Si quieres que te respeten... respeta, (Consejos)

Publicado por acb_web - 14 Dic 2016 00:00

_____

En tus maniobras ¡SACA EL BRAZO Y SEÑALIZA! - La mejor garantía de seguridad

Consejos para circular en bicicleta por la ciudad

Con estos consejos queremos que priorices en **seguridad activa**, previendo las posibles maniobras

irregulares del resto del tráfico y actuando anticipadamente, frente a una seguridad pasiva, por ejemplo protegiéndote con casco para evitar las consecuencias más negativas de un atropello. Lo primero desde nuestro punto de vista, es poner todas las medidas posibles para que no te atropellen, ¿no lo crees así?

Estos consejos quieren ser de ayuda para que un medio tan cómodo, eficaz y sostenible como es la bicicleta ocupe el lugar que le corresponde en nuestra sociedad. Queremos demostrar que "**otra forma de moverse es posible**
"...

1. SENTIDO DE ANTICIPACIÓN

Debido a la gran cantidad de situaciones circulatorias que se dan en casco urbano, la persona que circula en bicicleta tiene que tener muy desarrollado el sentido de anticipación. Esto abarca dos elementos diferenciados:

- Prever lo que van a hacer los vehículos que te rodean y otras circunstancias del tráfico.

- Procurar "alargar la vista", es decir, mirar más allá de las circunstancias inmediatas del tráfico para anticiparte a situaciones comprometidas. Cuanto más amplio sea tu "campo visual", más seguro circularás.

2. ¡SACA EL BRAZO Y SEÑALIZA!

Es fundamental usar el brazo para señalizar cualquier maniobra. Hay que hacerlo de forma clara y con el brazo bien extendido. Ésta es la mejor garantía de seguridad al circular en bici, sobre todo en la ciudad, donde tanto abundan los giros.

Cuando señalices algo con el brazo (un giro, una parada o un cambio de carril) estás dando información a quienes vienen detrás sobre lo que vas a realizar. De esta manera, evitas que realicen alguna maniobra imprudente y que se sobresalten porque no conocen tus intenciones.

Recordamos las diferentes maneras de señalizar y su correcta ejecución:

- Brazo izquierdo extendido si giramos a la izquierda.
- Brazo derecho extendido si giramos a la derecha. También brazo izquierdo doblado hacia arriba en ángulo recto con el antebrazo y con la palma abierta para girar a la derecha.
- Brazo izquierdo moviéndose extendido desde la horizontal hacia abajo y arriba, para indicar una detención.
- Como señalización defensiva en cruces o rotondas (en las que no tomamos la primera salida), para dejar clara tu intención al vehículo que viene detrás, señaliza con el brazo izquierdo extendido horizontalmente.

3. CORRECTA POSICIÓN EN LA CALZADA RESPECTO AL RESTO DE VEHÍCULOS QUE CIRCULAN

Circular por el medio del carril te da seguridad

Lo primero que debes tener en cuenta **al circular es hacerlo por la parte más cercana al centro de tu carril** , evitando los límites de la calzada. De este modo,

aminoras, por un lado, el peligro que entraña transitar por la parte menos visible y, por otro, te muestras menos vulnerable a incidentes como los siguientes:

- La apertura de la puerta de un coche estacionado.

- Una salida inesperada o descuidada de peatones.

- La imposibilidad o limitación de maniobra ante cualquier posible imprevisto cuando un coche se coloca paralelo a ti: coches aparcados más adelante en doble fila, detención del coche que nos precede, baches...

- No dar opción al vehículo posterior para que adelante si el carril izquierdo está ocupado. Si vas pegado a la derecha, el vehículo puede entender que tiene hueco e intente adelantarte sin abandonar el carril, acercándose demasiado a ti.

- Dificultad para efectuar giros con naturalidad y seguridad.

4. ROTONDAS Y GLORIETAS

En las rotondas, circula por el carril externo

Estos elementos constituyen un peligro considerable para los ciclistas. Es desaconsejable circular por el carril interno, pues al intentar salir de la glorieta o rotonda desde dicho carril puedes ser atropellado por los vehículos a motor que circulan a mayor velocidad por el carril externo.

