



Programa de Prevención en Seguridad de Tránsito

Nivel: 1° y 2° Medio
Documento Complementario

<http://edutransito.ucv.cl>

LA BICICLETA

Recomendaciones que deben seguir los ciclistas para hacer del ciclismo una actividad placentera y sin peligros.

Debido a la aceptación y al convencimiento general del público sobre la eficacia del ejercicio físico y su influencia en el bienestar síquico y la salud de las personas, se ha registrado en los últimos años un asombroso aumento del uso de la bicicleta como medio de transporte. Los fabricantes aseguran que en los años venideros la venta de bicicletas superará a la del automóvil, lo cual indica que deberá intensificarse también la prevención de accidentes entre los entusiastas del ciclismo.

Ante todo es necesario hacer dos observaciones fundamentales:

Primero: una bicicleta que se mueve en el tránsito general se mueve igual que un vehículo motorizado, tanto es así que por lo general a los ciclistas se les impone multas por violaciones a las regulaciones del tránsito igual que a cualquier otro vehículo.

Segundo: es más fácil que un ciclista arremeta contra un automóvil, que el automóvil lo atropelle a él.

Una vez hechas estas dos observaciones, se puede proseguir a examinar algunas normas de prevención de accidentes para ciclistas:

Ir siempre en la misma dirección del tránsito, nunca al revés, a menos que las reglamentaciones del tránsito indiquen lo contrario, como ocurre en algunos lugares. El circular en la dirección del tránsito reduce la diferencia de velocidad relativa entre el ciclista y el vehículo que está en movimiento, por lo tanto, se reduce la violencia del impacto en caso de que ocurra un accidente. Al principio el ciclista se sentirá un poco nervioso teniendo el tránsito detrás, pero con un poco de práctica se acostumbrará a ello.

Nunca circular por una calle donde esté prohibido el estacionamiento. Sencillamente no habrá lugar para un ciclista entre el tránsito y la cuneta, en los lugares donde se prohíbe el estacionamiento. Tales calles son de tránsito denso y rápido. Los automóviles podrían obligarle a ir hacia el borde de la acera o aturdirle con sus bocinas porque la bicicleta va muy despacio.





Programa de Prevención en Seguridad del Tránsito

Tener cuidado con las puertas de los autos que se abren inesperadamente. Algunos conductores descorteses pasan rápidamente al ciclista, estacionan su auto y abren sus puertas todo de una sola vez, obligándolo a girar hacia la corriente del tránsito. Al circular en la bicicleta por una calle donde hay automóviles estacionados, hay que cuidarse de ellos mirando por lo menos una cuadra hacia delante, para saber qué es lo que está pasando en la línea de estacionamiento. Se debe mirar especialmente, a través de la ventanilla de atrás y los espejos de los costados para saber si un conductor o un pasajero intenta abrir la puerta.

Ser juicioso al acercarse a una intersección. Si se trata de una calle urbana de tránsito rápido, con un letrero de parar que lo favorece, nunca se debe suponer que el tránsito va a detenerse porque el letrero está allí. A veces los conductores se aproximan rápidamente a los letreros de parar, aminoran su velocidad sin detener totalmente sus vehículos, y aceleran de nuevo. Esto ocurre a pesar de que el ciclista tiene el derecho de paso y ya se encuentra en la intersección. El mejor procedimiento es dirigirse hacia el centro de la calle a medida que se acerca a la esquina, siempre que no haya tránsito detrás. En esta posición hay una oportunidad mejor de desviarse hacia la derecha o izquierda para evitar un choque si el conductor decide pasar de cualquier forma.



Cultivar el hábito de circular siempre en línea recta y seguir siempre recto mientras se gira rápidamente la cabeza para ver el tránsito que viene detrás. Una conducción precisa es vital para el ciclismo en la ciudad, debido a que el espacio que existe entre el tránsito y los automóviles estacionados, es amplio solamente si se ve en línea recta, sin serpentear de un lado para otro.

Un consejo sobre itinerario de ciclismo en la ciudad. Si se desea ir a la escuela o al trabajo en bicicleta (cosa que es una buena idea) buscar un plano grande de la ciudad y estudiar cuidadosamente el itinerario. Se debe tratar de usar solamente las calles

paralelas a las principales arterias para que los avisos de detención estén a favor del ciclista y a la vez las calles no estén atestadas en horas de mucho tránsito.



Programa de Prevención en Seguridad de Tránsito

Nivel: 1° y 2° Medio
Documento Complementario

<http://edutransito.ucv.cl>

LA BICICLETA

Derecho de paso. Hay que tener presente que los automóviles que van a la derecha tienen el derecho de paso en las intersecciones, y también que los peatones tienen el derecho de paso en todo momento. Es recomendable ceder el derecho de paso a quienquiera que lo desee.

