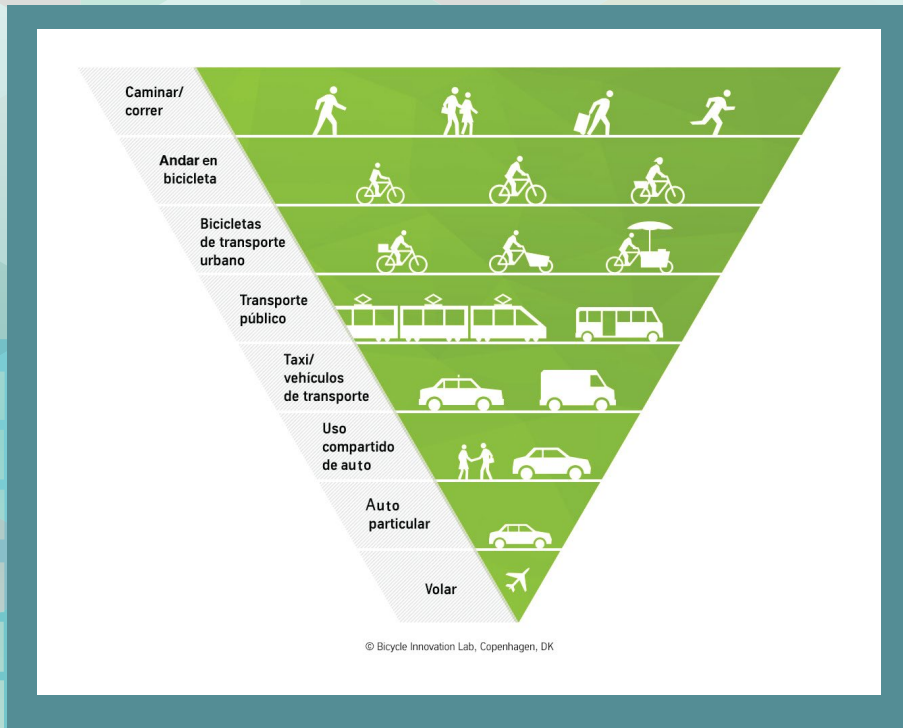


PARA

# QUE TODO VAYA SOBRE RUEDAS

Recomendaciones básicas para la convivencia  
armónica entre peatones, ciclistas y conductores



## PEATONES



Transitar por los lugares destinados para ello, cruzar las calles en las esquinas o por las zonas de paso marcadas, así como por los pasos peatonales a desnivel donde los haya.

Establecer contacto visual con los conductores ya sea directamente o a través de los espejos retrovisores.

Verificar que al momento de colocarse delante o detrás de un vehículo, no esté encendido.

Cruzar calles y avenidas, respetando las señales de tránsito, cerciorándose de que no existe peligro para hacerlo.

Estar atento a los autos estacionados y a sus pasajeros al abrir las puertas.

Utilizar luces y ropa con elementos reflectantes, al caminar o hacer ejercicio con poca visibilidad.

Transitar, preferentemente, por las banquetas de las vialidades, por el lado izquierdo según la dirección de su marcha.

Observar las ruedas delanteras de los automóviles o autobuses, para anticipar si va a dar vuelta.

Impedir la compra y venta de productos u otros artículos en la zona peatonal.

### Evitar: X

- Cruzar una calle si está hablando por el teléfono celular.
- Ingerir bebidas alcohólicas y caminar, puede ser igualmente peligroso que beber y conducir.
- Portar elementos que puedan obstaculizar o afectar el tránsito.
- Usar audífonos.
- Transitar por las carreteras de acceso no restringido ni sobre las vías del ferrocarril, tranvía u otra forma de transporte similar.

## CICLISTAS



Conocer el funcionamiento de la bicicleta, para poder maniobrar con seguridad, estar acostumbrado a ella, que sea de la talla correcta ya que se considera una extensión del cuerpo y esté en perfecto estado mecánico.

Evitar circular media hora antes del anochecer y hasta media hora después de la hora del amanecer, sin portar encendido un dispositivo proyector de luz blanca o amarilla, verde o naranja fosforescente en días de lluvia o neblina y un chaleco retro reflectivo.

Circular siempre en la vía de los automotores, no en las aceras, y rebasar por la izquierda dejando 1.5 metros de distancia, así como verificar el tráfico al cruzar o ingresar a una calle o intersección.

