

SEGURIDAD VIAL PARA CICLISTAS

S 14

1. Los accidentes de trabajo asociados a los desplazamientos realizados durante la jornada laboral (**in mision**) y aquellos que se producen al ir o venir del trabajo al domicilio (**in Itinere**), constituyen una de las principales causas de accidentabilidad laboral.



2. Los pasos de peatones no son para ciclistas. Si necesita cruzar uno, lo adecuado es bajar de la bici y hacerlo andando como un peatón. En las zonas peatonales, los peatones siempre tienen prioridad sobre los ciclistas.



3. Siempre que pueda, circule por carril-bici. Los carriles-bici son exclusivos para ciclistas pero no los hacen invulnerables. Extreme la atención en las intersecciones con vías por las que circulan otros vehículos y peatones.



4. Advierta su presencia a los vehículos que circulan, hágase ver. Es recomendable utilizar ropa reflectante, catadióptricos rojos en pedales y parte trasera y haga un correcto reglaje de las luces (delantera blanca y trasera roja) Un "timbrazo" a tiempo también puede evitarle algún apuro.
5. Utilice casco de protección en sus desplazamientos, respetando el Reglamento de Circulación y las Ordenanzas Municipales vigentes.
6. Evite puntos muertos entre vehículos.

7. Antes de incorporarse a la circulación, espere a que la vía esté libre y no se acerquen otros vehículos. Incorpórese a la circulación lo más rápidamente posible y manténgase en la derecha.



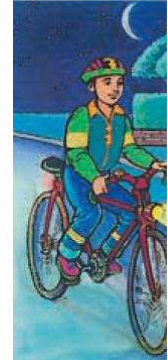
8. Para girar, observe el tráfico, sitúese en el lugar correcto y señalice la maniobra con tiempo; así, los demás conductores sabrán cuándo piensa abandonar la vía.



9. Para cruzar una plaza con una rotonda o fuente en el centro, rodéela lo más pegado posible al borde derecho. Deje el centro a su izquierda. Recuerde que en la glorieta siempre tienen preferencia los que ya circulan dentro de ella. Cuando llegue a la calle o carretera que quiera tomar, realice el giro a la derecha. Realice la maniobra con prudencia, ya que puede encontrar algún peatón cruzando.



10. La conducción durante la noche es muy peligrosa. Para poder circular de noche conduciendo una bicicleta, ésta debe llevar instalada una luz blanca en la parte delantera y una luz roja en la parte trasera, así como un catadióptrico trasero no triangular de color rojo. Opcionalmente, podrá llevar instalados catadióptricos en los pedales (2 en cada pedal) y en los radios de las ruedas de color a amarillo-auto. Las bicicletas deben llevar elementos reflectantes que estén homologados. Además, sus conductores deben llevar colocada alguna prenda reflectante cuando circulen de noche por vías interurbanas. Es muy aconsejable también llevar puesto ropa de color claro.



11. Si circula por carretera:

- Use el arcén derecho cuando sea transitable y ancho. Si no, ocupe la parte imprescindible de la calzada. Mantenga la derecha si otro vehículo le va a adelantar y evite sorprender con cambios bruscos en su trayectoria.
- Los ciclistas también deben respetar las prioridades y ceder el paso como el resto de conductores.
- Acérquese todo lo posible a la derecha en curvas cerradas y tramos de poca visibilidad: el vehículo que viene por detrás puede no verle.

12. La tasa máxima de alcoholemia de los conductores en general también afecta a los ciclistas, a los que incluye expresamente.

13. Recuerde que está prohibido:

- Acercarse demasiado a los vehículos que circulan delante, sin guardar una distancia de seguridad.
- Cargar la bicicleta con objetos que dificulten su manejo o reduzcan la visión.
- Circular por autopista y autovía, aceras o paseos.
- Circular haciendo esos "entre" los vehículos.
- Circular oyendo música con los auriculares puestos y utilizar el teléfono móvil durante la conducción, salvo que la comunicación tenga lugar sin emplear las manos.

