

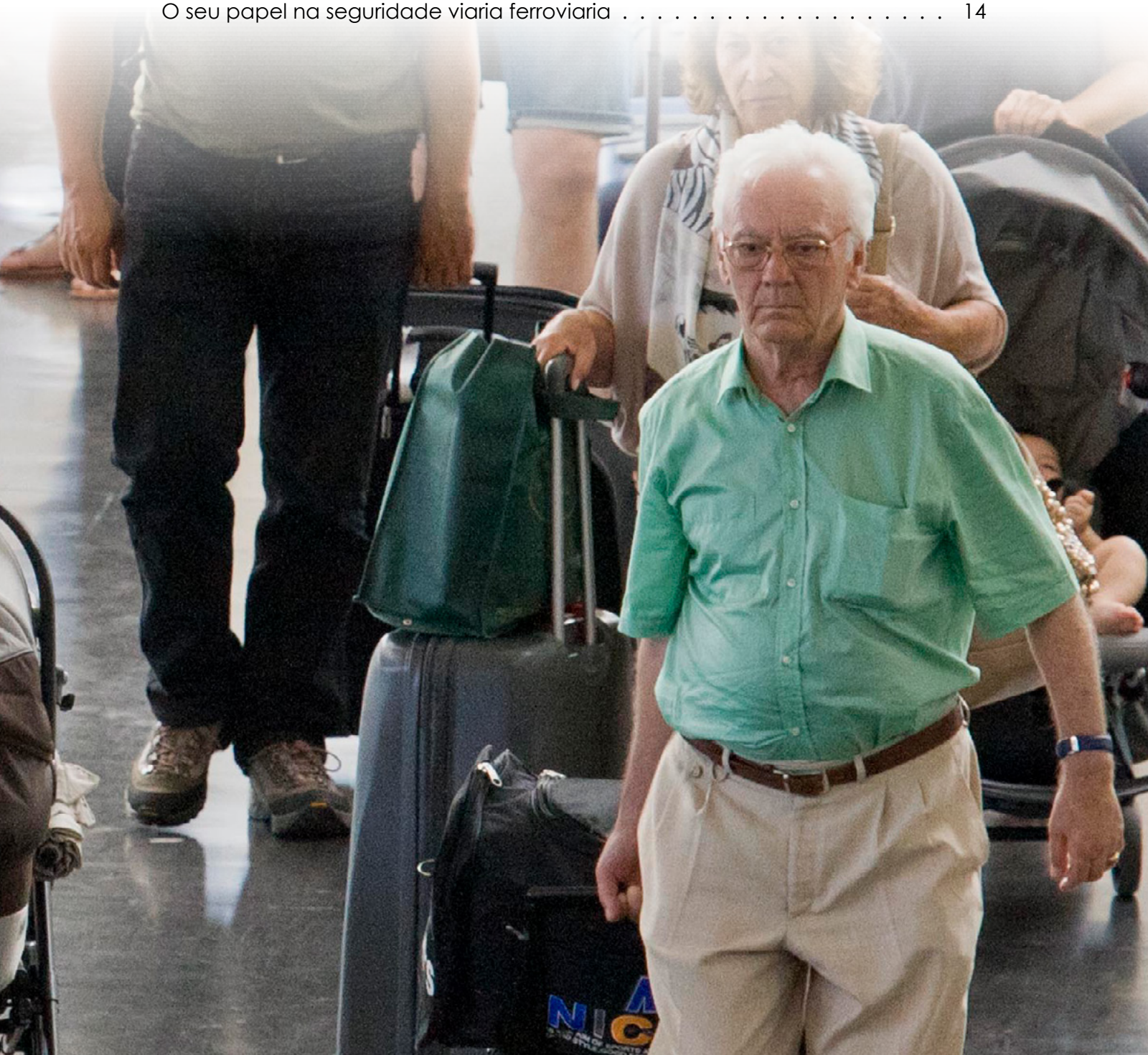


Cruzar as Vías

Guía sobre seguridad en
espacios ferroviarios para
MAIORES

TÁBOA DE CONTIDOS

Obxectivo desta guía	3
Para comezar, algunhas definicións	4
Accesos non autorizados a espazos ferroviarios	6
Datos interesantes sobre trens e a súa relación coa seguridade	8
Riscos para os usuarios maiores	10
Claves para estar seguros nos espazos ferroviarios	12
O seu papel na seguridade viaria ferroviaria	14



OBXECTIVO DESTA GUÍA

O tren é un medio de transporte rápido e ecolóxico. Podemos viaxar case a calquera sitio en tren e dunha maneira cómoda. No entanto, é importante ter en conta que arredor dos trens e nas estacións hai riscos. Por iso é fundamental recoñecelos e saber como comportarnos con seguridade cando esteamos nas estacións de tren e noutros espazos ferroviarios.

