Monográficos

Boletín I.S.V.M. nº 1

31 de julio de 2013

INSTITUTO DE SEGURIDAD VIAL DEL MOTOCICLISTA

Conducir en Verano

Recetas para reducir el riesgo durante este verano

Contenido:

Introducción	1
11 consejos durante la conducción	2
14 Consejos en caso de accidente	4

25 consejos

Viajar es ViVir

- Permanece atento a la conducción.
- Desconfía de la carretera y su estado.
- Desconfía de otros usuarios.
- En caso de accidente protege la escena, da aviso al 112 y auxilia a los heridos.

Pensar en los demás y en uno mismo, es una estrategia que nos puede traer de vuelta en cada viaje, interviniendo además en los efectos colaterales de las emociones durante la conducción.

El egoísmo, trasladado a la actitud de poner en riesgo la vida propia y la de otros, pone en evidencia la socialización del individuo o cuando menos su adaptación.

Pero una conducción agresiva no siempre está detrás de la emoción egoísta y poco considerada de la búsqueda del riesgo, en ocasiones, se localizan sus orígenes en factores como un estado emocional difícil de controlar que somete a presiones la estabilidad emocional, una falta de formación o elevado nivel de desconocimiento, una falta de aceptación de la necesidad de convivencia, etc.

"El verano está lleno de vida y de Vidas. Te cruzarás con muchas cuando salgas de viaje. Respétalas porque viajar es vivir" es el slogan de todos los mensajes de la campaña para este verano de la Dirección General de Tráfico "Las mejores historias del verano son las que se pueden contar".

Una campaña que, de forma específica, entiende que los usuarios de motocicletas somos un colectivo especialmente vulnerable.

Esta campaña nos recuerda la importancia de realizar una conducción responsable, ya que las acciones que cada uno de nosotros realizamos en la carretera afectan al resto de usuarios con los que nos cruzamos en cada desplazamiento y la necesidad de circular a una velocidad adecuada y siempre con el casco, en el caso de los motoristas... porque en definitiva, viajar es vivir.

La movilidad implica riesgos y como conductores tenemos que identificarlos y compensarlos en tiempo y forma. Por otro lado, el conductor debe de ser capaz de mantener el "estado de alerta" y observación sobre dos aspectos claves para la seguridad:
La interacción con otros usuarios.
El estado de la vía y sus características.

Calor

Evita conducir o circular en motocicleta durante las horas de mayor agresión solar. Como norma general entre las 13:00 y las 16:00 horas.

Los motociclistas estamos sometidos al riesgo del "golpe de calor". Deberemos hidratarnos con frecuencia cada poco para evitar la pérdida de electrolitos (potasio, sodio), recuerda que uno de los mecanismos de enfriamiento de nuestro cuerpo es la evaporación.

Algunos de los síntomas fundamentales para identificar el riesgo del "golpe de calor" son: sed, nauseas, dolor de cabeza, calambres, letargo y confusión (te recomendamos el uso de mochilas tipo CamelBack).

Equípate con prendas dotadas de buena ventilación y altas capacidades de visibilidad sin abandonar la seguridad ante el impacto o la caída.

Desconfía de la carretera.

"La administración responsable es irresponsable en el mantenimiento de las carreteras"

Desconfía del estado de la carretera. La administración pública responsable es lo suficientemente irresponsable como para no cumplir la ley y las normas técnicas. No creas que las carreteras están bien señalizadas y con el firme en buen estado, en muchas ocasiones existe deformaciones en la superficie de rodadura, áridos, fluidos, cruces, curvas y cambios de rasante de reducida visibilidad sin señalizar, etc.

Desconfía de otros usuarios

Desconfía del resto de los usuarios... no todos están atentos, no todos nos ven, no todos nos respetan... y además en verano proliferan las fiestas en pueblos y ciudades, lo que implica distracción, cansancio y en ocasiones consumo de drogas y alcohol.

Cuando estés próximo a ellos, prepárate para reaccionar y adopta una posición preventiva manteniendo dos dedos sobre la maneta del embrague y dos sobre la del freno (ambos frenos para motocicletas automáticas), teniendo en cuenta también el posicionamiento de las extremidades inferiores.

Posiciónate en el tráfico donde sepas que te vean y te puedan ver, evita en la medida de lo posible los ángulos muertos de los vehículos que te rodean.

Desconfía. Recuerda que la carretera es un elemento vivo por el que transitan animales que en multitud de ocasiones son causa de accidentes de tráfico.

Seguir vivo también depende de ti.

"Los márgenes de seguridad nos dan espacio y el espacio tiempo... para solucionar problemas necesitamos el espacio y en tiempo"

Garantiza en la medida de las posibilidades tu campo visual... no decidas sin ver... incluyendo las trayectorias curvas. Asómate, mira y luego decides.

Circula a una velocidad que te permita detener tu motocicleta dentro de tu campo de visión.

Mantente siempre atento a la conducción, evita las distracciones. Para solucionar problemas necesitamos el tiempo, nuestro tiempo de reacción se encuentra en unos 2 segundos en condiciones de atención normal, este tiempo suponen 66 metros a 120 km/h.

Mantén la distancia de seguridad, incluso la distancia lateral, los márgenes de seguridad en este sentido nos dan el espacio y el espacio tiempo.

Para solucionar problemas necesitamos el espacio y el tiempo.

INSTITUO SEGURIDAD VIAL
DEL MOTOCICLISTA

C/ Pio Baroja nº 11
22520 Fraga (Huesca)

Teléfono: 974 474 630
Correo: isvm@isvm.es

Que debemos hacer en caso de accidente

Proteger el escenario y a las víctimas.

1. Hacer uso del chaleco reflexivo si disponemos de él.
2. Intentar señalizar sin poner en peligro nuestra vida. Preferiblemente desde el arcén si lo hubiera o margen derecho en el sentido de la marcha en su defecto.
3. No bloquear la trayectoria de otros vehículos.
4. Hacerlo a distancia del accidente y con espacio visual que permita al resto de los conductores detener sus vehículos.

Alertar de los hechos.

1. Hacerlo a través de unidades de coordinación llamando por teléfono al 112.
2. Identificarnos nosotros: Nombre y DNI.
3. Describir la situación dando el lugar y los posibles riesgos complementarios (curva de reducida visibilidad, cauce de rio, túnel, puente, etc)

Auxiliar a los heridos.

1. Atender a los heridos tan solo una vez asegurada la zona.
2. No mover a los heridos o víctimas mortales.
3. Si fuera posible y en atención a su gravedad, realizar el acompañamiento manteniendo conversación con los mismos e informándoles de los trámites que se han realizado, reduciendo así el impacto de estos momentos de angustia.
4. Si a las preguntas algo no lo sabemos, diremos que “no lo sabemos”.

¿Qué no hacer?.

1. No suministrar alimentos ni bebidas a los heridos hasta que sea autorizado por personal sanitario cualificado.
2. No retiraremos de la calzada o sus alrededores nada más que aquellos restos de accidente que sean necesarios para restablecer la circulación. Los vestigios son necesarios para la investigación.

Garantizar nuestra seguridad jurídica.

Para ello y si es posible fotografiaremos y/o filmaremos la situación y el tramo anterior a la misma.