Las entradas para automóviles pueden ser peligrosas, particularmente si se encuentran escondidas entre los arbustos o entre los automóviles estacionados. Siendo así, hay que estar siempre listo para girar hacia un lado. Es conveniente mirar frecuentemente sobre los hombros, hacia atrás, para conocer cuál es la situación del tránsito que está por pasar de manera que se pueda determinar si es oportuno o no girar para evitar un accidente en cualquier momento. Se debe tener cuidado especial con los automóviles y camiones que salen de las playas de estacionamiento de los centros comerciales.

A medida que se aproxima a una luz roja hay que tener cuidado con los automóviles que están cerca y que desean girar a la derecha. A pesar de que esto enfurece a los conductores, si la luz se pone roja, es preferible girar hacia la izquierda, hacia la línea de tránsito, ya que con ello se evita que los conductores lo empujen hacia el borde de la acera. Debido a que en las intersecciones no hay automóviles estacionados, los automóviles que giran hacia la derecha tienden a acercarse a la acera a medida que se aproximan a la esquina. Una vez que se ha detenido, puede salirse del paso para permitir que pase el tránsito cuando cambie la luz. Es necesario un cuidado especial con los ómnibus. Los conductores de ómnibus suelen aproximarse a la acera para permitir el ascenso y descenso de pasajeros. Si se viaja detrás de un ómnibus, hay que tener presente que éste puede detenerse en cualquier esquina y que es muy peligroso quedar entre el ómnibus y la acera. Es preferible mantenerse detrás del ómnibus aunque el humo del motor moleste un poco. Puede esperarse la oportunidad para pasarlo entre las intersecciones o, si el tránsito lo permite, por la izquierda cuando se detiene. Pero esta maniobra debe hacerse lentamente y con cuidado, teniendo en cuenta los automóviles y peatones. Una vez que se ha pasado a un autobús habrá de estar en condiciones de mantenerse delante de él.



Cascos. En muchos lugares se obliga a los motociclistas a usar casco protector. En realidad no hay mucha diferencia entre caerse de una bicicleta o una motocicleta, ya que en ambos casos se puede golpear la cabeza contra el pavimento, el borde de la acera o contra cualquier objeto duro y firme. Un motociclista va más rápido y puede golpearse más fuerte contra un objeto inmóvil, sin embargo, la velocidad relativa del impacto no influye mayormente ya que no es muy difícil fracturarse el cráneo al caer de una bicicleta, aunque se encuentre parada. Se puede circular sin casco por



Programa de Prevención en Seguridad del Tránsito

los campos suburbanos o por el campo, pero sería arriesgado hacerlo por la ciudad.

Las luces son imprescindibles si se practica ciclismo por la noche, cualquiera sea el lugar por donde se vaya. Las luces traseras son muy importantes porque deben ser muy visibles a una distancia no menor de 150 metros para el tránsito que viene detrás. La luz trasera es mejor tanto más grande sea, y debe ser visible desde atrás como de los costados.

Materiales reflectantes. Son apoyos de protección para las luces. Cuanto más grande sea la superficie reflectante, tanto mejor. Puede usarse un “ojo de gato” de unos 8 cm. de diámetro. Otro material reflectante bueno son las cintas adhesivas. Es recomendable pegar tirillas de estas cintas en la parte posterior del calzado de ciclismo, en los guardabarros, en el casco y en el manubrio.

El girar en una bicicleta es algo diferente que hacerlo con un automóvil. Si hay tránsito alrededor se deberá, desde luego, hacer las señales correspondientes. Un giro a la izquierda, saliendo de un acalle de mucho tránsito o una intersección, puede hacerse de dos maneras. El procedimiento más adecuado es cruzar la calle hacia el otro lado de la intersección, parar y aguardar hasta que cambie la luz, luego cruzar junto con los peatones. Esta es la forma en que debiera enseñarse a cruzar a los niños. Nunca se debe girar a la izquierda cuando se está cerca de la acera de la derecha. Es preferible trasladarse hasta el centro del camino a medida que se aproxima a la intersección, haciendo señas sobre la intención de girar y asegurándose que el tránsito permitirá hacer esta maniobra. Es probable que se pueda girar a la izquierda de inmediato o que sea necesario aguardar hasta que el tránsito se despeje.

Vestimenta. La ropa que debe usarse en cualquier viaje que se haga en bicicleta, debe ser idealmente de colores llamativos. El anaranjado internacional es un buen color si es vivo y claro. Puede usarse también una chaqueta confeccionada en anaranjado reflectante o fosforescente, parecido al que se usa en los guantes de los policías del tránsito, en cintas para el cruce de escolares o en las chaquetas de los trabajadores viales. Es muy recomendable usar guantes siempre que se viaje en bicicleta, porque en una caída es muy fácil herirse las manos.



Y para concluir: hay que estar atento a las mismas situaciones que podrían constituir peligros si se estuviese conduciendo un automóvil. Estas situaciones, entre otras, pueden ser: niños que corren detrás de una pelota; adultos que salen de entre los automóviles que están estacionados; automóviles que salen de su estacionamiento sin avisar; y, los “conductores alegres”.