

CIRCULACIÓN BICI SEGURA

Hagamos de nuestras vías unos espacios de
RESPECTO Y CONVIVENCIA



Claves para la Seguridad

La bicicleta es el vehículo más vulnerable de la calzada: es frágil, poco visible, algo inestable y relativamente lento, por lo que requiere especial atención ante otros vehículos más poderosos con los que comparte, en la mayoría de ocasiones, el mismo espacio para circular. Porque además, quienes circulan en bicicleta tienen también los mismos derechos y responsabilidades en las calles y carreteras que el resto de conductores.



Y aunque los accidentes con implicación ciclista se producen mayoritariamente en zona urbana (en torno al 70% de los casos), los fallecidos se producen en cambio, principalmente, en carretera (en una proporción próxima al 75% del total). Por eso, **en la vía máxima concentración y precaución.**

Para crear un entorno de circulación seguro habrá de mantenerse un **respeto mutuo** y la **atención permanente** en la vía, la **moderación en la velocidad** y **guardar la distancia de seguridad** en todo momento. Y por supuesto, **CONOCER Y CUMPLIR LAS NORMAS DE CIRCULACIÓN.**

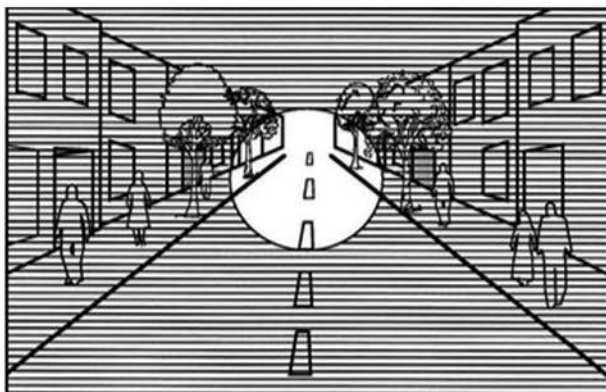


SI CONDUCES UN COCHE

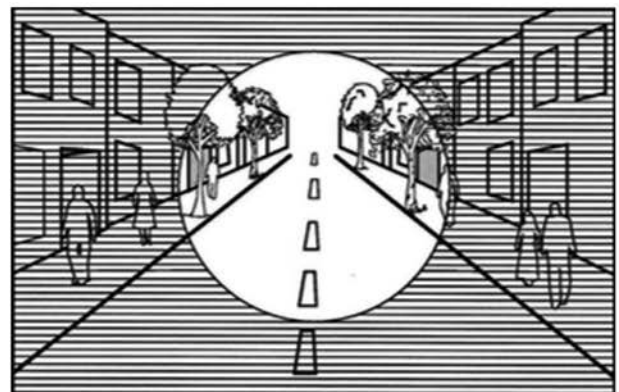


- **Respetar la distancia de seguridad al adelantar ciclistas.** El mínimo legal obligatorio en carretera es 1,5 m, pero procura dejar más espacio.
- **Modera la velocidad al adelantar ciclistas.** El viento que produce tu vehículo puede provocar una caída.
- **No adelantes sin visibilidad** o cuando no puedas garantizar el adelantamiento seguro para quien circula en bicicleta. Recuerda que puedes, y debes, ocupar parte o la totalidad del carril contiguo o contrario con el fin de garantizar que guardes la distancia de seguridad ciclista (la ley te faculta a ello, incluso con línea continua), debiendo hacerse lógicamente cuando no exista riesgo en el carril invadido ni otras bicicletas circulando en sentido contrario
- **Respetar las limitaciones de velocidad**, haz caso a las indicaciones y piensa que en cualquier momento puede aparecer una bicicleta en tu carril al tomar una curva, con el riesgo añadido de la diferencia de velocidad entre ambos vehículos.
- **No recrimines a quienes circulan en paralelo y/o formando un grupo o pelotón en carretera.** Recuerda que la Ley lo permite (salvo en tramos de poca visibilidad o se formen aglomeraciones) y además es más seguro para quienes así circulan. Actitudes como tocar el claxon o increparles son plenamente reprobables.
- **Nunca trates de pasar entre una bicicleta y los vehículos que se aproximan** en una carretera de dos carriles. Reduce la velocidad y espere a que los vehículos contrarios pasen. Después muévete al carril izquierdo para rebasar sin peligro al ciclista.