Viajar una sola persona en una bicicleta, salvo que el vehículo esté acondicionado especialmente para ello, como es el caso de la adaptación de sillas para niños.

Utilizar casco protector y asegurar que esté debidamente abrochado.

Usar las manos para indicar vueltas y paradas.

Mantenerse ubicado a la derecha para ser siempre visible a los automotores.

Circular por el lado derecho del carril de la vía y en fila una tras otra, cuando circulen dos a más bicicletas.

Pasar siempre por el lado izquierdo al adelantar autos que están haciendo altos o parados en el semáforo.

Llevar en la parte trasera, un dispositivo que refleje o proyecte la luz roja. Igualmente, llevar dispositivos reflectantes en las ruedas.

Verificar que no existe ningún peligro para efectuar la maniobra, al rebasar a un vehículo estacionado o de menor velocidad.

Portar un teléfono celular, para usarlo en caso de que se presente alguna emergencia.

Manejar respetuosamente; las mismas reglas que aplican a motocicletas son aplicadas a los ciclistas.

Fijar la vista en el camino a unos 5 metros delante de su llanta delantera y dejar que su visión periférica le indique todo lo que está ocurriendo alrededor.

Vestir siempre de forma apropiada, cómoda y segura de modo que sus piernas tengan libertad de acción y sienta un poco de frío al partir; a los 3 minutos de pedaleo ya estará entrando en calor.

Mantener la distancia de seguridad por si un carro frena de manera repentina.

Procurar salir en grupo y evitar ir solo.

Anticipar riesgos al abrir las puertas, con autos que viren en "U" y otras maniobras.

Assumir que los automovilistas no saben que está ahí y circular de manera que no lo alcancen a tocar, incluso si no lo ven.

Rebasar antes de adelantar a un auto que esté parado, dándole paso a otro vehículo, ya que puede que ninguno de ellos se haya percatado de su presencia.



### Impedir

Conducir bicicletas o triciclos por las vías públicas a menores de diez años de edad si no van acompañados por adultos.

Mantener la trayectoria, es decir no vaya de un lado a otro haciendo cambios bruscos de dirección.

### Evitar: X

- Conducir en sentido contrario al tráfico vehicular.
- Pedalear muy pegado a la banqueta si la calle es bastante ancha, andar en línea recta por un camino imaginario de 1.5 metros siempre al lado derecho de la vía.
- Virar en medio del camino ni en medio de autos que estén parados.
- Circular detrás de los camiones o vehículos que impidan la visibilidad.
- Transitar en las carreteras cuya velocidad autorizada sea igual o mayor a 80 kilómetros por hora, excepto en el caso de actividades especiales.
- Circular en las aceras de las vías públicas.
- Sujetarse de otro vehículo en marcha.
- Usar audífonos.
- Imprudencias, tales como soltar las manos del manubrio.
- Hablar por celular mientras ande en bicicleta.
- Irritar a los conductores de automotores intencionalmente.
- Remolcar vehículos en movimiento.

## CONDUCTORES



Transitar, obligatoriamente, por sus respectivos carriles, dentro de las líneas de demarcación, y atravesarlos solamente para efectuar maniobras de rebase o cruce

Anunciar la intención de efectuar un rebase o cruce de una vialidad a otra o de un carril a otro por medio de las luces direccionales y señales ópticas o audibles y efectuar la maniobra de forma que no entorpezca el tránsito, ni ponga en peligro a los demás vehículos o peatones.

Detener completamente el vehículo al llegar a un cruce sin preferencia y donde no haya semáforo, tomar las precauciones debidas e iniciar la marcha cuando le corresponda.

Ceder el paso a los vehículos de ambulancias, cuerpo de bomberos, vehículos de socorro o emergencia y de la policía o ejército orillándose al costado derecho de la vialidad o carril y deteniendo el movimiento del vehículo, cuando anuncien su presencia por medio de luces, sirenas, campanas o cualquier señal óptica o audible.

Evitar frenar intempestivamente o disminuir la velocidad sin cerciorarse que la maniobra no ofrezca peligro.

Respetar las formaciones de tropas, desfiles, columnas motorizadas de fuerza pública, procesiones, entierros, filas estudiantiles y las manifestaciones públicas y actividades deportivas.

### Evitar: X

- Transitar con vehículo automotor o de tracción animal por la zona de seguridad y protección de la vía férrea.
- Impedir acciones que afecten la seguridad en la conducción del vehículo automotor, mientras éste se encuentre en movimiento.