Cuando te incorporas a una rotonda tienes que situarte en el centro del carril externo. Recuerda que no debes pegarte al borde derecho del carril, ya que entonces ofreces un escaso grado de visibilidad sobre tus intenciones y es fácil que se interprete que vas a tomar la primera salida.

Si una vez dentro de la rotonda hay varias salidas y no tomas la primera, continuarás por el centro del carril externo y sacarás el brazo izquierdo para señalizar claramente que no vamos a girar a la derecha. Cuando nos aproximemos a nuestro desvío, entonces cambiaremos de brazo y señalizaremos a la dcha. para indicar nuestra intención de abandonar la glorieta o rotonda en ese punto.

5. CORRECTA POSICIÓN CUANDO BICICLETA Y COCHE ESTÁN AMBOS DETENIDOS

No te sitúes paralelo a los coches

Lo mejor es siempre ponerte delante del coche. Si esto no es posible, te colocarás detrás. Debes evitar situarte en paralelo a un coche, pues ofrece dudas sobre quién debe iniciar la marcha.

6. ¿CÓMO ADELANTAR A UN COCHE MAL APARCADO?

Cuando un coche está mal estacionado, interrumpiendo tu marcha, debes sacar el brazo para indicar a los vehículos que vienen detrás tu intención de bordearlo. Esto tienes que hacerlo con la suficiente anticipación para que la maniobra sea lo más segura y natural posible. Mira por el rabillo del ojo antes de realizar la maniobra y si no estás seguro o o no lo tienes claro, detente tras el obstáculo y espera a que se pueda realizar la maniobra con seguridad.

7. ¿CÓMO EVITAR QUE TE CIERRE UN COCHE?

Indica al resto de vehículos tus acciones

En cruces en los que pretendes seguir de frente: Si circulas por un tramo recto que tiene varios desvíos tanto a izquierda como a derecha, puede ocurrir que los coches que vienen detrás de ti quieran girar. A menudo, esta situación provoca que el vehículo motorizado te cierre al efectuar el giro poco después de haberte adelantado. Esto se acentúa en avenidas de varios carriles. Para evitar esto, si pretendes seguir de frente, pero ves o intuyes que un coche va a realizar un giro, pongamos por caso a la derecha, debes sacar claramente el brazo en horizontal a la izquierda. De esta manera, das una información que advierte a quien conduce el coche de que no vamos a girar a la derecha, sino a seguir de frente Esta misma situación es aplicable para los giros a la izquierda, tan solo invirtiendo el orden de los brazos indicados para señalizar.

En Bifurcaciones en diagonal o en forma de “Y”. Extenderás el brazo que corresponda para informar claramente de tu opción de vía elegida, bien a la izquierda o derecha. Si vas a tomar el ramal derecho no ofrece mayor dificultad. El peligro mayor es si vas a ir a la izquierda. Entonces te debes colocar paulatinamente a ese lado en la dirección de nuestra marcha con la debida antelación y señalizando la maniobra todo el tiempo que dure la misma, con el brazo izquierdo claramente extendido en horizontal.

8. ¿CÓMO ACTUAR ANTE UN CARRIL DE INCORPORACIÓN?

Estas situaciones son peligrosas, evítalas

Cuando se da esta situación, te puedes encontrar entre coches tanto por la vía principal por la que circulas como por la vía secundaria que sirve de incorporación a la tuya. Esto crea inseguridad. Por ello, debes exponerte a esta situación de fragilidad el menor tiempo posible. Para ello, has de mirar a tu derecha para comprobar que tienes un hueco y ponerte hacia ese lado lo más rápidamente posible.

Recordamos que en estas situaciones los vehículos a motor pueden estar saliendo de una autovía o vía rápida, habitualmente a gran velocidad, cuestión que debes tener en cuenta en el momento de calcular tu desvío a la derecha.

Y si no lo tienes claro, la recomendación es detenerse antes de entrar en la intersección y realizar la maniobra cuando la densidad del tráfico sea menor.

9. ¿POR QUÉ CARRIL DEBES CIRCULAR EN LA CALZADA?