A Axencia Estatal de Seguridade Ferroviaria pretende, con esta guía, influír de forma positiva nos comportamentos e hábitos da poboación, previndo comportamentos de risco e informando sobre como estar seguro en zonas ferroviarias.

O obxectivo xeral é, polo tanto, concienciar e, grazas a iso, tratar de reducir os accidentes dos usuarios maiores nos espazos ferroviarios. Especificamente, a guía pretende difundir boas prácticas de seguridade entre as persoas de idade avanzada en zonas ferroviarias, como o uso correcto dos pasos a nivel e dos cruzamentos entre plataformas, o comportamento correcto nas plataformas das estacións, etc.



■ PARA COMEZAR, ALGUNHAS DEFINICIÓNS

PLATAFORMA

Nas estacións de ferrocarril, superficie situada ao longo da vía, máis ou menos ancha, e coa altura conveniente para que os viaxeiros entren e saian dos trens, así como tamén para cargar e descargar equipaxes e efectos. A zona de seguridade adoita estar delimitada por unha liña que normalmente é amarela.



CATENARIA

Conxunto de cables suspendidos por riba da liña de ferrocarril para a subministración de electricidade aos trens eléctricos.



CRUZAMENTO ENTRE PLATAFORMAS

Intersección ao mesmo nivel entre un ferrocarril e os itinerarios expresamente dispostos en estacións e apeadoiros para o acceso peonil ás plataformas.



PASO A NIVEL

Cruzamento entre as vías do tren e a estrada ou camiño, normalmente sinalizado e ás veces protexido por barreiras e outros elementos de seguridade, como luces e son.

PASO INFERIOR

Túnel ou corredor que permite cruzar as vías de forma segura. Está localizado na plataforma. Habitualmente, está sinalizado cun letreiro con texto, unha imaxe e unha frecha apuntando para abaixo.



PASO SUPERIOR

Pasarela ou ponte que permite cruzar as vías con seguridade. Está localizado na plataforma. Habitualmente, está sinalizado cun letreiro con texto, unha imaxe e unha frecha apuntando para arriba.

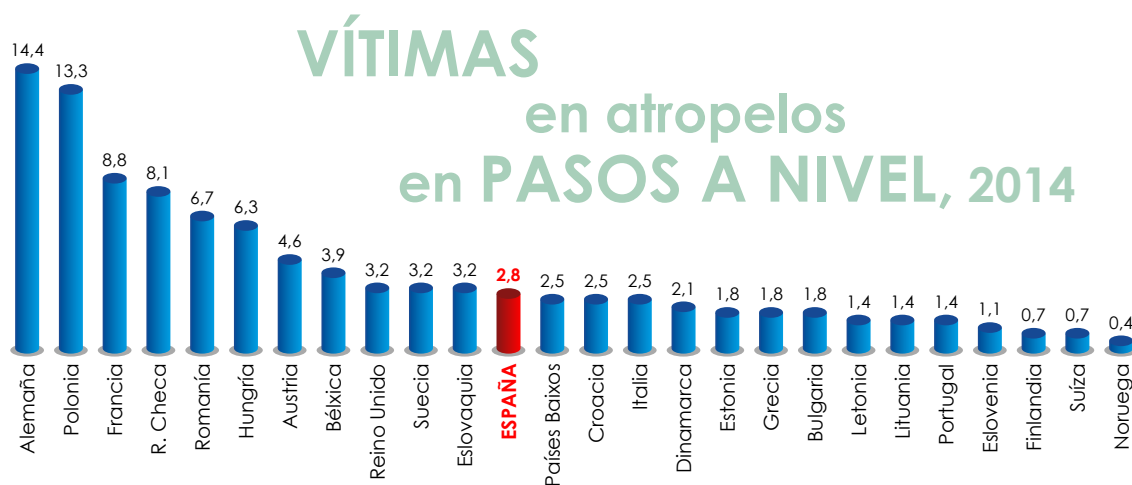
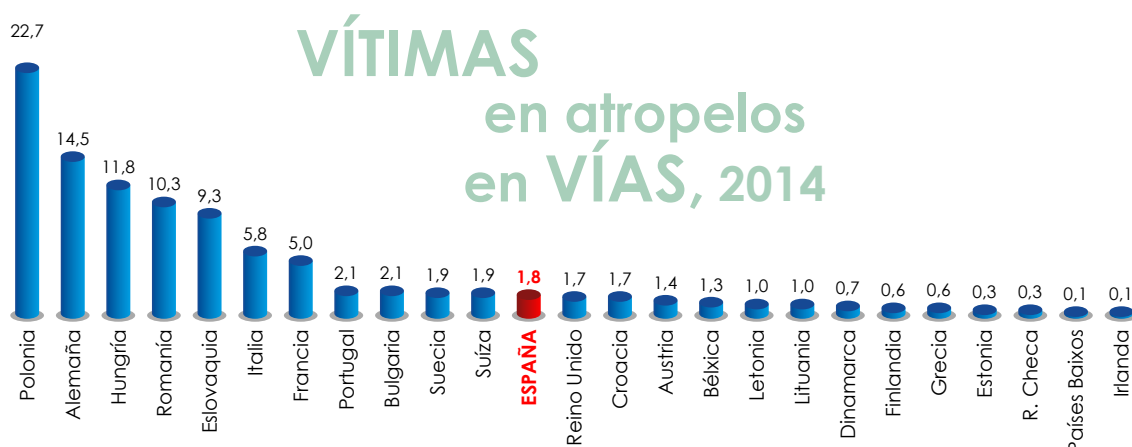
VÍA

