

NORMAS DE SEGURIDAD PARA PEATONES

EN NÚCLEOS URBANOS

- Las normas de circulación también afectan a los peatones. Respetar las señales, los semáforos y las indicaciones de los agentes.
- Cruza por el sitio más seguro, es decir por las zonas señalizadas para peatones. Si no existe hazlo por el lugar con mejor visibilidad.
- Presta atención a las entradas y salidas de los garajes.

EN CARRETERAS

- Camina siempre por la izquierda, ya que de esta forma verás aproximarse a los vehículos de frente.
- Si vais varias personas juntas, caminad en hilera.
- No lleves animales sueltos, pueden ser atropellados y causar accidentes.
- Si circulas por una carretera en circunstancias de baja visibilidad o de noche lleva puesta una prenda reflectante homologada.

Normativa de referencia:

- [Código de Tráfico y Seguridad Vial](#)

Organismos relacionados:

- www.dgt.es
- www.trafikoa.eus
- transit.gencat.cat



“ NOTE
ARRIESGUES
PONTE EL
CASCO ”

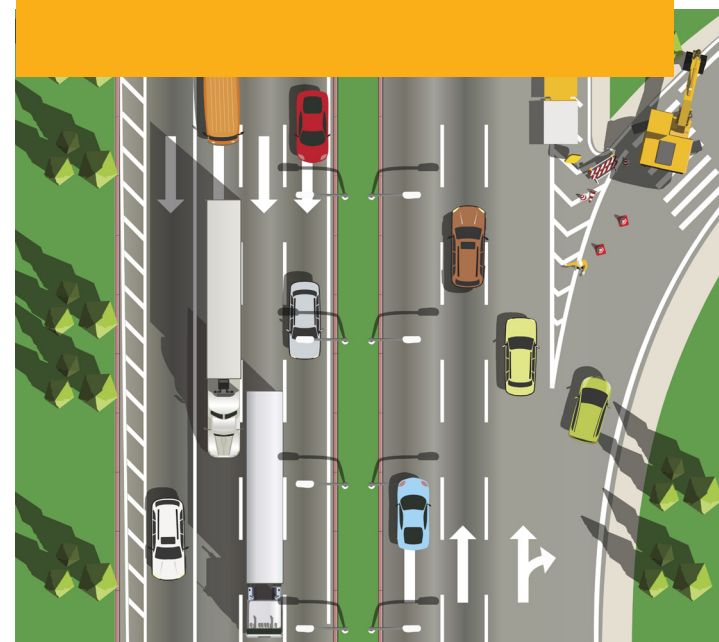


MUTUA COLABORADORA
CON LA SEGURIDAD SOCIAL

NÚMERO 1

www.mc-mutual.com

Recomendaciones BÁSICAS DE SEGURIDAD VIAL



VÍAS DE CIRCULACIÓN

- Respetar en todo momento las señales de circulación, aun conociendo la carretera.
- Extrema las precauciones al encontrar:
 - Un cruce de carreteras.
 - Cambios de rasante.
 - Curvas con escasa visibilidad.
 - Pasos a nivel.
- Al desplazarte en vehículo es recomendable consultar las previsiones meteorológicas y sus posibles incidencias en el tráfico.
- Si encuentras un banco de niebla, circula lentamente, utilizando las luces antiniebla (traseras y delanteras) y sin hacer uso de las "largas", ya que estas pueden deslumbrarte.
- Cuando el viento sople con fuerza, modera la velocidad, agarra el volante con ambas manos de forma firme y evita movimientos bruscos.
- En caso de lluvia, reduce la velocidad y emplea los frenos lo menos posible. Si la lluvia es muy fuerte y el limpiaparabrisas no garantiza una buena visibilidad, detén el vehículo en lugar seguro y espera hasta que amaine.
- Al circular sobre hielo reduce la velocidad y frena de forma suave, aumentando la distancia de seguridad.
- Si prevés encontrar nieve debes disponer de cadenas, neumáticos de invierno u otro medio homologado.

