



La mayor parte de la **información** que llega al conductor es **a través del sentido de la vista**, por lo que además de ver, es importante **saber en qué debemos fijarnos y cómo debemos observar nuestro entorno** para asegurarnos de percibir todo lo necesario para realizar una conducción segura. En esta ficha abordamos varias técnicas para lograr una conducción segura de motocicletas.

➔ **Técnicas de visión:**

Se debe mirar **a lo lejos**, a la zona donde vamos a estar unos segundos después. Esta distancia varía en función de la velocidad: **a mayor velocidad, mayor tiene que ser la distancia**, mirando más allá del vehículo que circula delante. Esta forma de conducir, **nos permite anticiparnos y evitar frenazos y acelerones bruscos**.

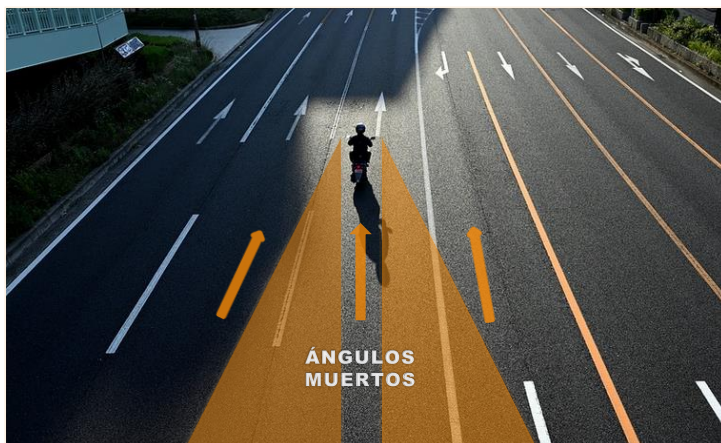


Es muy importante **mirar también hacia los lados**. Así nos podemos anticipar a cualquier circunstancia que ocurra alrededor.



Debemos **observar los espejos regularmente**, incluso cuando no vayamos a hacer ninguna maniobra. Esta frecuencia variará en función del tipo de vía por la que circulemos y la densidad del tráfico.

Cuando vayamos a hacer una maniobra, **no debemos olvidar nuestro ángulo muerto**, por lo que debemos girar la cabeza para poder ver a otro usuario que pudiera estar en esa zona. También tenemos que **evitar circular en el ángulo muerto de los otros vehículos**.



➔ Técnicas anticipación:

Se deben **prever los movimientos de los demás** para adelantarse a las situaciones imprevistas y disponer de espacio suficiente para evitar riesgos. Es lo que podría llamarse una **conducción defensiva**. Por ejemplo, tras un balón puede correr un niño, animales que pueden irrumpir en la calzada, un vehículo parado que puede abrir las puertas o iniciar la marcha de repente...



Reglas para una conducción más segura

- **Desconfiar de los demás usuarios.** Pensemos que, en cualquier momento, el resto de usuarios puede realizar cualquier maniobra que suponga un peligro por no señalizarla o por error.
- **Adaptar la conducción a las circunstancias.** Tenemos que adaptar nuestra forma de conducir a las condiciones meteorológicas o ambientales, a las del tráfico, de la vía, del vehículo y a las propias del conductor.
- **Estar preparado para actuar.** Prever los imprevistos que puedan surgir nos permite adelantarnos y tomar las medidas oportunas, por ejemplo, al acercarse a una situación complicada se puede preparar el pie o la mano para accionar el freno.
- **Hacerse ver.** Es muy importante que el resto de usuarios también pueda anticiparse a nosotros, por lo que es imprescindible **señalizar todas las maniobras** con antelación suficiente y mantener la señalización hasta que terminen. Así como la utilización de **elementos reflectantes** que nos hagan más visibles.



➔ Técnicas gestión del espacio:

- **Con el vehículo delantero:** mantener una distancia de seguridad que permita detenerse en caso de frenada brusca del tráfico (2 segundos en vía urbana, 3 en interurbana). Hay que aumentarla según las circunstancias de la vía, del conductor y las condiciones adversas. En las detenciones siempre debe ver las ruedas traseras del vehículo que tiene delante.
- **Con el vehículo trasero:** Si el vehículo que nos sigue está demasiado cerca debemos: aumentar la distancia de seguridad con el vehículo que circula delante de nosotros, señalizar con mayor antelación las maniobras y frenar con suavidad.
- **Distancia lateral con otros vehículos:** no será inferior a 1,5 metros.