Camiño formado por dous carrís por onde circula o tren. Apóianse sobre unhas pezas que suxeitan e permiten manter o mesmo ancho, chamadas travesas. Estas, pola súa parte, están sobre unha base de pedras denominadas balastro que serve para repartir as cargas do conxunto e filtrar a auga.



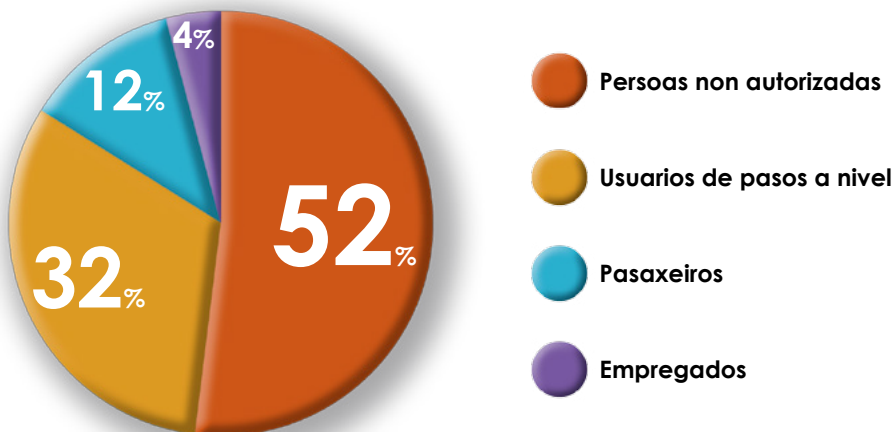
■ ACCESOS NON AUTORIZADOS A ESPAZOS FERROVIARIOS

En 2014 morreron 1.074 persoas nos ferrocarrís europeos (UE-28)*. A maioría destas mortes debeuse a persoas que accederan a espazos non autorizados (66,9 %) e usuarios de pasos a nivel (26,5 %). En 2014, España ocupaba o posto número 12 entre os países do noso ámbito (Unión Europea-27) canto a mortalidade por atropelo nas vías e pasos a nivel.



*Datos: European Union Agency for Railways (2016). Railway Safety Performance in the European Union.

En España, o 52 % das mortes por esta causa debeuse a persoas que accederan a espazos non autorizados, o 32 % a usuarios de pasos a nivel, o 12 % a pasaxeiros e o 4 % a empregados.



As causas para que certas persoas accedan aos espazos ferroviarios de forma ilegal son coller un atallo, tirar fotos, non pagar o billete ou cometer actos vandálicos.

Estes accesos non autorizados poden ter consecuencias trágicas. Ademais, o acceso a espazos ferroviarios non permitidos está penado pola lei. **O acceso público ás vías do tren non está permitido, polo tanto, cruzalas nun lugar non autorizado é moi perigoso, ilegal e sancionable cunha multa de ata 7.500 euros.**



DATOS INTERESANTES

■ SOBRE TRENS E A SÚA RELACIÓN COA SEGURIDADE



ALGÚNS TRENS DE ALTA VELOCIDADE PESAN UNHAS 322 TONELADAS, O QUE EQUIVALE A UNS 260 COCHES.

Se estamos preto da plataforma ou da vía e un tren nos golpea **pode ser mortal.**

O elevado peso do tren **dificulta que pare con rapidez** ante unha persoa ou obstáculo na vía.

