

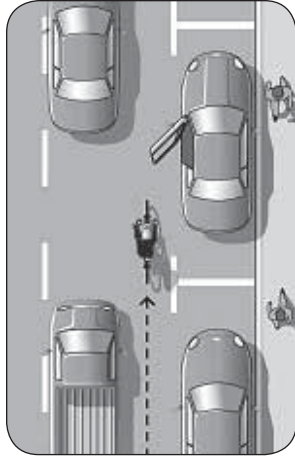
ATENCIÓN

El formato de este folleto es para papel de 8.5x14 pulgadas.

*Después que se imprime se puede plegar por la mitad para que sea más fácil de leer.

Vehículos estacionados

Los ciclistas deben circular lo suficientemente alejados de los vehículos estacionados para evitar darse contra alguna puerta que se pudiera abrir.



Cuándo circular en el carril con el resto del tránsito

Un carril de bicicletas es un **carril de circulación designado** para ciclistas, marcado por una línea blanca continua que típicamente se convierte en una raya punteada en la esquina. A diferencia de una línea blanca simple que muestra la orilla del camino, un carril de bicicletas sigue requisitos específicos de anchura y está marcado claramente como un carril de bicicletas. Muchos caminos no tienen carriles de bicicletas designados de manera que los ciclistas compartirán el carril de circulación a la izquierda de la línea blanca. Si no hay orilla o carril de bicicletas y el carril de circulación es angosto, circule en el centro del carril. Esta acción impedirá que los conductores lo pasen cuando no haya suficiente espacio. Los ciclistas pueden circular a una velocidad de 20 millas por hora (mph) o más. También debe usar el carril de circulación de vehículos cuando usted esté yendo a la misma velocidad que el tránsito que circula a su alrededor. Esta

acción lo mantendrá fuera de los puntos ciegos de los conductores y reducirá problemas con el tránsito que da vuelta a la derecha.

Automovilistas que pasan a los ciclistas

Sea paciente cuando pase a un ciclista. Disminuya su velocidad y pase solamente cuando no sea peligroso hacerlo. **No** fuerce al ciclista a salirse del camino. Si las condiciones del camino y el espacio lo permiten, deje un espacio de por lo menos tres pies cuando pase a un ciclista.

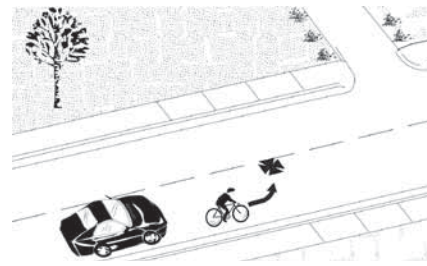
Obedecer los semáforos y las señales de tránsito

Los ciclistas **deben** obedecer las señales de ALTO y los semáforos en rojo. También es una buena idea el hacer alto en luz amarilla — el apurarse a pasar una luz amarilla puede no darle tiempo suficiente para atravesar un cruce antes de que la luz cambie.

Vueltas a la izquierda

Hay dos maneras apropiadas para dar una vuelta a la izquierda cuando circula en bicicleta:

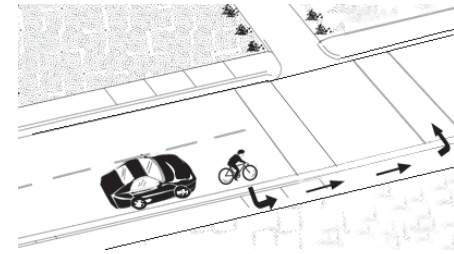
1. Usar otros carriles



Cuando se aproxime a un cruce mire por encima de su hombro izquierdo para ver si viene tránsito. Si no hay tránsito, haga su señal para dar vuelta y váyase hacia el lado izquierdo del carril o hacia el carril izquierdo o hacia el carril central para dar vueltas. Ubíquese de manera que los vehículos que circulan en línea recta no puedan pasarlos por la izquierda mientras usted está dando vuelta a

la izquierda. Ceda el paso al tránsito que circula en sentido contrario antes de dar vuelta. Si usted está circulando en un carril para bicicletas o en un camino de varios carriles, necesita fijarse y hacer su señal cada vez que cambie de carril. Nunca dé una vuelta a la izquierda desde el lado derecho del camino aunque esté circulando en un carril para bicicletas.

