abril de 2006 por la fusión de **Midat Mutua** y **Mutual Cyclops**, que había añadido en su estructura hace años a Previsión-Equidad, la primera Mutua que operó en el sector en el año 1901. Así Mutual Cyclops heredó la experiencia de la Mutua más antigua y años más tarde **MC MUTUAL** ha vuelto a integrar todo el conocimiento de una entidad centenaria.

**Plantilla media de 1900 trabajadores
+ de 100 centros, repartidos por todo el
territorio nacional
(2 hospitales propios en Barcelona)**



A qué nos dedicamos

La **actividad productiva** de la entidad es, según lo dispuesto en la Ley General de la Seguridad Social y demás normas de desarrollo, dar cobertura de:

- ▶ Las contingencias profesionales, accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, para las empresas asociadas y trabajadores autónomos.
- ▶ Gestión de la prestación económica que se deriva de una incapacidad temporal o enfermedad común de los trabajadores de empresas mutualistas que lo soliciten.
- ▶ Prestaciones económicas por riesgo durante el embarazo o la lactancia natural, por cuidado de menores afectados por cáncer u otra enfermedad grave y por cese de actividad de trabajadores autónomos, cuando hayan optado a esta cobertura.
- ▶ **Colaboración con la Seguridad Social en las actividades de prevención**, recuperación y todas las previstas en la Ley General de Seguridad Social.



ORGANIGRAMA MC MUTUAL

DIRECCIÓN GENERAL



Actividad preventiva dirigida a nuestros trabajadores/as

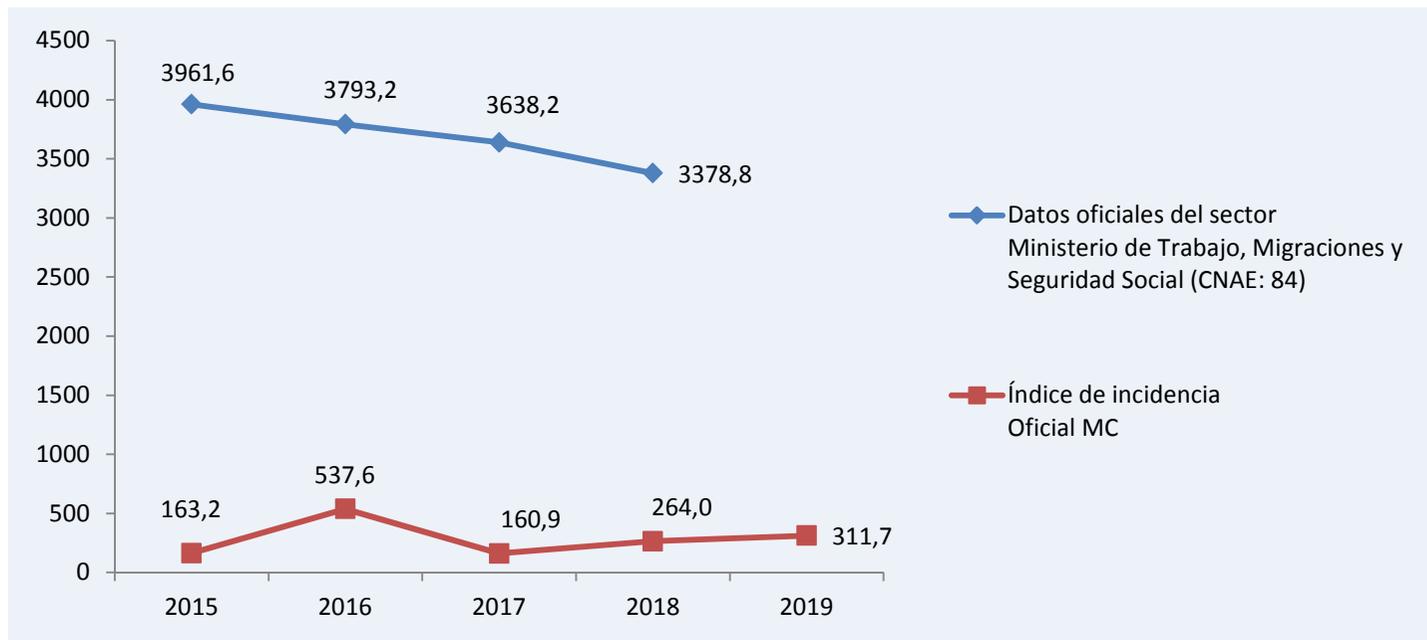
Actividad preventiva dirigida a empresas mutualistas

Siniestralidad

| | Plantilla media | Datos oficiales del sector Ministerio de Trabajo, Migraciones y Seguridad Social (CNAE: 84) (1) | Índice de incidencia Oficial MC (1) | Índice de incidencia Total MC (2) | AT Total Con BAJA (c/b) | AT Total SIN BAJA (s/b) | AT TOTAL (c/b + s/b) |
|------|-----------------|---|-------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------|-------------------------|----------------------|
| 2019 | 1925 | ----- | 311,7 | 5298,7 | 21 | 81 | 102 |
| 2018 | 1894 | 3378,8 | 264,0 | 5279,8 | 23 | 77 | 100 |
| 2017 | 1865 | 3638,2 | 160,9 | 4343,2 | 12 | 69 | 81 |
| 2016 | 1860 | 3793,2 | 537,6 | 4408,6 | 22 | 60 | 82 |
| 2015 | 1838 | 3961,6 | 163,2 | 4570,2 | 21 | 63 | 84 |