A DISTANCIA DE FREADA DUN TREN QUE CIRCULA A 160 KM/H PODE SER DE 1.000 METROS, O QUE SE CORRESPONDE CON 10 CAMPOS DE FÚTBOL.

Aínda que o maquinista nos vexa e accione o freo, **a distancia necesaria de freada é tan grande que o tren nos atropelaría.** Non é un coche.



ALGÚNS TRENS TEÑEN UNHA POTENCIA DE 8.800 KW, COMO 120 COCHES.

Esta potencia permítelles alcanzar **velocidades elevadas**.

A través da **catenaria** subministrase electricidade aos trens. Esta corrente nunca se apaga e ten unha **potencia mortal**.

Non é preciso tocar a catenaria para electrocutarse, **é suficiente estar preto dela para estar en risco de morte ou de feridas graves**.



ALGÚNS TRENS DE ALTA VELOCIDADE PODEN ALCANZAR OS 300 KM/H.

Os trens que viaxan a alta velocidade **poden producir un efecto de succión** e crear un baleiro arrastrándote debaixo do tren.

■ RISCOS PARA OS USUARIOS MAIORES

A condición física e psicolóxica das persoas vai cambiando nas distintas etapas da súa vida e, en consecuencia, varían tamén os factores de risco aos que nos enfrontamos. Está demostrado que coa idade se teñen menos reflexos, empeora a coordinación e nalgúns casos pérdese vista e audición. Pero iso non significa que as persoas de idade avanzada teñan que deixar de ser activas. Simplemente basta con seren conscientes das limitacións que a idade pode implicar.

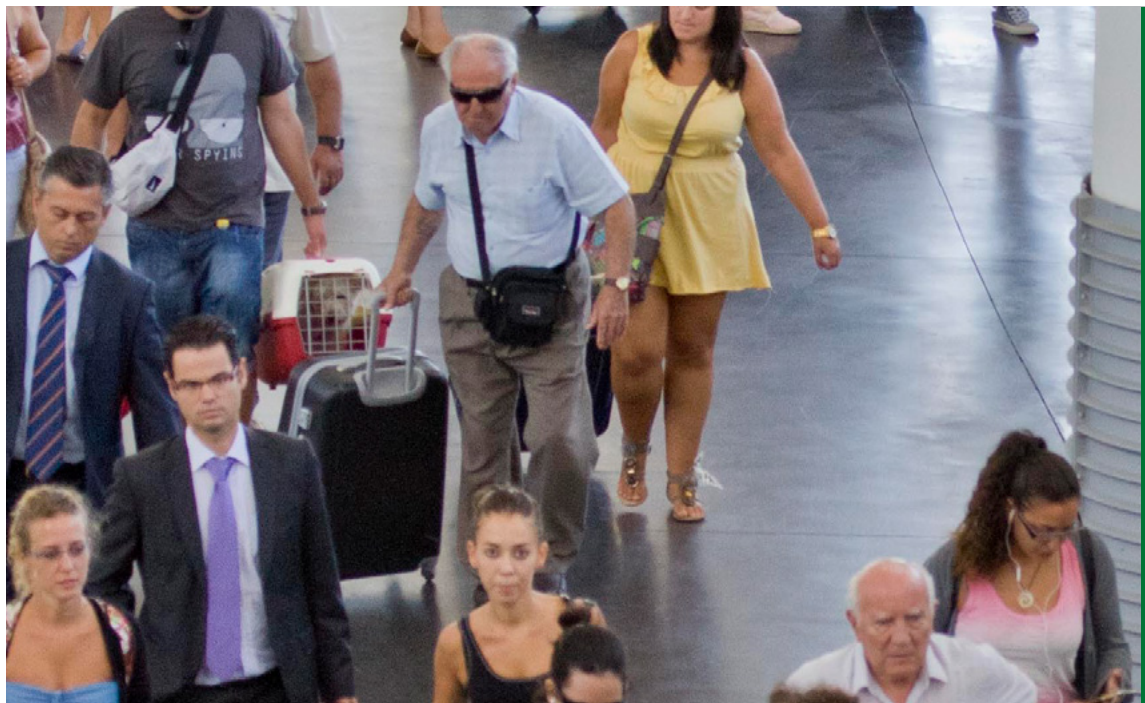
No caso das persoas maiores, **hai condicións psicofísicas** asociadas á idade **que poden dificultar** tanto **a orientación** como **a concentración** e a capacidade para **a toma de decisións** (algo crítico en situacións de perigo potencial como os espazos ferroviarios), xerando ademais un maior nivel de estrés.



