



El sistema de frenada d'un vehicle és fonamental per a la conducció, perquè permet detenir-lo, adaptar la velocitat i mantenir la distància de seguretat amb altres. Circulant en condicions normals, **el fre ha d'usar-se en la mesura justa, sense excessos, sempre amb suavitat i aplicant-hi la pressió necessària**. A continuació et detallem sis situacions en les quals resulta clau saber utilitzar correctament el fre per circular de la forma més segura.

## ➔ Com s'ha de conduir de manera general?:

Una **conducció tranquil·la i equilibrada, sense grans acceleracions ni frenades**, evita la sobrecàrrega del sistema i fa la marxa més segura i còmoda per als ocupants.

## ➔ Detencions. Actuar amb anticipació:

Hi ha casos en els quals detenir el vehicle és obligatori per llei: **en un semàfor vermell, en un senyal de Stop, en un pas senyalitzat per on estan travessant vianants** o quan trobem un embús. En aquestes situacions **és important anticipar-se i fer servir el fre de manera correcta**.

Durant l'aproximació, **haurem d'adaptar la nostra velocitat, deixant d'accelerar i, en la marxa més llarga que permeti la velocitat de circulació, trepitjarem el pedal de fre i augmentarem progressivament la intensitat de la trepitjada**. Tan sols canviarem de marxa per evitar que el motor faci estirades si en portem una de massa llarga.



## 2 ➔ Autovies i autopistes: frenar fora

A les **autopistes i autovies**, la velocitat de circulació sol ser alta, i la desacceleració, necessària per abandonar-les. Per tant, una tècnica de frenada adequada és fonamental perquè la maniobra sigui segura i no provoqui cap risc de xoc entre vehicles.

La forma més segura per sortir és **agafar el carril de desacceleració des de l'inici**. Només quan hàgim sortit completament de l'autopista/autovia, i ens trobem **dins del carril de desacceleració, començarem a tocar el fre i a reduir de marxa, si fos necessari, fins a la velocitat adequada**, anant amb compte en la incorporació a la nova via, ja que podem trobar-hi revolts tancats, senyals de Stop, semàfors o vianants.

## 3 ➔ Revolts. Com frenar (i com no fer-ho) amb seguretat:

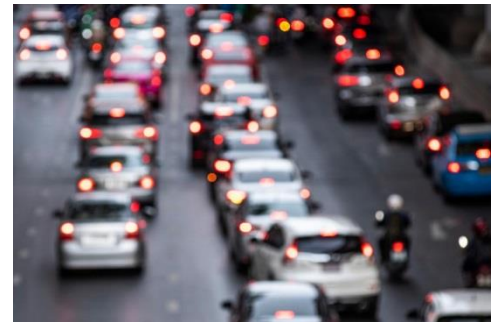
Els aspectes més importants que hem de tenir en compte en agafar un revolt són la **velocitat i la direcció**. En observar la senyalització de limitació de velocitat, prèvia al revolt, i durant l'aproximació a aquest, el conductor ha d'**adequar la velocitat tocant el fre i reduint a una marxa més curta, si fos necessari. Durant el revolt, només ha de mantenir la velocitat constant i moure el volant amb suavitat per seguir la traçada correcta**. Si ho ha fet tot correctament, en veure el final podrà accelerar suaument per guanyar estabilitat en la sortida del revolt.



**Si es fa l'aproximació sense disminuir la velocitat i es frena tard (dins del revolt), en superar el límit d'adherència, és físicament impossible seguir la línia de traçada correcta, i és molt probable que ens en sortim de la carretera.**

## 4 ➔ Sense distància de seguretat ➔ “alerta vermella”:

En les **frenades en cadena**, si no deixem una distància adequada entre vehicles, aquesta pot ser insuficient per evitar un o diversos xocs. En una situació així, hem d'**usar el llum de fre per avisar del perill el conductor de darrere, amb tocs suaus i reiterats del pedal, sense disminuir la velocitat, recolzant-hi el peu el necessari per encendre els llums de fre, així la resta de conductors percebrà el risc de xoc i frenarà instintivament per distanciar-se.**



## 5 ➔ Frenada d'emergència ➔ “situació de perill”:

Davant un perill, com un possible atropellament, una retenció, animals a la calçada..., és necessari saber reaccionar. Per fer una **frenada d'emergència**, el/la conductor/a ha de **trepitjar el pedal de fre a fons** (amb canvi manual, també l'embragatge) **sense afluixar la pressió, encara que senti la vibració del sistema ABS sobre el pedal.**

## 6 ➔ Pendants ➔ “sense abusar del fre”:

Els punts principals en **descendir per pendants perllongats** són una **velocitat adequada** i un **ús moderat del fre en tot moment**. Per tant, abans d'arribar a un revolt molt tancat, haurem de tocar el fre (sempre suaument) i aconseguir la velocitat adequada. En sortir del revolt, canviarem a marxas més llargues adequades al traçat. En **pendents descendents, cal baixar en una relació de marxas curtes** per frenar amb el motor.