



El **sistema de frenado** de un vehículo es fundamental para su conducción puesto que permite detenerlo, adaptar la velocidad y mantener la distancia de seguridad con otros. Circulando en condiciones normales, **el freno debe usarse en su justa medida, sin excesos, siempre con suavidad y aplicando la presión necesaria**. A continuación te detallamos seis situaciones en las que resulta clave saber utilizar correctamente el freno para circular de la forma más segura.

## ➔ ¿Cómo debe conducirse de forma general?:

Una **conducción tranquila y equilibrada, sin grandes aceleraciones ni frenazos**, evita la sobrecarga del sistema y hace la marcha más segura y cómoda para los ocupantes.

## ➔ **Detenciones. Actuar con anticipación:**

Hay casos en los que detener el vehículo es obligatorio por ley: en **un semáforo en rojo, en una señal de Stop, en un paso señalizado por donde están cruzando peatones** o cuando encontramos un atasco. En estas situaciones es **importante anticiparse y utilizar el freno de forma correcta**.

Durante la aproximación, deberemos **adaptar nuestra velocidad, dejando de acelerar y, en la marcha más larga que permita la velocidad de circulación, pisaremos el pedal de freno aumentando progresivamente la intensidad de la pisada**. Tan solo cambiaremos de marcha para evitar que el motor dé tirones si llevamos una demasiado larga.



## 2 ➔ **Autovías y autopistas: frenar fuera**

En las **autopistas y autovías**, la velocidad de circulación suele ser alta y la deceleración necesaria para abandonarlas. Por ende, una técnica de frenado adecuada es fundamental para que la maniobra sea segura y no provoque riesgo alguno de alcance entre vehículos.

La forma más segura para salir es **tomar el carril de deceleración desde su inicio**. Solo cuando hayamos salido completamente de la autopista/autovía, y nos encontremos **dentro del carril de deceleración, empezaremos a tocar el freno y a reducir de marcha si fuera necesario, hasta la velocidad adecuada**, teniendo cuidado en la incorporación a la nueva vía ya que podemos encontrar curvas cerradas, señales de Stop, semáforos o peatones.

## 3 ➔ **Curvas. Cómo frenar (y cómo no hacerlo) con seguridad:**

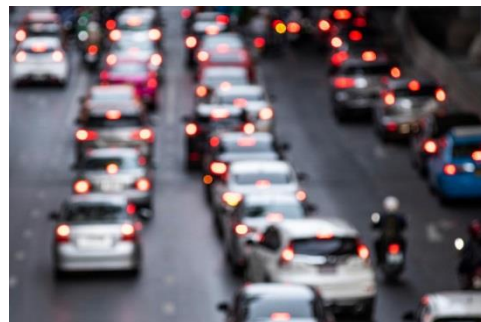
Los aspectos más importantes que debemos tener en cuenta al tomar una curva son **la velocidad y la dirección**. Al observar la señalización de limitación de velocidad, previa a la curva, y durante la aproximación a la curva, el conductor debe **ajustar su velocidad tocando el freno y reduciendo a una marcha más corta si fuera necesaria**. Durante la curva, **tan solo debe mantener la velocidad constante y mover el volante con suavidad para seguir la trazada correcta**. Si ha hecho todo correctamente, al ver el final podrá acelerar suavemente para ganar estabilidad en la salida de la curva.



**Si se hace la aproximación sin disminuir su velocidad y se frena tarde** (dentro de la curva), al superar el límite de adherencia, es físicamente imposible seguir la línea de trazada correcta, y **es muy probable que nos salgamos de la carretera**.

## 4 ➔ **Sin distancia de seguridad ➔ “alerta roja”:**

En las **frenadas en cadena** si no dejamos una distancia adecuada entre vehículos puede ser insuficiente para evitar uno o varios alcances. En una situación así, debemos **usar la luz de freno para avisar del peligro al conductor de detrás, con toques suaves y reiterados del pedal**, sin disminuir la velocidad, apoyando el pie lo necesario para encender las luces de freno, así el resto de conductores va a percibir el riesgo de alcance y frenarán instintivamente para distanciarse.



## 5 ➔ **Frenada de emergencia ➔ “situación de peligro”:**

Ante un peligro, como un posible atropello, una retención, animales en la calzada..., es necesario saber reaccionar. Para hacer una **frenada de emergencia**, el conductor/a debe **pisar el pedal de freno a fondo** (con cambio manual, también el embrague) **sin aflojar la presión, aunque sienta la vibración del sistema ABS sobre el pedal**.

## 6 ➔ **Pendientes ➔ “sin abusar del freno”:**

Lo principal al **descender por pendientes prolongadas** son una **velocidad adecuada** y un **uso moderado del freno** en todo momento. Por tanto, antes de llegar a una curva muy cerrada, deberemos tocar el freno (siempre suavemente) y conseguir la velocidad adecuada. Al salir de la curva, cambiaremos a marchas más largas adecuadas al trazado. En **pendientes descendentes**, **bajar en una relación de marchas cortas** para frenar con el motor.