As alteracións na visión, o oído, os reflexos ou as capacidades psicomotoras relacionadas coa coordinación poden dificultar a mobilidade. Non obstante, **hai estratexias compensatorias** como o uso de **lentes, audiófonos, bastón, etc. que son moi útiles** para continuar tendo unha vida activa.

Nalgunhas ocasións, a **percepción do risco** pódese ver modificada pola **familiaridade co contorno**, o **deterioro das capacidades cognitivas** e **determinados tratamentos** médicos.

Se algún familiar ou amigo non está en condicións de viaxar só en tren ou de camiñar preto dos espazos ferroviarios, **intente explicarlle os riscos ou acompañeo**.



Os espazos ferroviarios implican certos riscos a calquera idade. Se ten **máis de 65 anos** teña en conta estas recomendacións relacionadas coas estacións de tren e as súas proximidades:

- ▶ **Ao atravesar polos pasos permitidos** sobre a vía, **fágao pola zona central**. Deste modo, se tropeza ou esvara caerá sobre o propio paso.
- ▶ Cando vaia **cruzar un paso a nivel** camiñando, **débeo facer inmediatamente despois de que estea permitido**: cando o semáforo se poña en verde para os peóns e/ou se levanten as barreiras. **Terá máis tempo** para facelo.
- ▶ Nas estacións e nas súas proximidades **vaia por lugares coñecidos e autorizados**.
- ▶ **Se o necesita**, nos pasos permitidos **espere para cruzar cando haxa outras persoas para facelo acompañado**.

■ CLAVES PARA ESTAR SEGUROS NOS ESPAZOS FERROVIARIOS

Teña coidado co espazo que hai entre a plataforma e o tren, é moi fácil tropezar e meter o pé. Para facilitar o acceso ao tren hai barras de apoio nas portas. **Entre con calma.**

Preste atención ao sinal luminoso e acústico de peche das portas. Cando se ilumine ou soe abstéñase de subir ou baixar do tren. **Detéñase, espere e apañe o seguinte.**



Mantéñase detrás da liña amarela ou de seguridade da plataforma ata que o tren estea completamente detido. Se está preto da beira da plataforma, o tren pódoo golpear ou succionar.

Se lle cae algo ás vías nunca intente collelo. É moi perigoso. Sempre **pida axuda ao persoal da estación**.

Nas estacións e noutros espazos ferroviarios camiñe, **non corra nunca**. Son espazos nos que hai riscos e pode caer.



■ CLAVES PARA ESTAR SEGUROS NOS ESPAZOS FERROVIARIOS

Nos espazos ferroviarios **evite levar os auriculares ou baixe o volume** e procure non usar os dispositivos electrónicos. Así poderá estar alerta e escoitar as mensaxes informativas e de advertencia. Isto é de maior importancia cando un vai cruzar as vías nos cruzamentos entre plataformas e pasos a nivel, pois **é imprescindible escoitar o tren** e os trens non sempre fan soar un chifre para avisaren da súa chegada.

Non colla atallos. **É perigoso cruzar as vías do tren.** Os trens poden vir de calquera dirección, de calquera das vías e en calquera momento.

Nas estacións e nos seus arredores **hai pasos autorizados para atravesar as vías:** pasos superiores, pasos inferiores, cruzamentos entre plataformas e pasos a nivel.

Nos cruzamentos entre plataformas e nos pasos a nivel: pare, mire para ambos os lados, escoite e pense “é seguro cruzar?”.

Os trens non pasan sempre á mesma hora. Mesmo poden pasar sen estaren programados. Por iso é importante estar nas zonas en que non hai riscos.

Teña precaución.



■ O SEU PAPEL NA SEGURIDADE VIARIA FERROVIARIA

Os nenos e as nenas están fortemente influenciados polos comportamentos que observan dos adultos que os rodean, o que os pode conducir a reproduciren os comportamentos observados.

A utilización de camiños indebidos ou **as condutas imprudentes nas estacións** e nos pasos a nivel, entre outros, **son hábitos que se aprenden** no ámbito máis próximo e pasan dunha xeración a outra.

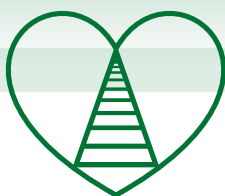
Os avós sempre foron transmisores de coñecemento, tamén no caso da seguridade ferroviaria.

O seu papel é fundamental para ensinar aos netos e a outras nenas e nenos como estar seguro nas estacións de tren e outros espazos.

Apréndaos a estaren seguros.



**PARA,
MIRA,
ESCOITA,
VIVE!**



**Cruzar
as Vías**