

# Las Precauciones

## ★ Y RECOMENDACIONES ★

Si la bici es tu medio de transporte de cabecera, seguramente vas a enfrentarte a cuestiones propias del ámbito urbano. ¿Qué es lo que hay que tener en cuenta?



### Superficies desparejas

Vías del tren, grietas. Tratá siempre de cruzarlas de manera transversal, para evitar que la rueda entre en la grieta y pierdas el control de la bici. Si hay baches en el pavimento, lo ideal es esquivarlos, pero si no llegás a tiempo tratá de disminuir al máximo la velocidad para no arruinar los neumáticos o el cuadro.



### Pedaleando bajo la lluvia

Si no tenés opción y tenés que salir en bici un día de lluvia, debés extremar las precauciones. Usar ropa impermeable es el primer paso, para no humedecer tu cuerpo. En cuanto a la circulación, reducir la velocidad y girar más lento y con mayor cuidado: cuando llueve es más difícil maniobrar la bici y más fácil caer. Frená con más anticipación, ya que los frenos mojados no reaccionan tan rápido como cuando están secos.



### Visibilidad

Hacete visible! Es importante que los demás conductores te vean: usá prendas claras o de color brillante durante el día, y ropa reflectante y luces durante la noche. Circular por lluvia o durante la noche disminuye no sólo la visibilidad que tengas del entorno, sino que además el resto de los conductores te ven menos. Si te agarra la noche y no tenés luces ni elemento reflectantes, no descanses en tu derecho a circular por el ciclocarril, ni la preferencia que tenga la vía en la que circulás. Actúa completamente a la defensiva, con suma atención.



### Cuidado con los perros

¡Seguro que alguna vez te corrió un perro! O lo que es peor, se cruza en el camino y puede provocar una caída. Lo que debes hacer es alejarte cuanto puedas si ves algún perro con intención de correr. Si en cambio está cerca, lo mejor es ahuyentarlo con un reto fuerte y acelerar para huir de su alcance. En algunos casos no hay mucho tiempo y el perro intenta morderte: ahí tratá de bajarte de la bici y ubicarte detrás de ella para impedir su paso.



### Usá correctamente el candado

- Asegurá tu bici a algo que esté permanentemente clavado en el suelo o la pared, que sea rígido y difícil de romper o separar. Puede ser un poste, una reja, etc. Nunca la ates a árboles pequeños, rejas de madera, o a otras bicicletas.
- Usá los ciccleteros cuando estén disponibles, y sujetá el candado uniendo la bici y la estructura del ciccletero.
- Si apoyás la bici a algún poste, lo más seguro es sujetar el candado desde el cuadro: no lo hagas desde el portaequipajes, canasto, o asiento porque son piezas fácilmente “desarmables”.
- Usá un candado en “U” o una cadena gruesa.

### ¿Qué hacer?

## EN CASO DE ACCIDENTE

Al transitar por la vía pública, es probable que presencias accidentes o que seas parte de alguno de ellos. Lo más importante siempre es mantener la calma, y tratar de actuar con prudencia.

- Si el golpe fue leve, y podés reincorporarte, asegurate de no tener lastimaduras que puedan infectarse, y en tal caso andá a la guardia médica para que te revisen.
- Llevá siempre con vos alguna identificación y si es posible, algún teléfono de un familiar para que puedan ubicar a alguien, si vos no podés hacerlo por tus propios medios.
- Si tuviste algún golpe que te impide moverte, mantené la calma hasta que llegue la ambulancia. No te muevas, ni dejes que los demás intenten hacerlo porque la lesión se puede agravar.
- Si presencias un accidente en el cual hay personas heridas, llamá rápidamente al 107.

### NO TE OLVIDES

La mejor manera de evitar los accidentes o de minimizar sus daños, es teniendo siempre presentes las medidas de seguridad.

- Elementos reflectantes o luces en el vehículo
- Frenos en buen estado
- Casco de seguridad
- Circular por el carril exclusivo, o por la derecha si no hay ciclocarril.
- Anunciar las maniobras antes de doblar, cruzar de carril, frenar, etc.