(1) Núm.AT con baja, sin contar recaídas e in Itínere)/Núm.Trabajadores *100.000

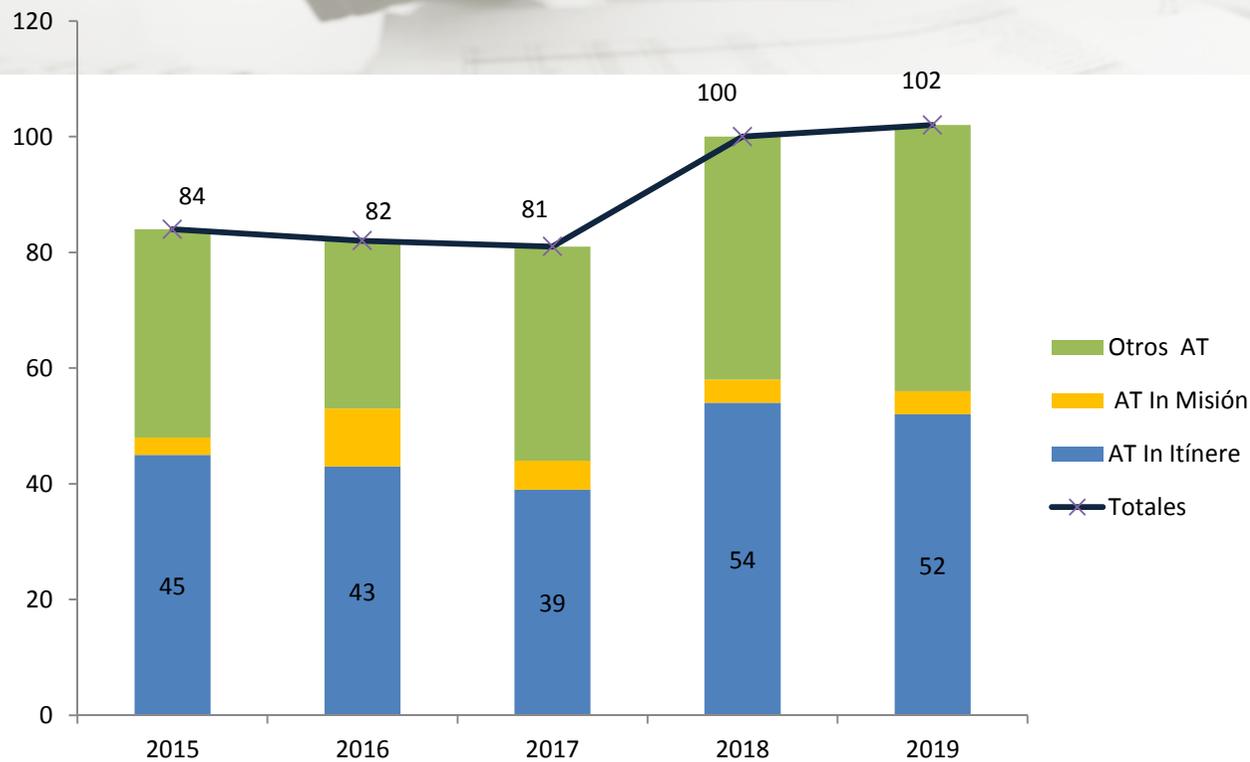
(2) Núm.AT Total (todos con y sin baja, sin contar recaídas)/Núm.Trabajadores *100.000



* En la legislación Española, los AT In Itínere no cuentan para el cálculo de índices de siniestralidad.

Siniestralidad Vial

| | AT In Itínere | AT In Misión | AT Otros | AT Total |
|------|---------------|--------------|----------|----------|
| 2015 | 45 | 3 | 36 | 84 |
| 2016 | 43 | 10 | 29 | 82 |
| 2017 | 39 | 5 | 37 | 81 |
| 2018 | 54 | 4 | 42 | 100 |
| 2019 | 52 | 4 | 46 | 102 |

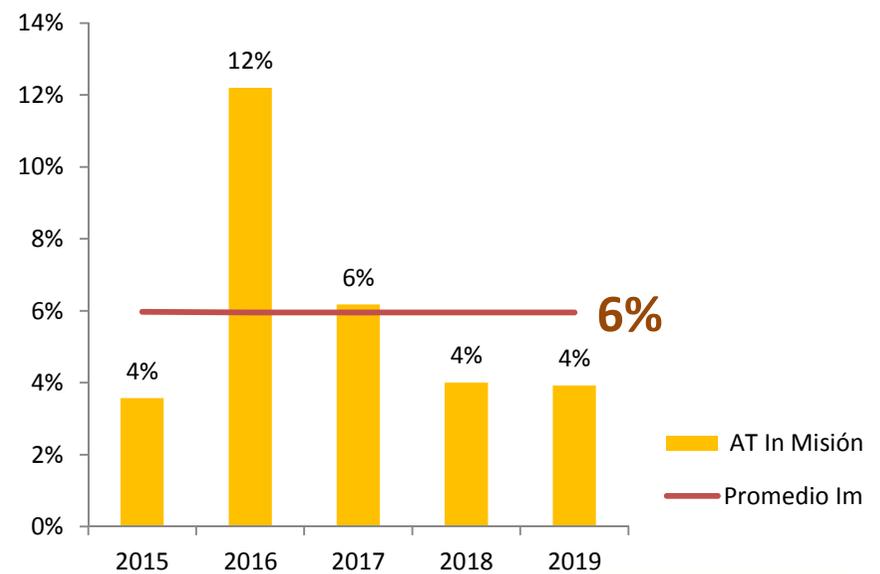
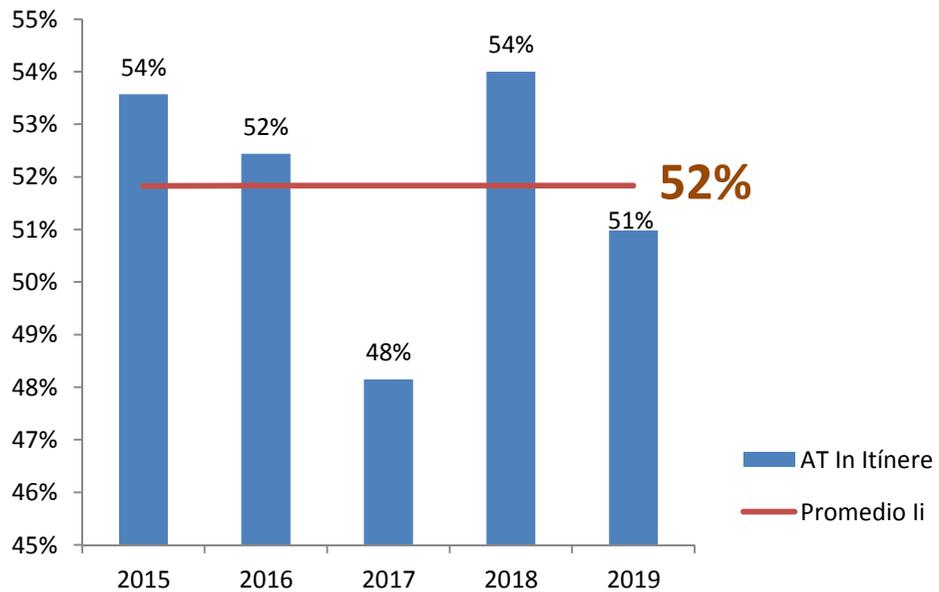