2. Usar el cruce peatonal



Aproxímese a un cruce manteniéndose a la derecha. Haga alto y cruce como si fuera un peatón en un cruce peatonal, o bien dé una vuelta de 90 grados hacia la izquierda y proceda como si usted viniera desde la derecha. Si hay un semáforo, espere la luz verde o la señal que indique *WALK/CRUZAR* antes de hacerlo. Ceda el paso a los peatones en el cruce peatonal.



37

Compartir el Camino

Datos Básicos

Consejos de seguridad para ciclistas y automovilistas



www.dmv.ca.gov

Cada año en California más de 100 personas mueren y cientos de miles más resultan lesionadas en choques de bicicleta. Algunos de los choques relacionados con las bicicletas están vinculados a la conducta de los ciclistas mientras que otros se deben a la falta de atención de los automovilistas.

- Los ciclistas que circulan en las vías públicas tienen los mismos derechos y responsabilidades que los automovilistas y están sujetos a las mismas reglas y regulaciones. Vea el *Manual del Automovilista de California* para que se familiarice con dichas reglas.
- Los automovilistas deben fijarse cuidadosamente si hay ciclistas antes de dar vuelta a la izquierda o derecha, al incorporarse al carril de los ciclistas y al abrir puertas del lado del tráfico que está circulando. Respete el derecho de paso de los ciclistas porque tienen derecho a compartir el camino con usted.

Cuatro consejos básicos de seguridad

Los cuatro consejos básicos de seguridad son:

- mantener el control de la bicicleta;
- protegerse a sí mismo — reduzca el riesgo de lesiones en la cabeza usando siempre un casco;
- mantenerse visible, estar alerta y comunicar sus intenciones;
- circular con el tránsito.

Mantener el control de la bicicleta

Hay muchas cosas que se pueden hacer para controlar la bicicleta inclusive en una emergencia. Primero asegúrese que la bicicleta sea del tamaño apropiado y esté ajustada a su tamaño para que le quede bien. Una bicicleta del tamaño correcto es más fácil de controlar, más cómoda y causa menos fatiga. En un taller local de bicicletas le pueden ayudar a escoger la bicicleta del tamaño adecuado para usted. Asegúrese que su bicicleta esté en buen estado de funcionamiento inspeccionándola regularmente.

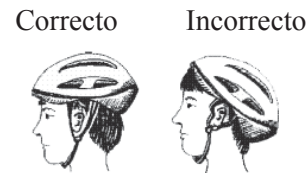
El Código de Vehículos de California (CVC) (disponible sólo en inglés) contiene leyes específicas para ciclistas. Por ejemplo, es ilegal andar en bicicleta bajo la influencia de una bebida alcohólica o de una droga (Sección 21200.5 del CVC).

Las condenas se castigan con una multa de hasta \$250. Si la persona es menor de 21 pero mayor de 13 años, su privilegio de manejar será suspendido por un año o demorado por un año cuando la persona sea elegible para manejar.

Protegerse a sí mismo

Hasta una simple caída puede causar lesiones de vida o muerte en la cabeza. El cerebro es frágil y con frecuencia no sana de la misma manera que una fractura de huesos. El daño causado puede ser de por vida. Los cascos ajustados adecuadamente brindan protección. Por ley, todos los ciclistas menores de 18 años de edad deben usar un casco para ciclista cuando circulan en un camino público (Sección 21212 del CVC).