Cuando vayas en bicicleta por ciudad, como en cualquier otro vehículo, debes circular por el carril más adecuado a tu destino, es decir, aquel que sea más lógico y seguro para el itinerario que estés realizando. Si el próximo giro va a ser a la izquierda, te colocarás cuanto antes a la izquierda. Recuerda que en bicicleta circulas más despacio que los vehículos a motor, por tanto debes anticiparte todo lo posible.

10. CALLES CON PRIORIDAD DE PASO

Debes tener en cuenta que la prioridad de paso no te hace inmune a un atropello, en el cual como ciclista siempre llevas la peor parte. Por eso, aunque tengas prioridad de paso, debes mantener siempre una circulación defensiva, es decir, actuar como si el coche no te fuese a ver, como si fueses invisible para él, estando preparado para reaccionar si no se percatan de tu presencia y, por tanto, no respetan la prioridad de paso.

Los ciclistas también tenemos obligaciones. En un próximo artículo comentaremos los deberes que tenemos al circular con nuestro vehículo por las vías públicas

¡¡ U S A L A B I C I C L E T A !!

*Recomendaciones extraídas de la guía "**En bicicleta por Gijón**" editada por Asturies ConBici. Descárgala completa aquí en PDF: 1.03 Mb.*

Si te parece interesante este artículo, difúndelo entre tus redes sociales, amigos y familiares.

Leer Más...

==========

Si quieres que te respeten... respeta, (Consejos)
Publicado por xixonman - 14 Dic 2016 08:11

_____

en el artículo hecho en falta la señalización del brazo izquierdo que indica giro a la derecha...Recuerdo que es una seal totalmente vigente y que refleja el código de circulación....Yo la utilizo a diario en mis desplazamientos en bici por Gijón y los conductores de los vehículos a motor la entienden perfectamente....Cuanto más se usa esta senalización como el resto mucho mejor....

El artículo está muy bien pero quizás convendría un dibujo mejor sobre la cuestión donde se reflejen todas las sealizaciones...en el adjunto os hago una propuesta....

Sobre las OBLIGACIONES que tenemos los/as ciclistas lo veo muy oportuno.....

==========

Re: Si quieres que te respeten... respeta, (Consejos)
Publicado por fon - 14 Dic 2016 08:20

_____

xixonman escribió:

en el artículo hecho en falta la señalización del brazo izquierdo que indica giro a la derecha...Recuerdo que es una seal totalmente vigente y que refleja el código de circulación....Yo la utilizo a diario en mis desplazamientos en bici por Gijón y los conductores de los vehículos a motor la entienden perfectamente....Cuanto más se usa esta senalización como el resto mucho mejor....

El artículo está muy bien pero quizás convendría un dibujo mejor sobre la cuestión donde se reflejen todas las sealizaciones...en el adjunto os hago una propuesta....

Sobre las OBLIGACIONES que tenemos los/as ciclistas lo veo muy oportuno.....

Hola Carlos

La señalización que propones está indicada en el artículo

Saludos

==========

Si quieres que te respeten... respeta, (Consejos)
Publicado por xixonman - 16 Dic 2016 10:46

_____

No me he explicado bien....me refería al dibujo no al texto...

==========

Re: Si quieres que te respeten... respeta, (Consejos)
Publicado por fmjuanes - 16 Dic 2016 11:56

_____

Yo en bici nunca usé esa señal, empleo el brazo del lado al que giro, esa señal se usaba fundamentalmente cuando las motos no tenían intermitentes y los giros a la derecha se indicaban con el brazo izquierdo para no soltar la mano derecha del puño del acelerador, en bicicleta no tenemos ese problema y se puede indicar el giro a la derecha con ese mismo brazo, pero cada uno puede elegir la indicación que le sea más cómoda ya que ambas son válidas.

Saludos

Paco

==========

Re: Si quieres que te respeten... respeta, (Consejos)
Publicado por acb_web - 13 Ene 2019 17:14

_____

Consejos para circular en bicicleta por la ciudad

Estas recomendaciones priorizan la seguridad activa frente a la pasiva. Lo primero desde nuestro punto de vista, es poner todas las medidas posibles para que no te atropellen, ¿no lo crees así?.

y recuerda, si quieres que te respeten... respeta.

==========