En 2019 el 51% de los AT han ocurrido In Itínere

Siniestralidad Vial

Siniestralidad IN ITÍNERE

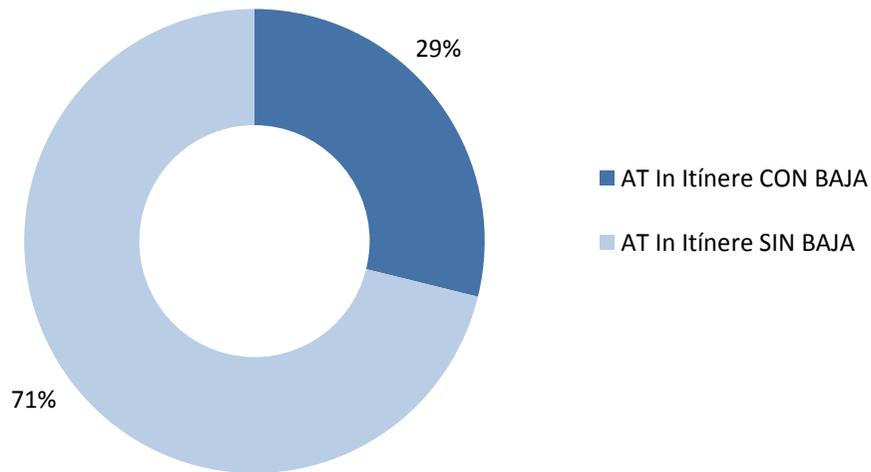
Siniestralidad IN MISIÓN



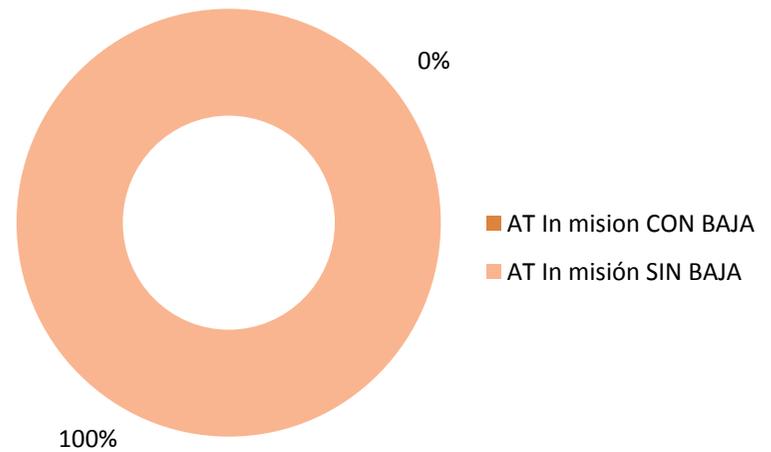
Los AT-In Itínere tienen un peso muy relevante en la siniestralidad total

Siniestralidad Vial

AT In Itínere 2019



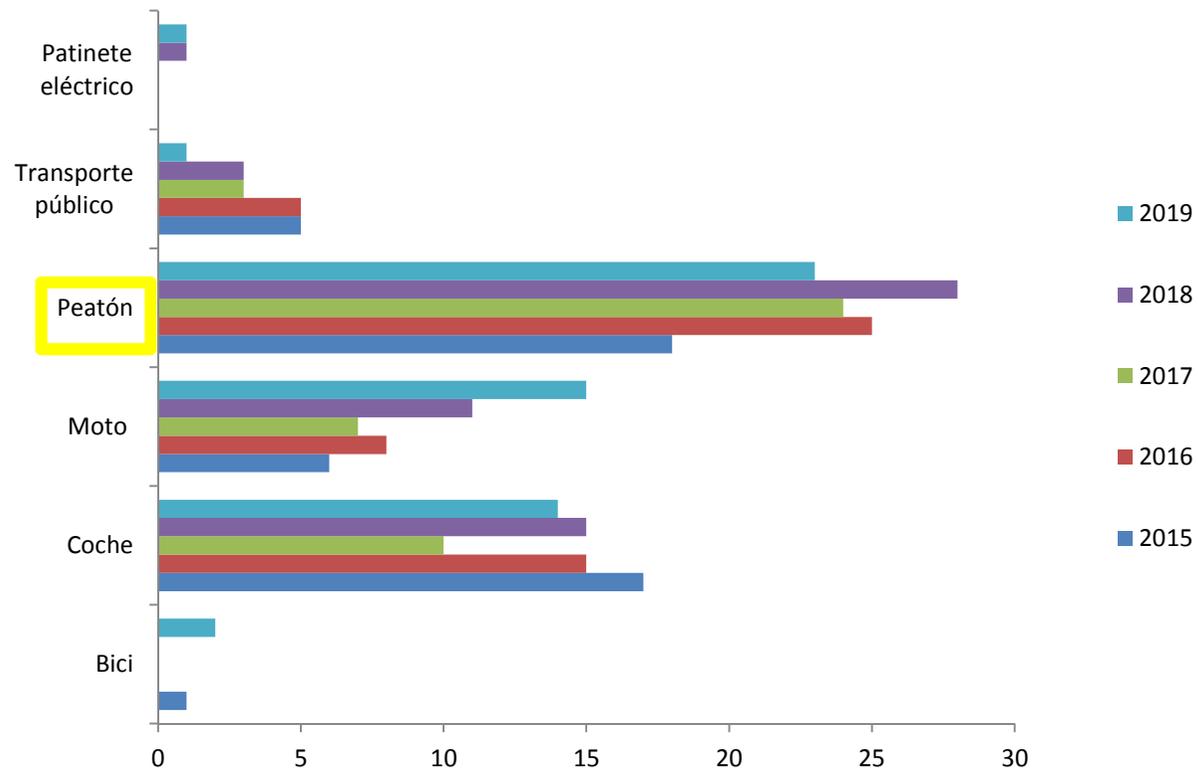
AT In Misión 2019



Siniestralidad Vial

AT In Itínere e In Misión según tipología

(Según medio de transporte en el que se accidenta el trabajador (llevando coche, etc.))



¿Como queremos mirar?



Cuadro de mando

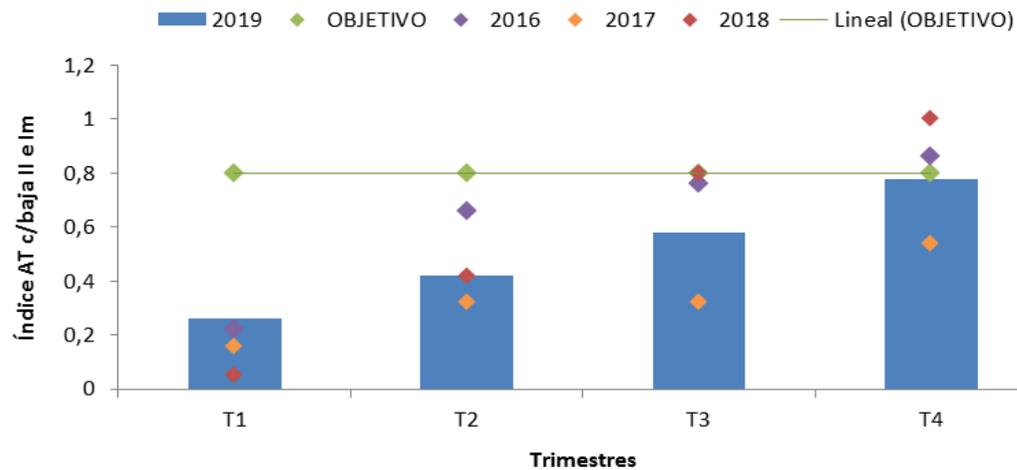
OBJETIVOS DE MEJORA 2019

→ Mantenemos objetivo 2020

AMBIENTE FÍSICO DE TRABAJO

OBJETIVO AF1 Disminuir un 5% la accidentabilidad a consecuencia de los desplazamientos (in itinere e in misión), tomando como referencia el promedio de los tres últimos años.

