

truCOS

para
conducir
mejor:



FEDERACIÓN NACIONAL DE ASOCIACIONES



PROFESORES DE FORMACIÓN VIAL



ASOCIACIÓN DE PROFESORES
DE FORMACIÓN VIAL DE VALENCIA
apavalencia.com



trucos ^{para} conducir **mejor:**

Ya se que nos creemos unos "Fernando Alonso" del volante, pero en España cada 15 segundos tenemos un accidente leve. **Estos trucos te ayudarán a evitarlo:**

1º Recuerda que **la conducción empieza antes de subir** a tu vehículo:

¿el vehículo está en buenas condiciones?
¿tu estado actual te permite conducir: cansancio, alcohol/drogas, enfermedad, disgusto gordo, ...?
¿tienes información sobre la ruta que vas a seguir: condiciones meteorológicas, obras, atascos, ...?



2º Antes de arrancar **comprueba que todos los ocupantes llevan los sistemas de seguridad puestos y de forma correcta** (muchos no tienen carnet y no saben cómo hacerlo), los críos los primeros. Asegúrate que el equipaje en caso de frenazo no pueda golpear a ningún ocupante. Los críos los primeros.



3º **Conduce tu vehículo como si no llevara frenos,**

eso te obligará a estar atento, te ayudará a anticiparte a situaciones de riesgo y hará que respetes la distancia mínima que tienes que dejar frente al resto de usuarios, y ¡Oh milagro!, ahorrarás una quinta parte de tu consumo habitual de combustible.



4º La velocidad es el factor de protección más importante, un exceso amplificará tus posibles errores y además aumentará la gravedad del accidente. Conduce a la **velocidad que te permita controlar** siempre tu vehículo.



5º **Buen rollo:** ¿de verdad vas a permitir que alguien que no conoces y que seguramente no vuelvas a ver en tu vida te estropee el día?, además seguro que tu a veces también te despistas y cometes alguna que otra pifia... La agresividad al volante causa muchos accidentes.



6º A los que van contigo no les impresiona tus alardes de velocidad, cambios bruscos de carril, acelerones o frenazos. Haz que disfruten del viaje y **conduce como si bailarás un Valls** todos lo agradecerán y te obsequiarán con su sonrisa.



7º ¡Ni se te ocurra!..., **OLVÍDATE DEL MÓVIL.**

Si lo llevas encendido será muy difícil que puedas resistirte a coger la llamada, mandar ese whatsapp en esa recta ahora que no viene nadie.... Si usas manos libres: conversación corta y "a lo que hay que estar".

8º ¡Te juro que no lo vi!, apareció de repente, ¡me lo he cargado!..., Nadie causa un accidente adrede pero si no te acostumbras a **MIRAR Y REMIRAR...**



...antes de: cambiarte de carril, girar en una calle, frenar ante un hueco para aparcar o incorporarte a la circulación, te tocará vivir con esa culpa. ¿Podrías hacerlo?.

9º Tienes razón..., la preferencia era tuya ..., pero si hubieras estado **MÁS ATENTO** algo podrías haber hecho para evitar el accidente, además ese collarín y esas muletas no te favorecen nada.

10º **VER Y HACERTE VER.** Tienes que tener más "luces" que tu vehículo, anticipa su encendido, retrasa el apagarlas y señaliza siempre las maniobras: ya no serás invisible para los demás.



Ya se que todo esto sabes hacerlo, pero recuerda que en España cada minuto se produce un accidente con lesionados y que cada día mueren seis personas. La mayoría de los que ahora sufren por ese motivo se olvidaron de aplicar algún punto de estos "trucos para conducir mejor": ¡no seas uno de ellos!

Lo sabías?

- 1.** Muy pocos conductores saben frenar bien: Si no puedes evitar pegar un frenazo prueba a soltar un poco el freno justo antes de detenerte del todo. Las cervicales de tus acompañantes lo agradecerán.
- 2.** Lo de las manos al volante tiene su explicación, por muy rápido que seas tardaras 1/3 de segundo en cogerlo y eso a 120 km/h significa que habrás perdido más de 11 metros (como una fila de 3 coches) en poder evitar una colisión.
- 3.** En invierno el usar el aire acondicionado si se te empañan los cristales es el mejor remedio.
- 4.** En una cuesta si sueltas un poco el acelerador y no pierdes velocidad confirmarás que lo estabas pisando más de la cuenta: error que nos cuesta dinero...
- 5.** Todas las siglas que has pagado con tu vehículo: ABS, ESP, ASR, EBD, BAS..., no te servirá de nada si la presión de tus neumáticos no son las adecuadas.
- 6.** La manía de poner punto muerto antes de detener tu vehículo te cuesta dinero: "a 20km/h con una marcha puesta si no pisas el acelerador el consumo es nulo". En una bajada como ves tampoco ahorrarías y además sería muy peligroso.

- 7.** Llevar el pie sobre el embrague en vez de en el paso de ruedas te obligará a agarrarte del volante en caso de maniobra brusca y perderás eficacia en un momento muy delicado.
- 8.** Abre los retrovisores al máximo y nuca cambies de carril sin girar la cabeza hacia ese lado, eso del ángulo muerto existe sólo para los malos conductores.
- 9.** En caso de que preveas una colisión por alcance trasero es mejor mantener el freno pisado que soltarlo, es verdad que tu vehículo se arrugará más pero se disipará mejor la energía y tus lesiones serán menores.
- 10.** En los peajes y parkings públicos a veces te quedas lejos del lugar de recogida del ticket, el "enredar" para alcanzarlo sin haber puesto punto muerto puede hacer que se resbale el pie del embrague y que seas famoso en YouTube por tu hazaña.

Y recuerda:

"Estas Navidades el mejor regalo sigues siendo tu", no lo estropees,

Conduce con cuidado

Información: Paco Paz. info@apavalencia.com

FEDERACIÓN NACIONAL DE PROFESORES DE FORMACIÓN VIAL
ASOCIACIÓN VALENCIANA DE SEGURIDAD VIAL - APAV.
www.apavalencia.com - www.seguridadvialvalencia.com

