

RECOMENDACIONES EN SEGURIDAD VIAL

1. NORMAS DE SEGURIDAD PARA CONDUCTORES.

1.1. VÍAS DE CIRCULACIÓN

- Respete siempre las señales de circulación, aún conociendo la carretera. Ajuste la velocidad al estado de la vía, de la carga y de las condiciones meteorológicas.
- Extreme las precauciones especialmente cuando se encuentre ante un cruce, un cambio de rasante, un paso a nivel o una curva con escasa visibilidad. En este último caso manténgase lo más posible a la derecha.
- Si se encuentra con un banco de niebla, circule lentamente, utilizando las luces antiniebla y sin hacer uso de las "largas", ya que estas pueden deslumbrarle.
- Cuando el viento sople con fuerza, modere su velocidad, agarre el volante firmemente con ambas manos y evite movimientos bruscos.
- En caso de lluvia, reduzca la velocidad y emplee los frenos lo menos posible. Si la lluvia es muy fuerte y el limpiaparabrisas no garantiza una buena visibilidad detenga el coche en un lugar seguro y espere a que amaine.
- Si se ve obligado a circular sobre placas de hielo, utilice el embrague y el freno de forma suave, mantenga la dirección firme y en caso necesario haga uso de las cadenas.



1.2. VEHÍCULOS.

- Cuide en todo momento el estado de su vehículo y recuerde pasar la ITV obligatoria para la comprobación de todos aquellos elementos que afectan a la seguridad.
- El cuidado y mantenimiento adecuado de su vehículo contribuye a su propia seguridad y a la reducción de los efectos contaminantes del motor. En particular conviene no descuidar la puesta a punto del vehículo, mantener limpios los cristales y comprobar periódicamente el nivel de los líquidos, funcionamiento de frenos y dirección, estado de neumáticos, batería y luces y tensión de las correas.
- En caso necesario, antes de mover el vehículo se deberá comprobar la correcta disposición de la carga, con especial cuidado para no sobrecargar el vehículo.

En cualquier caso preste siempre atención a:

- **Los sistemas de seguridad activa.**
 - Estado de los neumáticos.
 - Correcto funcionamiento de la dirección.
 - Posibles anomalías de la suspensión.
 - Efectividad de los frenos.



- Correcto funcionamiento, reglaje y limpieza del sistema de alumbrado.
 - Estado y funcionamiento de los limpiaparabrisas.
- **Los sistemas de seguridad pasiva.**
- Estado y correcto funcionamiento de cinturones de seguridad, airbag, chasis y carrocería.

CICLOMOTORES Y MOTOCICLETAS:

- Utilice siempre casco (reglamentario), y ponga las luces de cruce encendidas.
- No lleve cargas que puedan entorpecer la circulación, mal sujetas, muy voluminosas o mal equilibradas.

1.3. FACTOR HUMANO: FORMA DE CONDUCCIÓN.

- Conduzca siempre con precaución.
- Cuando deba maniobrar señalice con suficiente antelación su propósito y compruebe a través de los espejos retrovisores que los demás se han percatado de su advertencia.
- Circule siempre por el carril que proceda y bien centrado en él.
- Mantenga la distancia de seguridad o separación cuando circule detrás de otro vehículo, en previsión de que este frene bruscamente.
- No efectúe un adelantamiento sin haber comprobado que no hay señales que lo prohíban, que existe visibilidad suficiente y que su velocidad es notoriamente superior a la del vehículo a adelantar. Señalice su intención, cerciórese de que puede llevarlo a cabo con total seguridad y en el menor tiempo posible.
- Si va a ser adelantado no incremente su velocidad y facilite el adelantamiento.
- Use apropiadamente los frenos, recuerde que cuanto mayor es la velocidad, más difícil es controlar el vehículo y más largo es el recorrido de la frenada. No se detenga repentinamente. Señalicelo con antelación y no entorpezca al resto de vehículos provocando riesgos innecesarios.
- Obedezca las prescripciones indicadas por las señales, respete los semáforos y los límites de velocidad establecidos. Recuerde que la velocidad inadecuada es causa de buena parte de los accidentes.
- Cuando conduzca de noche, no utilice los faros indebidamente y realice correctamente los cambios de luces procurando no deslumbrar a los demás.
- No olvide que es obligatorio el uso del cinturón de seguridad y habitúese a utilizarlo en cualquier trayecto.
- Recuerde que el alcohol, incluso ingerido en pequeñas cantidades influye negativamente en la conducción.
- Muchos medicamentos pueden ser peligrosos a la hora de conducir. No se automedique y lea siempre los prospectos.
- Si va a realizar un viaje largo, es aconsejable descansar cada dos horas aproximadamente, tomar bebidas refrescantes y comidas ligeras que no favorezcan el sueño.
- Nunca debemos lanzar ningún objeto por la ventanilla para evitar provocar un accidente o un incendio si se trata de una colilla.



1.4. ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE.

- Tenga muy en cuenta las normas de primeros auxilios.
- En caso de accidente deténgase en cuanto sea posible, sin crear más peligro a la situación utilizando los dispositivos de preseñalización de la emergencia.
- Esfuércese por restablecer o mantener la seguridad de la circulación en caso de accidente, sin daños personales.
- Si hubiera resultado herida alguna persona, proteja ala víctima de otros daños y evite, si no hay peligro para la circulación, la modificación del estado de las cosas. Informe a la autoridad y espere la llegada de efectivos a menos que sea necesario prestar auxilio inmediato a los heridos.



2. NORMAS DE SEGURIDAD PARA PEATONES.

• En núcleos urbanos.

- Las normas de circulación también afectan a los peatones. Respete las señales, lo semáforos y las indicaciones de los agentes.
- Cruce perpendicular a la acera y, siempre que sea posible, utilizando los pasos de peatones. Si no lo es asegúrese de que tiene suficiente visibilidad.
- Preste especial atención a las entradas y salidas de los garajes.



• En carreteras.

- No salga del arcén. Camine siempre por la izquierda, ya que de esta forma verá aproximarse a los vehículos de frente.
- Si van varias personas juntas, caminen formando una hilera.
- Si se ve obligado a caminar por una carretera no lleve animales sueltos.
- Si camina de noche o en condiciones de escasa visibilidad colóquese alguna prenda reflectante o bien lleve una linterna.

**NO ES SUFICIENTE CON CONOCER EL CÓDIGO DE LA CIRCULACIÓN,
SINO QUE HAY QUE CUMPLIRLO**