**Seguridad de las Bicicletas**

**PUNTOS DE DISCUSIÓN**

Únete a la iniciativa de seguridad de la Administración Nacional de Seguridad del Tráfico en Carreteras (NHTSA) del Departamento de Transporte de los Estados Unidos, para educar al público sobre la importancia de la seguridad de las bicicletas y para motivar a más personas a viajar de manera segura y no olvidar el uso de casco cuando utilicen este medio de transporte.

**Para los conductores de vehículos**

* La seguridad vial es una responsabilidad compartida. Al conducir, ten cuidado con los ciclistas y nunca manejes distraído o bajo la influencia del alcohol o drogas. Los ciclistas no tienen las mismas protecciones que proporciona un vehículo.
* Si ves un ciclista, reduce la velocidad: La mayoría de las veces, los ciclistas mueren a manos de conductores que los golpean con la parte delantera de sus vehículos, a menudo a altas velocidades.[[1]](#footnote-1) Cuanto mayor sea la velocidad del vehículo, mayor será la probabilidad de que un ciclista sufra lesiones graves o muera.

**Para los ciclistas**

* Así como los cinturones de seguridad ayudan a salvar vidas en un choque automovilístico, los cascos de bicicleta también salvan vidas. Cuando andes en bicicleta, usa siempre casco.
* Un concepto llamado Seguridad en Números (SEN) muestra que, cuando más personas andan en bicicleta, los conductores se comportan de manera más segura en las carreteras. Los estudios de SEN muestran que los conductores manejan con más precaución y los ciclistas están más seguros en las carreteras que tienen más ciclistas.[[2]](#footnote-2)
* En comparación con los automóviles, las bicicletas son más difíciles de ver por su tamaño más pequeño. Coloca reflectores y luces en tu bicicleta y usa ropa brillante y reflectante para que los conductores puedan verte más fácilmente.

**Información general**

* Ir en bicicleta es bueno para el medioambiente y tu salud. También es bueno para tu billetera: andar en bicicleta es una forma económica y confiable de llegar a los lugares a los que deseas ir. Para que los conductores puedan verlo más fácilmente, coloque reflectores y luces en su bicicleta y use ropa reflectante y brillante.
* Menos vehículos en la carretera significa menos contaminación del aire producto del tráfico. A diferencia de los vehículos motorizados, las bicicletas producen 0 impacto ecológico.
* Los informes del Censo de los Estados Unidos han demostrado que las personas de comunidades marginadas y de bajos ingresos, y las comunidades de color a menudo dependen de caminar y viajar en bicicleta como sus principales medios de transporte. Esto significa que andar en bicicleta de forma más segura es fundamental para abordar las desigualdades en el transporte.[[3]](#footnote-3)
* Aunque la seguridad de las bicicletas es importante durante todo el año, durante el Mes Nacional de la Seguridad de las Bicicletas en mayo generamos mayor concientización sobre el tema.

Para más información sobre la seguridad con bicicletas, visita [www.nhtsa.gov/es/seguridad-vial/seguridad-de-las-bicicletas](http://www.nhtsa.gov/es/seguridad-vial/seguridad-de-las-bicicletas).

**Estadísticas**

1. National Center for Statistics and Analysis, 2021 [↑](#footnote-ref-1)
2. Seguridad en Números: Actividad y Seguridad de Peatones y Ciclistas en Minneapolis, 2018 [↑](#footnote-ref-2)
3. Oficina del Censo de los Estados Unidos, 2014 [↑](#footnote-ref-3)