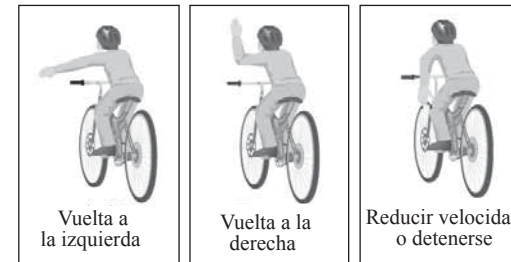
Usar el casco según las instrucciones del fabricante.



Mantenerse visible y estar alerta

Aunque usted obedezca todas las leyes de tránsito siempre existe el riesgo de chocar contra un conductor que no las obedece o que simplemente no lo ve. Ande en bicicleta con cuidado — los vehículos que esperan en las señales de alto, entradas particulares o espacios de estacionamiento pueden cruzarse repentinamente enfrente suyo. Cuídese de los vehículos que lo acaben de pasar y puedan dar vuelta a la derecha así como de los vehículos que vengan en dirección contraria y que puedan dar vuelta a la izquierda enfrente suyo.

Use las señales de mano antes de dar una vuelta o cambiar de carril para alertar al tránsito que pasa a su alrededor. Para señalar una vuelta a la izquierda mire hacia atrás por encima de su hombro izquierdo y luego extienda su brazo izquierdo hacia afuera. Para señalar una vuelta a la derecha mantenga en alto su brazo izquierdo con su codo doblado (también puede hacer la señal manteniendo su brazo derecho extendido y apuntando hacia la derecha). No tiene que mantener su brazo extendido mientras completa la maniobra — usted siempre debe tener por lo menos una mano en el manubrio para mantener el control. Para señalar que va a reducir su velocidad o detenerse, extienda su brazo izquierdo hacia abajo.



Se exige por ley usar luces y reflectores de noche (Sección 21201 del CVC). De noche los ciclistas **deben** llevar el siguiente equipo:

- una luz delantera que emita luz blanca visible a una distancia de 300 pies;
- un reflector trasero de color rojo visible a una distancia de 500 pies;
- un reflector blanco o amarillo en cada pedal o en los zapatos o tobillos del ciclista visible a una distancia de 200 pies;
- un freno que permita que el operador pueda frenar contra pedal en pavimento seco, plano y limpio.

Hágase más visible usando una luz o poniéndose ropa de colores brillantes, tales como amarillo o verde limón. El color rojo parece color negro cuando hay poca luz y no es un buen color para circular durante la noche. Los

espejos le posibilitan prestar mayor atención a su alrededor pero úselos **solamente** como una ayuda. Siempre mire por encima de su hombro para asegurarse que el carril esté libre antes de dar una vuelta o cambiar de carril. Asegúrese que los frenos estén en buen estado de funcionamiento.

Circular con el tránsito

Circule en la misma dirección del tránsito. De esta manera, los conductores que entran a una calle o cambian de carril podrán verlo mejor ya que sabrán dónde fijarse por si hubiera posibles peligros. En una calle de un solo sentido, usted puede circular a la izquierda siempre que circule con el tránsito.

¿Qué tan lejos a la derecha?

Circule a la derecha pero no tan cerca como para darse contra el borde de la banqueta/acera. Podría perder el equilibrio y caerse hacia el tráfico. No circule muy a la derecha:

- cuando evite vehículos estacionados o peligros en el camino;
- cuando un carril sea demasiado angosto para que una bicicleta y un vehículo circulen juntos sin peligro;
- cuando dé una vuelta a la izquierda de modo que los vehículos que circulan en sentido contrario no choquen con usted;
- para evitar problemas con vehículos que dan vuelta a la derecha.

Peligros

Mantenga la vista hacia adelante. Evite circular sobre baches, grava, vidrios rotos, alcantarillas, charcos de profundidad desconocida y otras condiciones del camino que sean peligrosas. Mire sobre su hombro para evitar desviarse repentinamente hacia el tránsito. Cuando sea posible, señale antes de cambiar de carril.