

consejos Normativa de tráfico y Seguridad Vial



adelantamientos
alumbrado
amortiguadores
aquaplaning
carriles
deriva
glorietas
intersecciones
neumáticos
viajes



con la supervisión de:



ÍNDICE

Normativa

03 POSICIÓN EN LA CALZADA

04 VELOCIDAD

05 INTERSECCIONES Y GLORIETAS

06 SEMÁFOROS

07 ADELANTAMIENTOS

08 ALUMBRADO

Seguridad Vial

09 NEUMÁTICOS

a) Nomenclatura

10 b) Presión de inflado

11 c) Desgaste y adherencia

12 CINTURÓN DE SEGURIDAD

AIRBAG

APOYACABEZAS

13 GUÍA PRÁCTICA PARA
INICIAR CON BUEN PIE UN VIAJE

15 INFRACCIONES QUE QUITAN PUNTOS

¿Es correcta la posición de este vehículo en esta carretera con tres carriles para el mismo sentido?

No, no lo es y, lamentablemente, es una imagen muy habitual en nuestras carreteras.

Aunque haya 3 o más carriles, los conductores de automóviles (turismos, motocicletas, camiones, etc.), deberán circular por el carril situado a la derecha obligatoriamente, debiendo utilizar el resto para adelantar o porque las circunstancias del tráfico, en ese momento, así lo exijan (por ejemplo para facilitar una incorporación) y nunca entorpeciendo la circulación de un vehículo que venga por detrás a mayor velocidad.



Art. 31 Reglamento General de Circulación. Utilización de los carriles, fuera de poblado, en calzadas con más de un carril para el mismo sentido de marcha.

En estas vías, el carril de la derecha no es para vehículos lentos, y tampoco obramos bien pensando que "...con dejar uno libre a la izquierda para que me adelanten, es más que suficiente".



Recuerda

En estas circunstancias, adelantar por la derecha está prohibido (solamente se puede adelantar por la derecha en vías de poblado (en las que haya, al menos, dos carriles delimitados y que no sean autopistas o autovías). No porque el vehículo que circule por el centro lo haga mal, nos da pie a poder adelantarle antireglamentariamente.

Normativa

velocidad

¿Sabes? Aproximadamente 1/3 de los accidentes los produce la velocidad excesiva

Límites legales

*Podrán rebasar este límite en 20 km/h para adelantar

	Turismo/Moto	Furgoneta/Camión
Autopista Autovía	120 km/h Incluso para adelantar	90 km/h
Carretera convencional <ul style="list-style-type: none">• Con arcén pavimentado de 1,5 m o más de anchura.• Con dos carriles en algún sentido.	100 km/h*	80 km/h
Otras carreteras convencionales que no cumplan lo anterior	90 km/h*	70 km/h

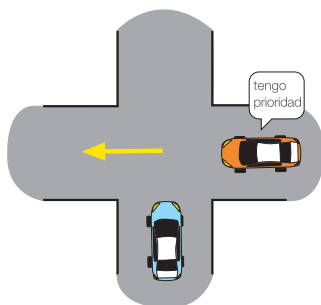
En ciudad el límite máximo es de 50 km/h



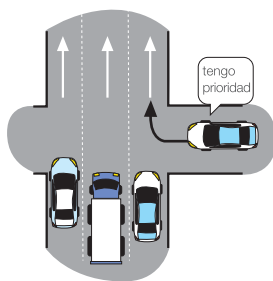
Recuerda

En las pruebas crash test se evalúan los vehículos a 55 km/h. No pienses que a 120 km/h (o más) tu coche, por muy seguro que sea, puede salvarte de una colisión contra un objeto fijo en la vía. La deceleración es demasiado violenta.

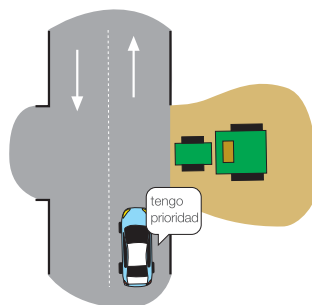
Intersecciones



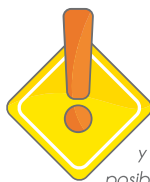
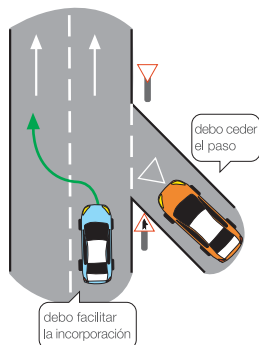
Intersección sin señalizar.