| | | | | | | | |
|---------------|----------------|------------|------------|-------------|--|-------|--------------|
| I.AF.1 | Valor objetivo | 0,8 | Valor 2019 | 0,78 | | Plazo | Anual |
|---------------|----------------|------------|------------|-------------|--|-------|--------------|



| I.AF.1 | OBJETIVO | 2016 | 2017 | 2018 | 2019 |
|--------|----------|------|------|------|------|
| T1 | 0,80 | 0,22 | 0,16 | 0,05 | 0,26 |
| T2 | 0,80 | 0,66 | 0,32 | 0,42 | 0,42 |
| T3 | 0,80 | 0,76 | 0,32 | 0,80 | 0,58 |
| T4 | 0,80 | 0,86 | 0,54 | 1,00 | 0,78 |

| INDICADOR | DESCRIPCIÓN | MEDICIÓN | RESPONSABLE EJECUCIÓN | RESPONSABLE SEGUIMIENTO | TIPO OBJETIVO | VALOR OBJ. |
|-----------|--|---|--------------------------------|--------------------------------|---------------|------------|
| I.AF.1 | Número de accidentes con baja in itinere e in misión producidos en el periodo en relación a la plantilla media | $(n^{\circ} \text{ de accidentes con baja in itinere e in misión} / \text{plantilla media}) \times 100$ | Departamento Prevención Propia | Departamento Prevención Propia | CUANTITATIVO | 0,8 |



Plan de movilidad y seguridad vial

ESTUDIO DE MOVILIDAD



| Fases del proyecto | 2018/2019 | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Diagnóstico y evaluación | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | | | | | |
| Diseño | | | | | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | |
| Implantación | | | | | | | | | ■ | ■ | ■ | ■ |
| Seguimiento | | | | | | | | | | | | ■ |

Determinar acciones, mecanismos, estrategias y medidas encaminadas a alcanzar la **Seguridad Vial** como algo inherente a las personas y así **evitar o reducir la accidentabilidad vial de los trabajadores/as** y disminuir los efectos que pueden generar los accidentes de tránsito.

Plan de Movilidad y Seguridad Vial



- Encuesta por CENTRO DE TRABAJO a Responsables de centro (13 ítems)
- Encuesta a TRABAJADORES (35 Ítems)

Un 74% de participación



Plan de Movilidad y Seguridad Vial

MC MUTUAL PLAN DE MOVILIDAD MC MUTUAL

ZARAGOZA

Nº de trabajadores que han respondido la encuesta = 12
 Nº de trabajadores del centro = 16
 Porcentaje de participación = 75%

| Centro | Edificio/CARRETA transporte público | Aparcamientos públicos | | Calle Zona de Pajar | | Carril bici | | Aparcamientos bici | |
|--------------------------------|-------------------------------------|------------------------|--------|---------------------|--------|-------------|--------|--------------------|--------|
| | | Acceso | Salida | Acceso | Salida | Acceso | Salida | Acceso | Salida |
| Edificio de centros de trabajo | Acceso a 2ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| | Salida de 2ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| Carril bici | Acceso de 2ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| | Salida de 2ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| Transporte público | Acceso a 2ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| | Salida de 2ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| | Acceso a 1ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| | Salida de 1ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| | Acceso a planta baja | 100% | 100% | | | | | | |
| | Salida de planta baja | 100% | 100% | | | | | | |
| | Acceso a 0ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| | Salida de 0ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| | Acceso a 1ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| | Salida de 1ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| Transporte propio | Acceso a 2ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| | Salida de 2ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| | Acceso a 1ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| | Salida de 1ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| | Acceso a planta baja | 100% | 100% | | | | | | |
| | Salida de planta baja | 100% | 100% | | | | | | |
| | Acceso a 0ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| | Salida de 0ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| | Acceso a 1ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| | Salida de 1ª planta | 100% | 100% | | | | | | |
| Carril bici | Acceso | 100% | 100% | | | | | | |
| | Salida | 100% | 100% | | | | | | |

Propuestas para mejorar la movilidad en las intersecciones del centro
 Espacio para bicicletas
 Subvención transporte público

1220

- Participación por zona
- Tablas comparativas centros de trabajo
- Propuestas de mejora de la movilidad en centros de trabajo-empleados
- Evaluación cuestionarios trabajadores
- Análisis accidentes laborales (2016-2018)
- Evolución siniestralidad (2016-2018)
- Evaluación de los riesgos
- Plan de acción de medidas en materia de movilidad
- Resumen de movilidad de los centros de trabajo

Encuesta CENTROS



¿Dispone el centro de una estación/parada cerca de transporte público?

NO: 10,7% **SI: 89,3%**

¿A qué distancia?

Menos de 100m: 37,38%
Entre 101 y 300 m: 31,78%
Más de 301 m: 30,84%



¿Hay aparcamiento público cerca del centro?

NO: 34,82 **SI: 65,18%**

• ¿A qué distancia?

Menos de 100m: 31,76%
Entre 101 y 300 m: 34,12%
Más de 301 m: 34,12%

• ¿Existe algún convenio de colaboración para trabajadores?

Si: 3,19% **No: 96,81**

• La zona de aparcamiento público en la calle. ¿Es zona de estacionamiento de pago?

Si: 58,04% No: 41,96%



¿Existe carril bici en las inmediaciones del centro de trabajo?

No: 76,79% Si: 23,21%



¿Existe aparcamiento bicicletas en las inmediaciones del centro de trabajo?

No: 76,79% Si: 23,21%

¿A qué distancia?

Menos de 50m: 58,06%
Entre 51 y 100 m: 41,94%



¿Está el centro adaptado con acceso para minusválidos?