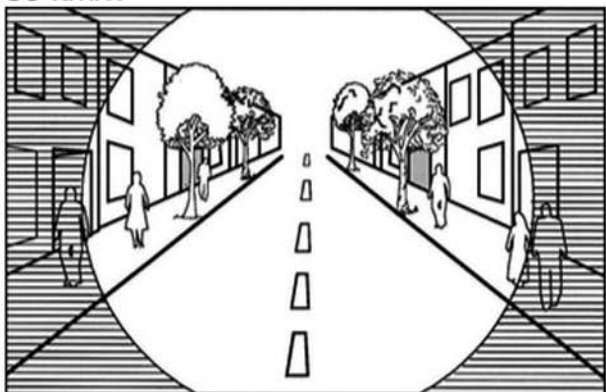
- **No trates de rebasar una bicicleta en una calle demasiado estrecha** si con ello le obligas, contra su voluntad, a circular muy cerca de los vehículos estacionados. Espera a tener suficiente espacio para rebasarla con seguridad.
- **No te confíes cuando discurras por áreas residenciales**, aunque sean calmadas. Además de conducir de forma pausada habrás de estar atento a una salida repentina de bicicletas de entradas particulares u otros obstáculos, movimientos despreocupados de algún menor o adolescente en bici, etc.
- **Extrema la precaución por la noche**, cuando se acentúan los problemas de visibilidad. Habrás de moderar tu velocidad y mirar bien, con atención, a los lados de la carretera para ver si hay bicicletas circulando. Aunque vayan bien equipadas con luces y reflectantes no es fácil divisarlas si no estamos atentos. Incluso, la dificultad aumenta por el deslumbramiento provocado por las luces del tráfico que se aproxima en sentido contrario.



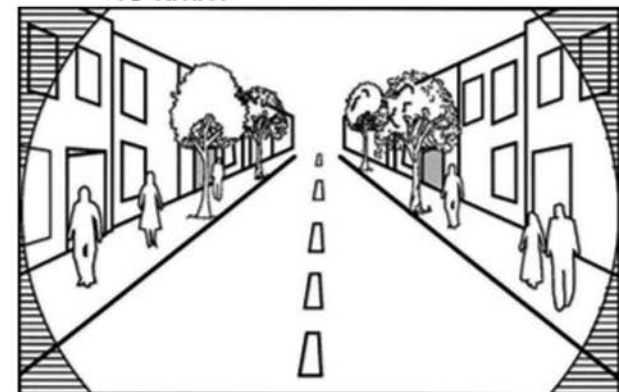
50 km/h



40 km/h



35 km/h



20 km/h

En definitiva, no olvides que las bicicletas son un vehículo más en nuestras ciudades y carreteras, gozando, por tanto, de idénticos derechos a los que ostentas tú, con el agravante de su mayor indefensión. ¡RESPÉTALAS!

SI CONDUCES UNA BICICLETA



- **Tenla a punto.** Revisa periódicamente los frenos y la dirección, y cambia las cubiertas cuando la banda de rodadura esté desgastada. Conoce la bicicleta y reconoce sus limitaciones.
- **Utiliza ropa llamativa,** nunca oscura, mantén siempre las manos en el manillar.
- **Elige el trayecto más seguro.** Siempre que sea posible, evita las carreteras con mucho tráfico y busca los carriles-bici y los arcenes anchos.
- **En carretera circula por los arcenes (si son practicables)** o en su lugar lo más arrimado a la derecha. No tomar la carretera como un circuito de pruebas.
- **Podéis circular agrupados para mayor seguridad.** Si circulas con amistades, podéis hacerlo en grupo; pero conformando siempre una unidad y nunca más de dos en fila (salvo baja visibilidad o que se esté formando un tapón que entonces se debiera circular en fila de a uno).
- **En una calle estrecha circula lo más centrado posible,** aumentando ligeramente tu velocidad. Esto impedirá el adelantamiento por parte de los coches y te dará mayor seguridad, además de evitarte sustos con la apertura de los coches aparcados.
- **No circules en bici detrás de camiones** u otros vehículos que te impidan la visibilidad (y ser tú también visible)
- **Por la noche utiliza luces y reflectantes,** es por tu seguridad además de ser obligatorio.
- **Deja una distancia de seguridad con los coches aparcados,** que evite el choque en caso de que alguno abra la puerta.
- **Respetas las normas de tráfico** y utiliza los cinco sentidos sobre la bici.
- **No utilices cascos de música y sí el casco** que te protege en caso de accidente. Recuerda que en poblado es obligatorio para las personas menores de 16 años y en vías interurbanas o carreteras es obligatorio para todas las personas ciclistas.
- **Comunica a la autoridad correspondiente cualquier peligro** para la circulación en bicicleta que encuentres: alcantarillas mal colocadas, baches, suciedad en arcenes o carriles-bici...

La bici es el eslabón débil en la calzada, por eso es importante poner toda la atención cuando pedaleamos por nuestras calles y carreteras: **CONDUCCIÓN PREVENTIVA.** Igualmente, debemos ser cuidadosos con los demás, conocer y cumplir las normas y enseñar y exigir, con nuestra práctica, su cumplimiento, hasta **CONVERTIR LAS CALZADAS EN UN ESPACIO DE RESPETO Y CONVIVENCIA.**