La prioridad no la da el tamaño de las vías. Sin señalización, tiene prioridad la derecha.



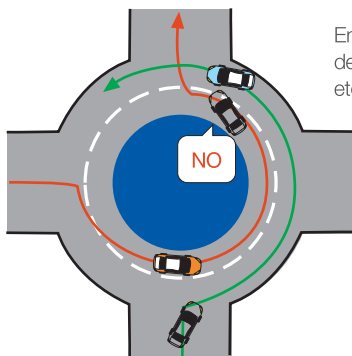
Intersección con vía sin pavimentar.



Recuerda

En las incorporaciones, ambos vehículos implicados tienen normas que respetar: el que se incorpora debe ceder el paso y el que circula por la vía debe facilitar, en la medida de lo posible, dicha incorporación.

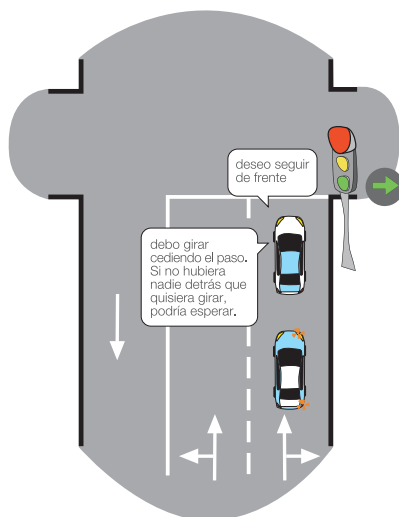
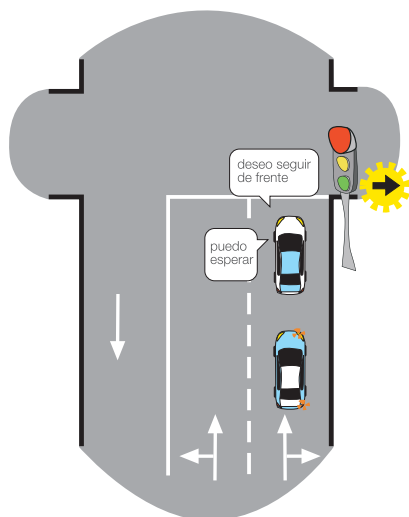
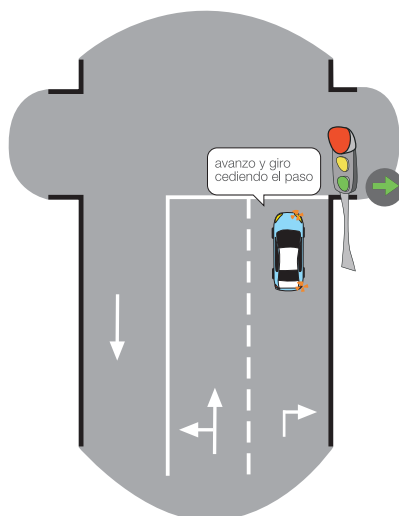
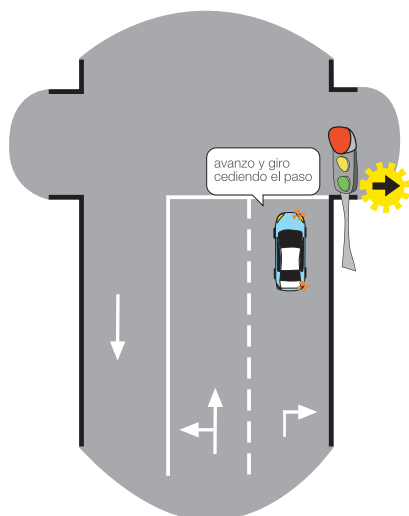
Glorietas



En una glorieta no hay trayectorias predeterminadas, se circula por la derecha y se utilizan los otros carriles para adelantar, facilitar la incorporación, etc... y **nunca se cortará la trayectoria de otro vehículo.**

Normativa

semáforos



Recuerda

La luz amarilla fija de un semáforo no significa "acelere porque cambia a rojo".

Debemos detenernos en condiciones de seguridad.

Señales relativas a adelantamientos



Adelantamiento prohibido para todos los vehículos.