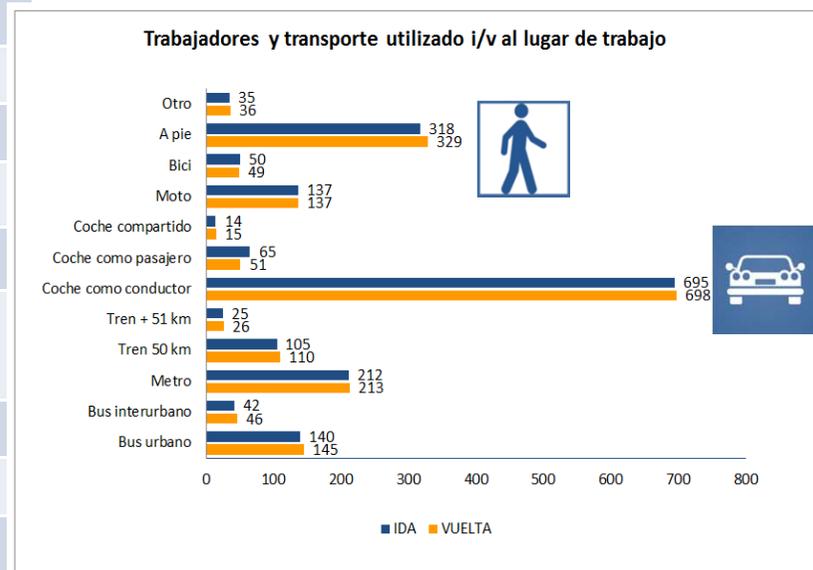
Si: 91,95% No: 8,04%



Encuesta EMPLEADOS

MEDIOS DE TRANSPORTE EN DESPLAZAMIENTOS

| Medios de transporte habituales desde el lugar de residencia a trabajo (IDA) (ítem 10) 2 opc. máx. | | | Medios de transporte habituales desde el centro de trabajo al lugar de residencia (VUELTA) (ítem 18) 2 opc. máx. | | |
|--|------------|------------|--|------------|-----------------------------|
| Bus urbano | 140 | 8% | 8% | 145 | Bus urbano |
| Bus interurbano | 42 | 2% | 2% | 46 | Bus interurbano |
| Metro | 212 | 12% | 11% | 213 | Metro |
| Tren 50 km | 105 | 6% | 6% | 110 | Tren 50 km |
| Tren + 51 km | 25 | 1% | 1% | 26 | Tren + 51 km |
| Coche como conductor | 695 | 38% | 38% | 698 | Coche como conductor |
| Coche como pasajero | 65 | 4% | 3% | 51 | Coche como pasajero |
| Coche compartido | 14 | 1% | 1% | 15 | Coche compartido |
| Moto | 137 | 7% | 7% | 137 | Moto |
| Bici | 50 | 3% | 3% | 49 | Bici |
| A pie | 318 | 17% | 18% | 329 | A pie |
| Otro | 35 | 2% | 2% | 36 | Otro |



El 55% de los empleados/as encuestados se desplazan (de casa al trabajo y del trabajo a casa) EN COCHE o A PIE.

Encuesta EMPLEADOS

DISTANCIA/TIEMPO EN DESPLAZAMIENTOS

| Kilómetros trayecto de IDA (ítem 11) | | | Kilómetros trayecto de VUELTA (ítem 19) | | |
|--------------------------------------|------|--------|---|------|---------------|
| De 1 a 25 km | 1046 | 80,96% | 79,95% | 1033 | De 1 a 25 km |
| De 26 a 50 Km | 186 | 14,40% | 15,33% | 198 | De 26 a 50 Km |
| + de 51 Km | 60 | 4,64% | 4,72% | 61 | + de 51 Km |

| Tiempo en llegar al trabajo (ítem 12) | | | Tiempo en llegar al domicilio (ítem 20) | | |
|---------------------------------------|-----|--------|---|-----|--------------------|
| Menos de 30 min. | 818 | 63,31% | 62,93% | 813 | Menos de 30 min. |
| Entre 31 y 60 min. | 397 | 30,73% | 30,96% | 400 | Entre 31 y 60 min. |
| + de 61 min. | 77 | 5,96% | 6,11% | 79 | + de 61 min. |

El 80% de los empleados/as recorren menos de 25km. en el trayecto casa↔trabajo, y el 63% tarda menos de 1/2 hora en cada desplazamiento.

Encuesta EMPLEADOS

DESPLAZAMIENTOS DURANTE LA JORNADA LABORAL

¿Desplazamientos durante la jornada laboral (ítem 26)?

| | | |
|------------------------|------------|---------------|
| Esporádicamente | 921 | 71,29% |
| Habitualmente | 242 | 18,73% |
| Todos los días | 129 | 9,98% |

¿Qué tipo de transporte utilizas en los desplazamientos para el desarrollo de la actividad profesional? (ítem 27)

Máx. 2 opciones

| | | |
|--|------------|------------|
| Vehículo particular | 674 | 37% |
| Transporte público (autobús, metro,...) | 491 | 27% |
| Tren | 253 | 14% |
| A pie | 159 | 9% |
| Avión | 152 | 8% |
| Taxi/Cabify/Uber/... | 78 | 4% |
| Vehículo alquiler | 14 | 1% |

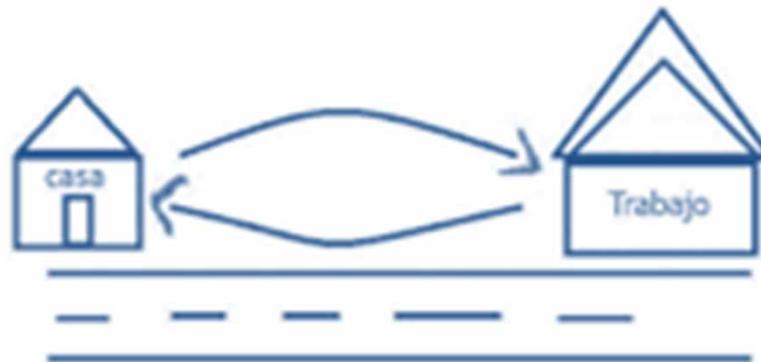


Encuesta EMPLEADOS

¿DESPLAZAMIENTOS DIRECTOS: CASA ↔ TRABAJO?

| ¿Es tu trayecto desde tu domicilio al centro de trabajo, <u>directo</u> o realizas otras actividades por el camino? (ítem 13) | | | ¿Es tu trayecto desde el centro de trabajo a tu domicilio <u>directo</u> o realizas otras actividades por el camino? (ítem 21.) | | |
|---|-----|--------|---|-----|---------|
| Siempre | 901 | 69,74% | 49,07% | 634 | Siempre |
| A veces | 226 | 17,49% | 39,47% | 510 | A veces |
| Nunca | 165 | 12,77% | 11,46% | 148 | Nunca |

El 70% de los empleados/as indican que siempre van directos de casa al trabajo, y es en el trayecto de vuelta cuando hacen otras actividades.



Encuesta EMPLEADOS

APARCAMIENTO EN EL LUGAR DE TRABAJO

Si accedes desde tu lugar de residencia a tu centro de trabajo en COCHE/MOTO/BICI, ¿Dónde aparcas? (ítem 14)

| | | |
|--|-----|--------|
| En la calle, zona de estacionamiento de pago | 411 | 50,00% |
| Aparcamiento público de pago | 182 | 22,14% |
| En la calle, sin ser zona de pago | 113 | 13,75% |
| Acera-moto | 88 | 10,70% |
| Acera-bici | 28 | 3,41% |



¿Cuánto tiempo tardas en encontrar Aparcamiento? (ítem 15)

| | | |
|--------------------|-----|--------|
| Menos de 10 min. | 641 | 80,32% |
| Entre 10 y 20 min. | 131 | 16,42% |
| + de 20 min. | 26 | 3,26% |



Encuesta EMPLEADOS

MOTIVOS DE SELECCIÓN DE TRANSPORTE COCHE/MOTO

En caso de trasladarte en coche/moto al centro de trabajo, indica las razones por las que has elegido ese medio (ítem 22)

| | | |
|----------------------|------------|------------|
| Rapidez | 413 | 34% |
| Comodidad | 269 | 22% |
| No parada cerca casa | 124 | 10% |
| Llevar/recoger niños | 125 | 10% |
| Salidas trabajo | 164 | 13% |
| Otros | 137 | 11% |



¿PORQUÉ CAMBIARÍAS?