VEHÍCULOS

- Cuida en todo momento el estado de tu vehículo, no sólo cuando debas realizar desplazamientos largos.
- En cualquier caso presta siempre atención a los sistemas del vehículo descritos a continuación:
 - El estado de los neumáticos (deformaciones, desgaste y presión).
 - El correcto funcionamiento de la dirección.
 - Las posibles anomalías de la suspensión (amortiguadores).
 - La efectividad de los frenos.
 - El correcto funcionamiento del alumbrado.
 - El posible deterioro de los limpiaparabrisas.
 - El estado y correcto funcionamiento de los cinturones de seguridad, airbag y demás elementos de seguridad del vehículo.

EN RELACIÓN AL FACTOR HUMANO

- Cuando debas maniobrar, señaliza con suficiente antelación tu intención y comprueba que los demás se han percatado de tu advertencia.
- Los adelantamientos son la maniobra de mayor peligrosidad: avisa de tu intención y cerciórte que puedes hacerlo con total seguridad y en el menor tiempo posible.
- Si vas a ser adelantado, no incrementes tu velocidad y facilita el adelantamiento.
- No te detengas de forma repentina. Señálzalo con antelación y no dificultes la circulación.
- Respetar los semáforos y recuerda que:
 - La luz amarilla nos indica que debemos parar, no que todavía podemos pasar.
 - Debes esperar a que los peatones hayan alcanzado la acera para avanzar, aunque el semáforo ya esté verde.
- Cuando conduzcas de noche, realiza correctamente los cambios de luces, procurando no deslumbrar a los demás.
- No olvides que el cinturón de seguridad es obligatorio. Utilízalo en cualquier trayecto.
- En caso de viajes largos descansa cada dos horas aproximadamente, toma bebidas refrescantes sin alcohol y realiza comidas ligeras que no favorezcan el sueño.
- No consumas alcohol si vas a conducir, incluso ingerido en pequeñas cantidades influye negativamente en la conducción.
- Las drogas disminuyen la capacidad de conducción y coordinación de movimientos.
- Muchos medicamentos pueden ser peligrosos a la hora de conducir. No te automediques y lee siempre los prospectos.
- No lances ningún objeto por la ventanilla, puedes provocar un accidente o un incendio si se trata de colillas.
- Recuerda conducir con tranquilidad:
 - No te fijes una hora de llegada.
 - No te dejes influir por el hecho de que otros circulen más rápido.
 - Adecúa tu velocidad a las características de la vía.
 - Comprende las advertencias o los errores de los demás.

BICICLETAS

- Recuerda que es obligatorio disponer de un timbre para advertir de tu presencia.
- En vías interurbanas el casco es siempre obligatorio. En vías urbanas es una garantía de protección frente a daños graves. Los menores de 16 años están obligados a utilizarlo siempre.
- Si circulas por vías interurbanas, con obligación de alumbrado, deberás disponer de luz delantera y trasera, catadióptrico trasero, así como prenda reflectante puesta.

OTROS VEHÍCULOS DE MOVILIDAD PERSONAL

- Existen actualmente vehículos dotados de motor eléctrico y que no requieren de permiso para circular, como: ruedas, plataformas, patinetes eléctricos, ciclos de paseo de más de dos ruedas...; que al transitar por la vía pública deberán seguir unas normas básicas de circulación.
- Deberás seguir la normativa de tu municipio que puede restringir su uso en determinadas zonas (aceras, calzadas o carriles especiales) y obligar a adoptar sistemas de seguridad (casco, timbre u otros).

CICLOMOTORES Y MOTOCICLETAS

- Es obligatorio el uso de casco reglamentario, puede salvarte la vida.
- Evita incurrir en situaciones que potencien riesgos innecesarios, como pueda ser circular entre vehículos.
- Ten siempre presente que cualquier colisión puede transformarse en un accidente grave.

CAMIONES

- No cargues el vehículo con un peso mayor al que tenga asignado. Reparte el peso de la carga y asegura su estabilidad.
- El transporte de mercancías peligrosas por carretera deberá realizarse atendiendo a lo establecido en la normativa específica de aplicación.
- Ten siempre en cuenta que tu vehículo es una máquina pesada, peligrosa y poco maniobrable.

El 25% de los accidentes de tráfico se producen por falta de atención.

¡Prevenirlo depende de ti!

NO USES EL MÓVIL