Adelantamiento prohibido para camiones.



Fin de todas las prohibiciones anteriores (para vehículos en movimiento).

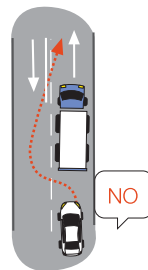
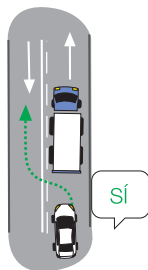
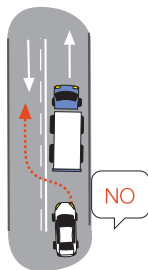
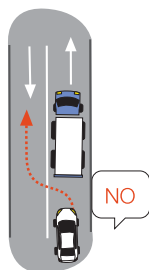


Fin de prohibición de adelantamiento.

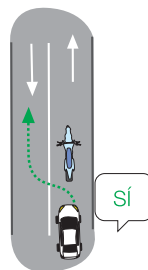
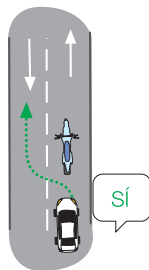


Fin de prohibición de adelantamiento para camiones.

Señales sobre adelantamientos



Si las líneas son amarillas (por obras) el significado es el mismo.



Obligatorio ir al otro carril, total o parcialmente, y dejar 1,5 m de separación mínima.


























































Permitido si no se pone en peligro a nadie y sólo a bicis, ciclomotores, peatones, animales y vehículos de tracción animal.


















































Separación mínima para adelantar vehículos de dos ruedas: 1,5 m



Normativa

alumbrado

	Opcionales	Obligatorias	Prohibidas
Durante el día	 		 
Durante el día y con:			
Lluvia no intensa 	 		 
Lluvia intensa 		  o 	
Lluvia muy intensa 		  o  	
Niebla 		  o 	
Niebla densa o espesa 		  o  	
Nevada 		  o 	
Fuerte nevada 		  o  	
Nubes de polvo o de humo 		  o 	
Nubes de polvo o de humo densas 		  o  	

Durante la noche (entre el ocaso y la salida del sol)		 	 
De noche y con:			
Lluvia no intensa 		 	 
Lluvia intensa 		 	
Lluvia muy intensa 		  	
Niebla 		 	
Niebla densa o espesa 		  	
Nevada 		 	
Fuerte nevada 		  	
Nubes de polvo o de humo 		 	
Nubes de polvo o de humo densas 		  	



Recuerda

Está prohibido circular con las luces antinieblas cuando no se dan las condiciones para ello.



Luz posición



Luz de cruce



Antiniebla delantero



Antiniebla trasero

Seguridad vial

neumáticos

Cómo leer un neumático



- **205** - Anchura de sección en mm.
- **45** - serie del neumático (relación entre altura y anchura de sección: 0,45).
- **R** - Estructura radial.
- **16** - Diámetro de la llanta en pulgadas.
- **83** - Índice de carga.
- **V** - Código de velocidad.



Fecha de fabricación del neumático:

- **19** - Semana 19 del año
- **02** - Año 2002



Recuerda

No utilices nunca los neumáticos con una velocidad superior a la que corresponde a su código de velocidad, o con una carga superior a la que corresponde a su índice de carga.

Seguridad Vial

neumáticos

Siempre correctamente inflados

En la práctica, uno de cada dos automovilistas circula con al menos un neumático con bajo inflado. Conducir en estas circunstancias pone en peligro nuestra seguridad: una presión inadecuada aumenta la distancia de frenado y disminuye la estabilidad del vehículo.

Se debe verificar la presión por lo menos una vez al mes y siempre antes de emprender un largo viaje. Verificar y ajustar la presión es un gesto fácil que se hace en sólo unos minutos.

Los riesgos de un bajo inflado

El ejemplo más espectacular de las consecuencias de un rodaje con bajo inflado es la dislocación del neumático (reventón). Un rodaje prolongado con un neumático con bajo inflado, provoca un sobrecalentamiento del mismo y una degradación irreversible de sus componentes, hasta llegar al reventón, con la posible pérdida del control del vehículo.

Un neumático con bajo inflado degrada la estabilidad del vehículo. La falta de rigidez de la estructura lo hace más impreciso en el guiado del vehículo.

