Conducción segura de motocicletas

La motocicleta además de ser un medio de transporte en lo cotidiano, puede transformarse en una valiosa herramienta de movilidad para llevar a cabo diferentes tareas. En algunas ocasiones resulta más conveniente que otro medio de transporte ante condiciones adversas.

Es importante considerar que a diferencia de otros vehículos la motocicleta implica mayor exposición del trabajador, ya que este en caso de accidente se transforma en su propio parachoques.

De todas formas, más allá de los riesgos que puede implicar, existen medidas preventivas adecuadas que involucran un cuidado efectivo en relación a este medio de transporte.

En el siguiente boletín se recomendarán acciones de prevención en cuanto al mantenimiento de la motocicleta, un manejo seguro y elección del casco.

Implicancias de trabajar con motocicleta

La particularidad de usar la moto como medio de transporte es que requiere una serie de cuidados extras ya que la integridad física del conductor se encuentra expuesta.

Por otra parte, si el trabajador utiliza de forma prolongada el vehículo, por ejemplo la mensajería o los *deliverys*, se requiere más atención al mantenimiento y uso del mismo por parte del usuario.

SI bien la motocicleta por su tamaño es versátil, paradójicamente implica la mayor debilidad de este tipo de transporte ya que en caso de chocar con otro vehículo, excepto que sea una bicicleta, el motociclista siempre está en desventaja.

Medidas preventivas a tener en cuenta:

- Tener buen conocimiento técnico sobre el funcionamiento y aspecto mecánico del vehículo, que le permitan dar solución a posibles emergencias en terreno, producto de fallas mecánicas.
- Realizar el mantenimiento preventivo de la motocicleta. Da mayor confianza en su funcionamiento mecánico y seguridad en su conducción.
- Debe ser prudente en su conducción y reconocer los riesgos para poder enfrentarlos adecuadamente.

- Contar con licencia profesional para conducir.

Los conductores experimentados mejoran la estrategia de manejo utilizando el proceso SEE (EEE, en español), un proceso de tres pasos que se utiliza para tomar decisiones adecuadas y aplicarlas correctamente en distintas situaciones de tránsito:

• *Search* (Explorar)
• *Evaluate* (Evaluar)
• *Execute* (Ejecutar)

Explorar

Explore minuciosamente qué hay más adelante, a los lados y atrás para evitar posibles peligros incluso antes de que surjan. Una exploración detallista, tener tiempo y espacio podría eliminar o reducir el daño. Prestar mayor atención en buscar rutas de escape dentro o cerca de las intersecciones, las zonas comerciales, las zonas escolares y las zonas de construcción.

Explorar para detectar factores tales como:
• Tráfico en dirección contraria que podría girar a la izquierda delante de usted.
• Tráfico que viene desde la izquierda y la derecha.
• Tráfico que se acerca desde atrás.
• Condiciones peligrosas de la carretera.

Estar especialmente alerta en zonas con poca visibilidad. Los lugares visualmente congestionados podrían ocultarlo a usted, y a la moto, de los demás.

Evaluar

Pensar qué peligros podrían suceder, anticiparse a los posibles problemas y tener un plan para reducir los riesgos.
Características de la superficie y la ruta, los baches, las defensas viales, los puentes, los postes de teléfono y los árboles no se interpondrán en su camino, pero podrían afectar la estrategia de manejo.

Dispositivos para el control vial: buscar las señales viales, entre ellas, las señales reglamentarias, los carteles de advertencia y las marcas del pavimento para evaluar cuál es la situación más adelante.

Vehículos y otro tráfico que pueden cruzarse y aumentar la posibilidad de que ocurra un choque.

Ejecutar

Decidir. Para crear más espacio y minimizar el posible daño ante un peligro:

• Comunicar su presencia con luces o con la bocina.

• Ajustar la velocidad acelerando, deteniéndose o disminuyendo la velocidad.

• Ajustar posición o dirección.

Si debe sortear más de un peligro, ir paso a paso y resolverlos de a uno. Ajustar la velocidad para separar los dos peligros. Luego, ocuparse de cada uno de ellos a la vez. Es más difícil tomar decisiones cuando hay tres peligros o más. Evaluar las consecuencias de cada uno de ellos y mantenerse a igual distancia con cada uno de los peligros

Recomendaciones para el mantenimiento de la motocicleta

Para prevenir accidentes no solo es necesario un manejo prudente, sino que una medida fundamental es que se considere mantener una regularidad en el control mecánico y técnico de la motocicleta.

Para mantener un buen mantenimiento de la motocicleta es necesario considerar el control de:

- Frenos traseros y delanteros.
- Presión y estado de los neumáticos.
- Tensión y lubricación de la cadena.
- Cables de frenos y embrague.
- Nivel de aceite del motor.
- Luces, espejos, batería, bocina.
- Suspensión y pata de estacionamiento.

Manejo seguro

Las conductas seguras son esenciales y decisivas para prevenir todo tipo de accidentes, para ello es necesario considerar algunos puntos que permitan adoptar medidas de seguridad.

- Señalizar cualquier cambio de dirección que se vaya a efectuar.
- Asegurarse de tener espacio libre para maniobrar.
- Usar el foco encendido durante día y noche, así será visible para otros vehículos y personas.
- Utilizar ropa y accesorios con elementos reflectantes, especialmente en conducción nocturna.
- Conducir la motocicleta por donde lo puedan ver con facilidad.
- Mantener una distancia razonable y prudente con el vehículo de adelante, evitando ubicarse en puntos ciegos.
- Mantener bajo observación al vehículo que tiene detrás a través de los espejos retrovisores.