En caso de usar vehículo (coche/moto), indica las razones por las que cambiarías a transporte público (ítem 23)

| | | |
|-------------------------|------------|------------|
| Más rapidez | 257 | 26% |
| Mayor frecuencia | 221 | 23% |
| Parada en casa | 204 | 21% |
| Descuentos | 150 | 15% |
| Otros | 143 | 15% |

Encuesta EMPLEADOS

BICICLETAS

De disponer de carriles y aparcamientos para bicis en el centro de trabajo. ¿Utilizarías este medio para transportarte? (ítem 24)

| | | |
|------------------|-------------------|----------------------|
| Si | 300 | 23,22% |
| <u>No</u> | <u>992</u> | <u>76,78%</u> |



PEATÓN. ACCESO A CENTROS MC

Como peatón. ¿Cómo valoras el acceso a tu centro? (ítem 25)

| | | |
|---------------------|--------------------|----------------------|
| <u>Bueno</u> | <u>1029</u> | <u>79,64%</u> |
| Regular | 185 | 14,32% |
| Malo | 78 | 6,04% |



Encuesta EMPLEADOS



- El **56%** *va y vuelve del trabajo del mismo modo* – **Conduciendo coche y a pie**. El 50% aparca en zona pública (de pago) y el 80% tarda menos de 10 min. en encontrar aparcamiento.
- El **81%** hace trayectos (casa↔trabajo) de menos de 25Km y en el 63% tarda menos de 1/2 hora.
- El **72%** hace desplazamientos esporádicos durante la jornada laboral, el 37% en vehículo particular y el 41% en autobús, metro o tren.
- El **56%** elige **coche/moto como medio de transporte**, por rapidez y comodidad. (*Se cambiaría a transporte público si éste fuese más rápido, aumentase su frecuencia de paso y se tuviese una parada cerca del domicilio*).
- Aunque hubiese carriles y aparcamientos para **bicicletas** en el centro, el 77% no utilizaría este medio de transporte
- El 90% considera como buenos los **accesos** a pie al centro de trabajo.

Plan de acción

- Designación de **GESTOR DE MOVILIDAD**
- Constitución de una **COMISIÓN DE MOVILIDAD**



Periodicidad: Semestral

- Director de Personas
- Jefaturas del DPP
- Adjunta Dirección División Servicios Prevención
- Técnico Prevención de zona
- Delegado de prevención

¿VISUALIZAR?



Dentro de la Comisión se valorarán acciones con impacto en la reducción de la siniestralidad vial:

- ✓ Concienciar/sensibilizar sobre aspectos relativos a la movilidad segura y sostenible
- ✓ Acciones para disminuir el número de desplazamientos
- ✓ ...



Refuerzo en acciones INFORMATIVAS

Reforzar medidas preventivas sobre seguridad vial en:

- **Ficha informativa de riesgos y medidas de puesto de trabajo (FI)**
- **Información en Portal del empleado: Noticias, Sabías qué?, Banner, etc.**

| INFORMACIÓN PREVENTIVA DE TU PUESTO DE TRABAJO | |
|--|---|
| SEGURIDAD VIAL | |
| Desplazamiento en vehículo  | Vía de circulación <ul style="list-style-type: none"> Respetar las señales, los semáforos y las indicaciones de los agentes. Extrema las precauciones ante: un cruce de carreteras, cambios de rasante, curvas y con escasa visibilidad y pasos a nivel. Señaliza con suficiente antelación la intención de realizar cualquier maniobra y comprueba que los demás se han percatado de la advertencia antes de realizarla. En caso de climatología adversa (lluvia, nieve, viento, niebla) reduce la velocidad, aumenta la distancia de seguridad y garantiza una buena visibilidad (usando el alumbrado adecuado y utilizando el limpiaparabrisas). Si te desienes en un arcén utiliza el chaleco reflectante cuando bajes del vehículo. Si tienes somnolencia, no continúes la conducción. No conduzcas si has tomado alcohol o sustancias que puedan interferir en tu estado de consciencia. En coche <ul style="list-style-type: none"> Cuida del estado de tu vehículo. Realiza las revisiones recomendadas por el fabricante y las inspecciones técnicas obligatorias. Lleva siempre puesto el cinturón de seguridad. En moto <ul style="list-style-type: none"> Usa siempre el casco reglamentario, puede salvarte la vida. No aproveches la movilidad de tu vehículo para provocar situaciones de riesgo en los embottellamientos y semáforos. En caso de lluvia, niebla, fuerte viento o bajas temperaturas es recomendable que no uses la moto. En caso necesario, aumenta la distancia de seguridad, modera la velocidad, protégete con repelente y pon la luz más adecuada. Recuerda que un accidente en moto impacta directamente contra ti, y ocasiona en la mayoría de casos accidentes graves. En bicicleta <ul style="list-style-type: none"> Usa siempre el casco bien ajustado a la cabeza, puede salvarte la vida. Utiliza medios reflectantes (chalecos, brazaletes, tiras adosadas al casco, etc.). Mantén la bicicleta en perfecto estado de uso (ruedas, asiento, alumbrado, etc.) |
| Desplazamiento como peatón  | En núcleo urbano <ul style="list-style-type: none"> Respetar las señales, los semáforos y las indicaciones de los agentes. Cruza perpendicular a la acera y siempre que puedas utiliza los pasos de peatones. Presta atención a las entradas y salidas de los garajes. En días de lluvia y nieve el suelo está más deslizante, por lo que deberás tener un especial cuidado al andar para evitar resbalones. En carretera <ul style="list-style-type: none"> Camina siempre por la izquierda para ver aproximarse a los vehículos de frente. Si vais varias personas juntas, caminad en hilera. Si camináis de noche por una carretera, solocante alguna prenda reflectante. |
| Desplazamiento en transporte público  | <ul style="list-style-type: none"> En la parada del autobús o tren espera sobre la acera o el andén guardando una distancia de seguridad. Antes de subir o bajar de cualquier transporte público espera a que esté parado completamente. En autobús o tren, si vas de pie ve siempre agarrado y no te apoyes en las puertas. |



CONSEJOS PARA DÍAS DE LLUVIA

PREVENCIÓN + PRUDENCIA

Más información aquí...

CONSEJOS PARA DÍAS DE LLUVIA

Para no correr riesgos, hay que estar preparados, respetar las normas del tránsito en cuenta los siguientes consejos:

Si eres peatón,

- Utiliza un calzado adecuado, camina con precaución y sobre todo, no corras.
- La neblina y la lluvia reducen la visibilidad, usa ropa de colores llamativos.
- Controla las zonas de baches y de paso de vehículos, evitarás salpicaduras y caídas.
- Cruza la calle con cuidado, utiliza los pasos de cebra y respeta las señales.

Si eres conductor:

- Comprueba las condiciones de tu vehículo sobre todo luces y limpiaparabrisas.
- Extrema el cuidado con la conducción a velocidad moderada y distancia prudente.
- Conduce con las luces encendidas, serás más visible para vehículos y peatones.
- Evita utilizar la moto y bicicleta en días de lluvia



Tienes más información actualizada y consejos de seguridad vial accediendo a la [DGT](#)



CONSEJOS DE SEGURIDAD VIAL

En temporada invernal,
PREVENCIÓN + PRUDENCIA

Más información aquí...