El bajo inflado acelera el desgaste de los neumáticos, ya que se desgastan más rápidamente en los bordes de la banda de rodamiento.

El bajo inflado puede también provocar disfunciones en los sistemas de seguridad de ayuda a la conducción: el antipatinaje, el control de estabilidad, control de tracción, etc.

Con lluvia, un neumático con bajo inflado aumenta el riesgo de aquaplaning. El neumático evacua con más dificultad el agua y no puede contrarrestar la presión ejercida por el agua debajo de él.



¿Qué presión poner?

Los neumáticos deben de ser inflados con unas presiones determinadas.

- Los valores vienen indicados en muchos vehículos en el lateral de la puerta del conductor, en la trampilla de llenado de carburante o en guantera frontal. Si no fuera así, consultar el manual de mantenimiento del vehículo.
- También existen tablas que editan los fabricantes de neumáticos donde figuran los principales modelos del mercado con sus respectivas presiones.

Verificar las presiones de los neumáticos en frío, es decir cuando han rodado menos de 3 km a una velocidad reducida (recorrido urbano) o si el vehículo lleva parado más de dos horas.

No sobreinflar los neumáticos, ya que se produce una deformación de la estructura y reduce la superficie de contacto con el suelo.

Nunca desinflar un neumático caliente: la temperatura de los neumáticos y por consecuencia las presiones de inflado, aumentan con el rodaje.

Si tienes que verificar las presiones con los neumáticos calientes, añade 0.3 bar a las presiones recomendadas por el fabricante del vehículo.

No olvides verificar la presión de la rueda de repuesto.



Recuerda

Efectúa un control de las presiones una vez al mes y siempre antes de emprender un largo viaje.

Desgaste y adherencia

El reglamento general de vehículos establece que los turismos y los vehículos industriales hasta 3,5 toneladas de MMA, deben tener neumáticos que presenten una profundidad de dibujo igual o superior a 1,6 mm, en las principales ranuras de la banda de rodadura. Para verificar el nivel de desgaste a simple vista, estas ranuras poseen unos indicadores que tienen 1,6 mm de altura.

El dibujo de la banda de rodadura permite evacuar el agua para que no se acumule delante del neumático. Si el neumático no es capaz de evacuarla, llegará un momento en que éste se sitúe sobre la película de agua. Cuando esto ocurre, se produce el fenómeno conocido como aquaplaning, que conlleva que el neumático pierda repentinamente, todo agarre con el pavimento.



Los factores que influyen en la aparición del aquaplaning son:

- **Velocidad.** A mayor velocidad, mayor probabilidad de aparición de aquaplaning, ya que el neumático no tiene tiempo de evacuar el agua que tiene frente a él.
- **Profundidad de la banda de rodadura.** A medida que se desgastan los neumáticos, los surcos son menos profundos y es más difícil drenar el agua.
- **Ancho de la banda de rodadura.** Un neumático ancho debe ser capaz de evacuar un mayor caudal de agua.
- **Colocación de los neumáticos.** Los neumáticos con más dibujo deben situarse en el eje trasero.



Recuerda

Aunque tus neumáticos no hayan alcanzado el límite legal de profundidad de dibujo (1,6 mm), su capacidad para evacuar el agua disminuye con el desgaste.

Seguridad Vial

elementos de seguridad pasiva

Cinturón de seguridad / Airbag / Apoyacabezas

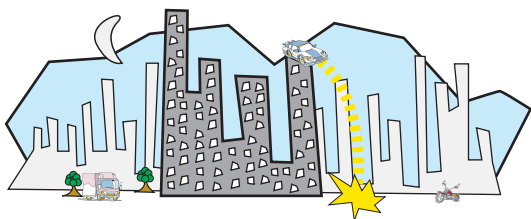
En caso de una colisión frontal, a sólo 50 km/h el cuerpo de los ocupantes se precipita hacia delante y ningún ser humano es capaz de sujetarlo con sus brazos. Esto es debido a la inercia adquirida que tiende a mantener a los ocupantes con la velocidad inicial que llevaban. A esta velocidad, el cuerpo adquiere una deceleración de 15g (15 veces la de la gravedad terrestre), que nuestra estructura corporal no soporta y produce muchas lesiones internas severas.



A 50 km/h, sin cinturón, el impacto contra el parabrisas y salpicadero del vehículo es equivalente a dejar caer el vehículo desde, aproximadamente, un tercer piso (a 120 km/h sería como dejar caer el vehículo desde unos 70 m de altura).