Los días de lluvia suelen ser de mayor riesgo y predisponen a las caídas por deslizamiento, por lo tanto además de controlar el estado de los neumáticos hay otro tipo de medidas que son muy útiles:

- Utilizar ropa impermeable.
- No conducir por las líneas pintadas en la ruta, ya que la superficie es más resbaladiza.
- Disminuir la velocidad para transitar sobre sectores anegados. A mayor velocidad se pierde adherencia.

La conducción en terrenos con estas condiciones obliga a la utilización de un equipamiento especial para el vehículo y a un dominio acabado de las técnicas de manejo por parte del conductor. Utilizar el tipo de neumáticos de acuerdo al terreno por donde conduce.
Utilizar las huellas de peatones o de animales. Si se conduce por terrenos desconocidos tratar de hacerlo en compañía de otro motociclista, manteniendo una distancia prudente.
En terrenos pedregosos se recomienda sentarse más atrás de lo normal. Conducir a velocidad reducida, sin pasar cambios.
Si por razones del terreno o conducción se sufre una caída con la motocicleta, hay que tratar de no caer bajo ella. No tensar el cuerpo y apegar el mentón al pecho para evitar golpes en la cabeza.

Casco: cómo elegir el más adecuado

Para prevenir un accidente, es importante el casco adecuado en términos de calidad de materiales y de modelo, ya que en la mayoría de las ocasiones se cae en el gusto estético del usuario o en lo que está de moda al momento de comprarlo.

Estadísticas indican que de cada 10 accidentes 7 de los afectados resultaban seriamente lesionados o perdían su vida por no contar con casco al momento del siniestro, esto muestra la grave ausencia del casco a pesar de las leyes que obligan a utilizarlo.

Según organismos especializados en la prevención de accidentes, las posibilidades de fallecer en un accidente se incrementa 15 veces cuando se tripula una motocicleta, la protección que ocupa el casco disminuye las posibilidades de morir hasta un 45% y las de sufrir lesiones graves hasta en un 65%.

Por lo tanto no hay nada más cierto que en caso de accidente, el casco es el único elemento de protección capaz de evitar las lesiones en la cabeza, las más graves. Su uso reduce las muertes en un tercio y evita dos de cada tres lesiones cerebrales, este tipo de lesiones produce el 85% de los muertos y la mitad de los heridos de los accidentes en moto.

El casco no sólo implica una protección efectiva para los accidentes sino también otros beneficios:

- Disminuye el ruido constante en los oídos.
- Evita la molestia del viento en la cara y desvía insectos y otros objetos que vuelan con el viento.
- Contribuye al confort cuando las condiciones climáticas son adversas y disminuye la fatiga del motociclista.

Cuatro componentes trabajan juntos para proteger:

1.- Cubierta exterior: Es usualmente construida de una fibra reforzada de termoplásticos como policarbonato, este es un material bien duro pero diseñado con el propósito de dispersar la energía del impacto para disminuir la fuerza antes de que llegue a la cabeza.

2.- Cubierta interna: Es usualmente construida de poliestireno, este es un colchón que forma una capa densa, absorbe el choque en el momento que el casco para y la cabeza tiende a seguir moviéndose por la inercia se autodestruye si el choque es intenso al desviar las fuerzas del impacto a través del material del casco.

3. – Relleno confortable: Es el esterofón que se encuentra cerca de la cabeza, este ayuda a mantener el confort y ayuda a que el casco quede justo en algunos casos, este relleno puede ser removido por labores de limpieza.

4. – Sistema de retención o correa a través de la barbilla: esta es la pieza que mantiene el casco ajustado a tu cabeza en caso de accidente. Conducir una motocicleta sin las correas bien ajustadas es como conducir un auto sin cinturón de seguridad.

A la hora de comprar un casco, es fundamental que la etiqueta de *Dot* o *Snell* se encuentre adherida dentro o fuera.

Estos, además de otros organismos a nivel internacional, hacen pruebas rigurosas de seguridad a los cascos principalmente en los siguientes cuatro puntos: impacto, penetración, retención y visión periférica.

Otros elementos de protección:

- Protector de ojos o antiparras irrompibles, con buena ventilación para evitar empañamiento y que brinde adecuada protección visual.
- Guantes tipo mosquetero que no impidan la pérdida del tacto al tomar los controles de la motocicleta.
- Botas de caña alta, de cuero.
- Parca acolchada o prenda de similares características.
- También es recomendable el uso de faja protectora de riñones, columna y estómago para conducción en terrenos irregulares.

Fuentes:

- CLAUDET, Sonia. "*Capacitación en Prevención de Riesgos del Tránsito La Bicicleta y la Motocicleta*" , Manual FISO. http://www.achs.cl/portal/trabajadores/Capacitacion/Centro%20de%20Fichas/Documents/prevencion-de-riesgos-en-la-conduccion-de-motocicletas.pdf

- *"Curso de manejo, manual del motociclista",* Motorcycle Safety Foundation. http://www.msf-usa.org/downloads/BRCHandbookV71Spanish.pdf
- "*Manual de motocicletas*", Departamento de vehículos motorizados, District of Columbia. http://dmv.dc.gov/sites/default/files/dc/sites/dmv/publication/attachments/mom_Spanish.pdf