En la estación invernal y con climatología adversa, más que nunca hay que tener la máxima precaución si hemos de coger cualquier vehículo para trasladarnos de un lugar a otro.

Por este motivo te recomendamos que accedas a la [DGT](#) donde verás información actualizada y consejos de utilidad.

APPuesta por tu salud



INICIO CONTENIDOS BENEFICIOS ¿TE INTERESA?

APPuesta por tu salud

La APP de hábitos saludables de MC MUTUAL



Puesta a disposición de los empleados: **Abril 2019**



APPuesta por tu salud nace para conseguir que la relación trabajador/salud sea lo más cercana posible, a través de tips saludables que ayudarán a mejorar notablemente tu calidad de vida.

Apartado específico sobre Seguridad Vial

APPuesta por comer mejor

Consejos sobre alimentación saludable (tipos de alimentos, recetas saludables, cómo repartir las calorías, etc.)

APPuesta por sentirte bien

Todo sobre tu salud emocional (estrés, relajación y mindfulness, comunicación, gestión del tiempo, etc.)



APPuesta por cuidarte

Tips sobre tu salud general (prevención de enfermedades crónicas, exposición solar, dejar de fumar, etc.)

APPuesta por moverte más

Todo sobre actividad física y hábitos posturales (estiramientos, manipulación de cargas, etc.)

APPuesta por la seguridad vial

Todo acerca de la seguridad sobre ruedas y también cuando somos peatones.



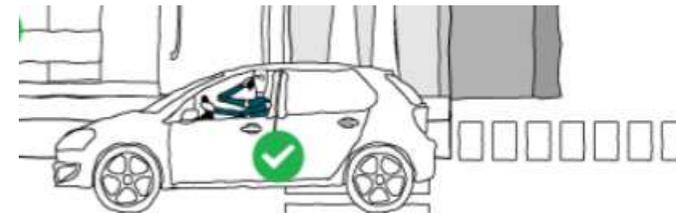
Refuerzo en acciones FORMATIVAS



Refuerzo de recomendaciones de Seguridad vial en la

Formación Inicial obligatoria (On-Line)

Duración aprox.: 1 hora





“CONTRA EL RIESGO, PREVENCIÓN”

Riesgo vial

Pues sí: la distracción de este Tualis es un riesgo porque puede ocasionarle un accidente o, peor aún, causar un atropello.

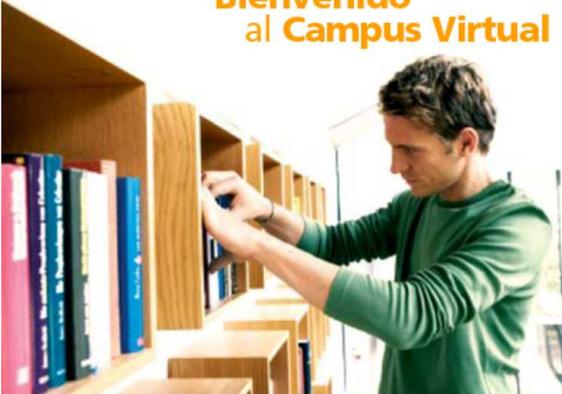


Se pueden evitar riesgos de accidente vial como este con una sencilla pauta preventiva:

Mientras conduces evita distracciones como llamadas telefónicas, conversaciones con los pasajeros, mirar el GPS, etc.

Formación en Campus virtual

Bienvenido al Campus Virtual



Usuario
 Clave
 Recuérdame
 ¿Olvidaste tus datos?


 Portal de Educación en **Prevención de Riesgos Laborales**

[Inicio](#) [Conoce el Campus](#) [Cursos online](#) [Seminarios y Jornadas](#) [Contacta](#)



Acceso al aula MC MUTUAL
 Usuario
 Clave
 Olvidé mis datos

- NOVEDADES
- SEMINARIOS Y JORNADAS
- ITINERARIOS FORMATIVOS
- ACTIVIDADES PREVENTIVAS

MC SALUD LABORAL



Prevención de riesgos en la conducción. Conceptos básicos (Ref. 206e)



Objetivo: Conocer el papel que juega nuestra conducta a la hora de tomar decisiones y de actuar de acuerdo a las condiciones de la vía y del vehículo. Conocer y destacar los riesgos asociados en la conducción es el primer paso para evitar accidentes y enfermedades profesionales.

Dirigido a: Cualquier trabajador que requiera uso de vehículo para desplazarse a su centro de trabajo o durante la jornada laboral.

Duración estimada: 1 hora.

Idioma: Castellano.

Prevención de riesgos en la conducción (Ref. 201e)



Objetivo: Conocer y destacar los riesgos asociados ya que en la conducción es el primer paso para evitar accidentes y enfermedades profesionales, así como hacer de la conducción una actividad más segura y confortable.

Dirigido a: Trabajadores de cualquier sector de actividad.

Duración estimada: 5 horas.

Idioma: Castellano.

Acorta distancias con la Prevención de Riesgos Laborales

MC MUTUAL apuesta por la promoción de la **Prevención de Riesgos Laborales** y la **reducción de la siniestralidad laboral**, mediante acciones de divulgación, educación, sensibilización y concienciación en materia de seguridad y salud que ayudan a las personas a trabajar de forma segura en su puesto de trabajo.

Nuestra **misión** es cuidar de la salud laboral de las personas, de forma responsable.



Jornadas y Talleres

JORNADA "SEGURIDAD VIAL: UNA RESPONSABILIDAD COMPARTIDA"

Taller de Seguridad Vial
A Coruña - 11 de Abril 2019

Por tu salud laboral, apuesta por la seguridad vial

LUGAR:
MC MUTUAL
C/ Wenceslao Fernández Flórez, 2-4
15005 A Coruña

INSCRIPCIONES:
Para inscribirte a la jornada, accede [AQUÍ](#)

MÁS INFORMACIÓN:
Tel. 981 267 666

Plazas limitadas por orden de inscripción.

CON LA SALUD LABORAL
CON LAS PERSONAS
CONTIGO



¿Sabías que cada dos días muere un trabajador en accidente laboral de tráfico?

Las estadísticas nos aportan datos muy concluyentes en cuanto a los accidentes relacionados con el tráfico: Uno de cada tres accidentes mortales de trabajo tiene relación directa con la seguridad vial. Por tanto se deben llevar a cabo acciones que ayuden a reducir esta cifra tan elevada.

Queremos romper con la creencia de que los accidentes de tráfico son fruto del azar y dar a conocer cómo evitar la siniestralidad relacionada con la vía. Creemos que, aplicando buenas prácticas en el uso de los diferentes medios de transporte y mejorando la actitud de las personas ante este problema, se pueden convertir en seguros los desplazamientos de trabajo.