A 80 km/h, sin cinturón, los pasajeros de detrás, golpean a los de delante como lo haría una bola de 1.200 kg moviéndose a 10 km/h (como un turismo mediano cayendo sin frenos por una cuesta abajo). El airbag complementa, y no sustituye, al cinturón de seguridad. Es una bolsa de aire que se infla en milisegundos y se desplaza a unos 300 km/h, por lo que no debemos ir demasiado cerca del volante porque sería mortal el golpe (es recomendable no estar a menos de 10 cm del volante).

El retroceso del cuerpo, tras la colisión, puede resultar muy dañino, especialmente en la columna cervical, por ello, el empleo de apoyacabezas reduce, considerablemente, las lesiones producidas en esta zona. El apoyacabezas no debe estar a más de 4 cm de la parte más alta de la cabeza.



Recuerda

A velocidades bajas, unos 10 km/h, el latigazo cervical puede producir un movimiento violento de vaivén del cuello que puede dañar seriamente nuestras vértebras cervicales.

Seguridad vial

guía práctica de viaje

Comer copiosamente

Hay que evitar comer comidas pesadas, provocan difíciles digestiones y somnolencia.

Somnolencia

Hay que evitar conducir entre las 14:00h - 16:00h y entre las 03:00h - 05:00h. Tomar un café o coca cola reduce la somnolencia momentáneamente, pero luego hay efecto rebote y hay más somnolencia.

Fatiga y cansancio

Se debe comenzar a conducir descansado y realizar detenciones frecuentes para descansar, cada 200 km, o bien, cada 2 ó 3 horas.

Estrés

Nunca usar el vehículo como válvula de escape para liberar tensiones y estrés acumulado.

Alergia

La alergia provoca distracción: necesidad de sonarse la nariz, estornudos, ojos llorosos, etc., y los antihistaminicos que se utilizan para combatir estos síntomas provocan, generalmente, una fuerte somnolencia.

Medicación

Hay que evitar conducir bajo los efectos de medicamentos que puedan provocar mareo, náuseas, vértigo, somnolencia, etc., por ello, hay que consultar con el médico y con el farmacéutico.

Alcohol

El alcohol y la conducción son totalmente incompatibles. Incluso en pequeñas dosis, el alcohol

altera las capacidades para conducir aunque el conductor, subjetivamente, piense que no es así.

Distracciones

Las distracciones son causa, directa o indirecta, de 4 de cada 10 accidentes. Se producen más distracciones los meses de verano, en trayectos de ocio, fines de semana y durante el día:

- **Utilizar un navegador GPS**

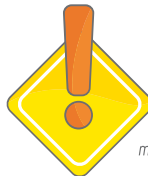
Hay que situarlo de forma que no interfiera en la visión del conductor y, preferentemente, oír sus indicaciones más que mirar constantemente a la pantalla.

- **Utilizar el teléfono móvil**

Solamente si se posee un dispositivo de manos libres que no consista en utilizar las manos, cascos, auriculares u otro sistema similar. Con manos libres, a partir del minuto y medio de conversación, el conductor está más pendiente de lo que habla que de la conducción (la eficacia de la atención disminuye casi un 40%).

- **Fumar durante la conducción**

Los fumadores tienen el doble de accidentes que los no fumadores. Genera problemas de visión, inutiliza una de las manos y genera disminución de la atención. Además, el CO producido hace que los fumadores tengan peor visión nocturna.



Recuerda

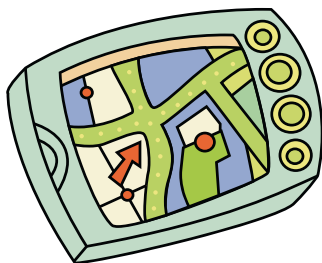
Se necesitan entre 4 y 5 segundos para encender un cigarrillo, que implica una gravísima pérdida de atención durante muchos metros.

Seguridad Vial

guía práctica de viaje

Vehículo

Actualmente, la tecnología ha aumentado muchísimo la seguridad, fiabilidad y funcionamiento de los vehículos, no obstante, requiere de unos mínimos cuidados para que estos avances tecnológicos funcionen.

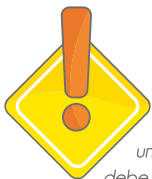


Además...