Para tratar estas cuestiones celebraremos, en colaboración con MC MUTUAL, un taller sobre Seguridad vial.

Programa:

16:15 Presentación

16:30 Temario

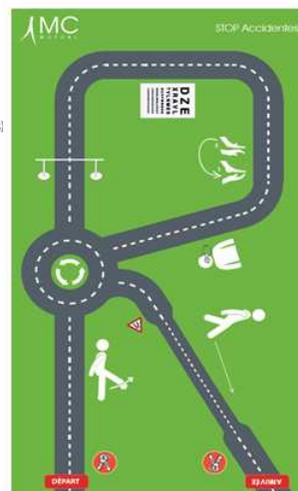
- Principales estadísticas.
- El factor humano (incluye ejercicios prácticos)
- Medios de transporte y su prevención.
- Conducción eficiente y movilidad.

18:00 Cierre

Formador:

Javier Figueroa Rodríguez, MC MUTUAL.

Luis Bande Martínez, MC MUTUAL.



Por tu salud laboral, apuesta por la seguridad vial.

Objetivo del taller

OBJETIVO:

- › Sensibilizar sobre la aplicación de conductas seguras en los diferentes medios de desplazamiento y prevenir la siniestralidad vial.

CONDICIONANTES A TENER EN CUENTA:

- › NO son formaciones específicas en PRL del puesto de trabajo. (NO se genera certificado.)
- › En empresas donde los trabajadores se desplazan durante su jornada laboral estos talleres no eximen de la obligación de la empresa de dar formación a sus trabajadores sobre riesgos durante la conducción que debe impartir un Servicio de Prevención acreditado.

Por tu salud laboral, apuesta por la seguridad vial.

Características del taller

Duración: 1,5 h. (45 min. parte "teórica" + 45min. parte "práctica")

OBJETIVO: Sensibilizar sobre las consecuencias potencialmente peligrosas de conducir bajo los efectos del alcohol.



Las gafas simulan los efectos de distorsión de la realidad producida por el alcohol/drogas: aumento tiempo reacción, confusión, distorsión visual o visión doble, alteración percepción profundidad y distancia, reducción visión periférica



Más Información..



Recomendaciones BÁSICAS DE SEGURIDAD VIAL

BICICLETA

- Reservar carril de bicicletas.
- En vías de carril bici, respetar las normas de circulación.
- Reservar carril de bicicletas.

OTROS VEHÍCULOS

- Reservar carril de otros vehículos.
- Reservar carril de otros vehículos.

CICLOMOTORES Y MOTOCICLETAS

- Reservar carril de ciclomotores y motocicletas.
- Reservar carril de ciclomotores y motocicletas.

CAMIONES

- Reservar carril de camiones.
- Reservar carril de camiones.

EN CARRETERAS

- Compartir carril con otros vehículos.
- Compartir carril con otros vehículos.

CUMPLIR LAS NORMAS DE CIRCULACIÓN NOS AYUDA A EVITAR ACCIDENTES

- Normativa de circulación.
- Normativa de circulación.

VEHÍCULOS

- Compartir carril con otros vehículos.
- Compartir carril con otros vehículos.

EN RELACIÓN AL FACTOR HUMANO

- Compartir carril con otros vehículos.
- Compartir carril con otros vehículos.

NO USES EL MÓVIL

- Compartir carril con otros vehículos.
- Compartir carril con otros vehículos.



MC SALUD LABORAL

SEGURIDAD VIAL LABORAL ESCENARIO PREVENTIVO NECESARIO. ISO 39001, LA HERRAMIENTA IDEAL

CARLES SALAS OLLÉ
TRANSPORTES URBANOS Y SERVICIOS GENERALES, S.A.L. (TUSGSA)
ollales@tusgsa.es

LOS ACCIDENTES LABORALES VIALES SUPONEN UNA DE LAS CAUSAS CON MAYOR IMPACTO EN LA SEGURIDAD Y SALUD DE LOS TRABAJADORES. LAS EMPRESAS HAN DESVIADO LA ATENCIÓN SOBRE LOS ACCIDENTES VIALES, ARGUMENTANDO QUE SOBRE AQUELLO QUE SUCEDE FUERA DEL ÁMBITO FÍSICO Y/O TEMPORAL DE LA JORNADA LABORAL, NO ES PRIORITARIO INTERVENIR, Y CREYENDO QUE ASÍ AHORRAN COSTES. LA NORMA ISO 39001 ES LA HERRAMIENTA MÁS EFICAZ PARA ABORDAR ESTE ASUNTO.

La seguridad vial es uno de los asuntos de salud pública de mayor importancia. Así lo reconocieron la Organización Mundial de la Salud (OMS) y Naciones Unidas (UN) a través de sendos informes y resoluciones. [1]. Asimismo, UN proclamó el decenio de acción para la seguridad vial 2011-2020 y, en la Primera Conferencia Ministerial Mundial sobre Seguridad Vial, se proclamó la "Declaración de Moscú", en la que se invitó a la comunidad internacional para velar y destinar recursos en pro de la seguridad vial.

como es el caso de Suecia en los años noventa. La Unión Europea ha desarrollado un enfoque estratégico para que los países trabajen con la estrategia de cero accidentes, planteando para el 2020 reducir a la mitad el número de víctimas mortales y para el 2050 el objetivo cero muertos para el transporte por carretera.[2]

Así, importantes estudios inciden en los costes sobre el erario público, las víctimas o las empresas a las que pertenecen las víctimas. Existen estimaciones acerca de que el coste de los accidentes de tráfico oscila entre el 1.2-2.3 del PIB anual [3], o que el valor de una muerte oscila entre el 60*PIB/cápita y el 80*PIB/cápita; y el de una lesión grave entre el 12*PIB/cápita y el 24*PIB/cápita.[4]

El por qué esto es así, tiene respuestas económicas y configura un escenario propicio para que las administraciones encuentren partners y razones para combatir los accidentes de tráfico. Incluso con objetivos como cero accidentes de tráfico,



Otras Acciones



- Fomentar reuniones por **VIDEOCONFERENCIA**, dotando a la organización de los medios necesarios (p.e. **Microsoft Teams, etc.**)



- **FLEXIBILIDAD HORARIA** (sedes centrales)
- Implantación del **TELETRABAJO** (Máx. 2 días/semana) en TODA la organización (Inicio: Enero 2020)

Plantilla susceptible a TT x sus tareas (456): 24%

Se adhiere al TT: 17% de la plantilla (330 personas/1900)



- **Ticket Transporte**® supone una alternativa ecológica y práctica para los desplazamientos.

Con la tarjeta Ticket Transporte es posible adquirir abonos para el transporte público colectivo (metro, tranvía, autobús público y/o tren). Este beneficio supone un ahorro fiscal, ya que está exento de IRPF hasta 1.500 euros anuales. La base de cotización a la Seguridad Social no se ve afectada.

La Seguridad Vial, un compromiso de todos.



*Muchas gracias
por vuestra atención*

M^a Eugenia Martín Laso
mmartinla@mc-mutual.com