- Cerciorarse de que la banda abdominal del cinturón pasa por encima de la pelvis y no del abdomen. No utilizar fundas, respaldos de mercadillo, etc., que permiten que, en caso de accidente, el conductor pueda deslizarse por debajo del cinturón de seguridad chocando con las rodillas en el salpicadero produciéndose así, en la cadera, graves lesiones.
- No llevar objetos sueltos en el interior del vehículo, en caso de accidente conservan su cantidad de movimiento y se transforman en objetos que golpean severamente a los ocupantes del vehículo.

Vía

- Es necesario **planificar la ruta** a seguir. Tener muy en cuenta las previsiones de la Dirección General de Tráfico y sopesar la posibilidad de retrasar o adelantar el viaje para evitar colapsar las vías. Para más información consultar en:
 - Web: www.dgt.es
 - Teléfono: 900 123 505
- Los **conductores alérgicos** deben evitar conducir al amanecer y por zonas húmedas.
- Consultar el **parte meteorológico** para tomar las medidas oportunas (p. ej. cadenas si va a nevar).
- Utilizar, lo antes posible el **alumbrado** (incluso antes de que comience el ocaso del sol) y en condiciones meteorológicas adversas que disminuyan la visibilidad, anticipar el encendido garantiza ser visto antes.
- Guardar una **distancia de seguridad** suficiente con respecto al vehículo que circula delante, para ello, habrá que comprobar que se circula, al menos, a 3 segundos del vehículo que nos precede.
- **Anticiparse** a los imprevistos (intentar mirar hasta donde nos encontraremos transcurridos 20 segundos).



Recuerda

A una temperatura de 35º en el interior del vehículo, el conductor tiene un comportamiento tan torpe como el de un conductor con una tasa de alcohol de 0,5 g/l (la temperatura debe situarse alrededor de 22-23º).

Seguridad vial

infracciones que quitan puntos

Velocidad

Límite km/h	30	40	50	60	70	80	90	100	110	120	Multa	Puntos
Grave	31 50	41 60	51 70	61 90	71 90	81 110	91 120	101 130	111 140	121 150	100	0
	51 60	61 70	71 80	91 110	101 120	111 130	121 140	131 150	141 160	151 170	300	2
	61 70	71 80	81 90	111 120	121 130	131 140	141 150	151 160	161 170	171 180	400	4
	71 80	81 90	91 100	121 130	131 140	141 150	151 160	161 170	171 180	181 190	500	6
Muy grave	81	91	101	131	141	151	161	171	181	191	600	6

PÉRDIDA DE 2 PUNTOS

- Circular con un menor sin sillita.

PÉRDIDA DE 3 PUNTOS

- Realizar cambios de dirección prohibidos.
- Conducir sin cinturón de seguridad.
- Conducir sin casco o con casco no homologado.
- Circular sin alumbrado, sin visibilidad o provocar deslumbramientos.

PÉRDIDA DE 4 PUNTOS

- Conducir con un exceso del 50% o más en el número de plazas autorizadas.
- Conducir un vehículo sin llevar el permiso o la licencia adecuada.
- Conducir ebrio (entre 0,25 y 0,50 mg/l).
- Arrojar objetos peligrosos a la vía (que puedan provocar incendios, accidentes...).
- No respetar el stop, ceda el paso, paso de peatones, semáforos o señales del agente.
- Adelantamientos peligrosos.

- Aumentar la velocidad o maniobras que impidan o dificulten el adelantamiento.
- Maniobras de marcha atrás en autopistas o autovías.
- Poner en peligro a los ciclistas.
- Conducir con el permiso de conducción suspendido teniendo prohibido el uso del vehículo que se conduce.
- No respetar la distancia de seguridad.

PÉRDIDA DE 6 PUNTOS

- Conducir ebrio (más de 0,50 mg/l), o bajo los efectos de drogas y estimulantes.
- No someterse a la prueba de alcoholemia o drogas.
- Circular en sentido contrario.
- Conducción temeraria.
- Conductor profesional que excede en más del 50% los tiempos de conducción o aminorar en más del 50% los tiempos de descanso.
- Alterar el funcionamiento del tacógrafo o limitador de velocidad.
- Usar sistemas de detección de radares (no incluye PDA+GPS o Avisadores de radar por posicionamiento GPS).