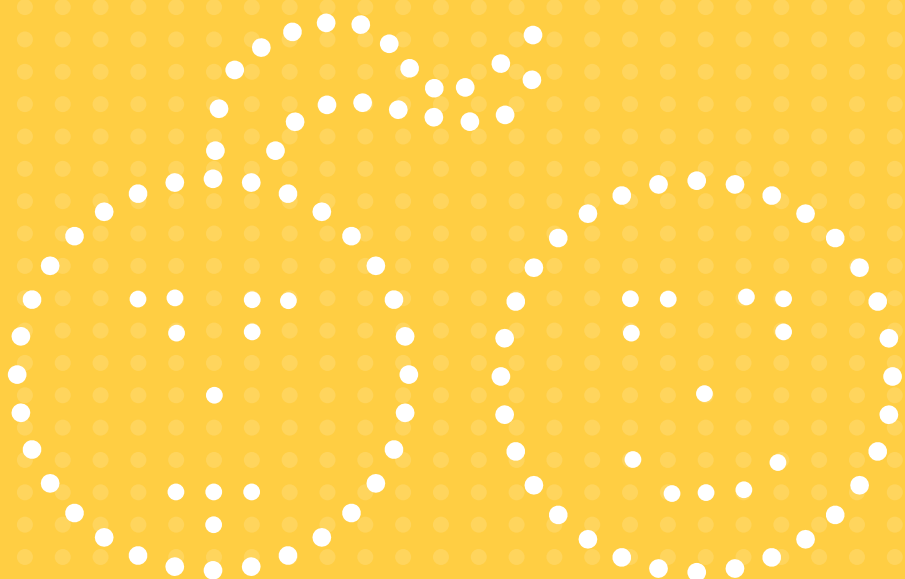




La Educación Vial en los primeros años

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

HERRIZAINGO SAILA

DEPARTAMENTO DE INTERIOR

Edición:	1ª diciembre 2006
Tirada:	2.000 ejemplares
Copyright:	Administración de la Comunidad Autónoma del País Vasco Departamento de Interior
Autor:	Josu García
Fotografía:	F. Gómez, P. Uresti, L. A. Gómez, J. García, S. Fernández y J. Alemany
Diseño:	Noelia Martínez
Coordinador:	Martín Gil Osoro
Producción editorial:	Dorleta S.A.
Impresión:	E. G. Zure S.A.
ISBN:	84-87812-63-5
D.L.:	Bi-315-07

Presentación

Llega un día en la vida de toda familia en que los hijos e hijas quieren salir solos a la calle, sueñan con un ciclomotor o bien desean realizar una excursión larga en bicicleta. Es en esos momentos, pasada la impresión inicial, cuando padres y madres se preguntan si han educado correctamente a sus pequeños en una materia tan importante como la seguridad vial.

Este manual pretende ser una ayuda para que los progenitores o tutores sepan qué aspectos relacionados con la seguridad y el tráfico les serán más útiles a los niños y niñas. Se trata de un compendio de reglas básicas, pero no por ello menos importantes. Al contrario, los consejos que aquí se exponen serán cruciales para que, el día de mañana, los pequeños y pequeñas puedan salir a la calle con total autonomía, habiendo adquirido unos conocimientos, valores y normas fundamentales para desenvolverse con soltura y prudencia en la ciudad. Urbes que, por otro lado, cada vez están más masificadas, con coches más potentes y veloces.

La educación es, además, un instrumento de transformación social. Si inculcamos el respeto por las normas a nuestros hijos e hijas, que serán los peatones, los ciclistas y los conductores del mañana, utilizar nuestras aceras, calles y carreteras será más agradable y humano en el futuro.

Andoni Arriola Garrido, *Director de Tráfico*

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

HERRIZAINGO SAILA
Segurtasun Sailburuordetza
Tráfico Zuzendaritza

DEPARTAMENTO DE INTERIOR
Viceconsejería de Seguridad
Dirección de Tráfico

Índice

CAPÍTULO 1 La importancia de la educación vial

CAPÍTULO 2 En la calle (peatón)

CAPÍTULO 3 En el coche

CAPÍTULO 4 En el autobús escolar y otros transportes públicos

CAPÍTULO 5 En el parque

CAPÍTULO 6 En bicicleta

CAPÍTULO 7 Otras situaciones de interés

La educación vial en los primeros años

- 1.1.-La educación vial como valor social
- 1.2.-Los padres y madres, el ejemplo a seguir
- 1.3.-Metodología. Educar y motivar
 - 2.1.- Identificar las calzadas y la circulación
 - 2.2.- Los semáforos
 - 2.3.- El paso de cebra
 - 2.4.- Cuidado con los coches
 - 2.5.- El agente
 - 3.1.- Los dispositivos de retención infantil
 - 3.2.- Otros dispositivos de seguridad
 - 3.3.- Normativa para transportar menores en motocicletas
 - 3.4.- Comportamiento dentro del turismo
 - 3.5.- Aita y ama al volante
 - 3.6.- En aparcamientos públicos y centros comerciales
 - 4.1.- El autobús escolar
 - 4.2.- En los taxis
 - 5.1.- Monopatines y patines
 - 5.2.- Otros factores de riesgo
 - 6.1.- En los primeros años
 - 6.2.-Preparación de la bicicleta
 - 6.3.-El casco
 - 6.4.- Rutas seguras
 - 6.5.- Normas y pautas de conducción
- 7.1.-La primera salida de mi hijo o hija
- 7.2.- Mi hijo o hija quiere un ciclomotor

CAPÍTULO 1

La importancia de la educación vial



1.1.- La educación vial como valor social

Al final de cada puente festivo o periodo vacacional, los telediarios y periódicos informan de las luctuosas estadísticas sobre los muertos en carretera. Se trata de una trágica realidad contra la que todos nos deberíamos rebelar. Ni una vida más se puede perder por una imprudencia o una actitud temeraria.

En este contexto, la educación vial es la mejor arma para invertir esta tendencia. Conducir de forma segura y correcta debería ser un valor en sí mismo para esta sociedad. Puede que sea un objetivo que aún nos quede lejos, pero que entre todos y todas podemos conseguirlo. La mejor herramienta: concienciar a nuestros hijos e hijas de que es posible conducir de una manera más humana y civilizada. Ello reportará grandes beneficios no sólo para ellos, sino también para el conjunto de la sociedad.

1.2.- Los padres y madres, el ejemplo a seguir

Los padres, madres o educadores son el espejo en el que siempre se miran los niños y niñas. Los adultos debemos ser conscientes de que cualquier comportamiento inapropiado que adoptemos será copiado para mal por ellos. Por esta razón, cada vez que nos pongamos al volante tenemos que ser conscientes de la importancia que tiene nuestra actitud para el aprendizaje de los mismos.

1.3.- Metodología: educar y motivar

Este manual trata de educar siempre desde una postura constructiva. Pretendemos utilizar la motivación y el juego, sin olvidar la firmeza ante situaciones comprometidas.

Así, los educadores deberán ser conscientes de la ecuación informar-motivar-aprender-recompensar. Primero debemos darle a conocer a nuestros hijos e hijas las normas. Después incentivar su imaginación para que las interioricen y las respeten. Finalmente, la puesta en práctica y un premio (puede ser una simple felicitación) para completar este proceso de aprendizaje.



Los padres son el espejo donde se miran los hijos/as.



LA CLAVE

La educación vial es la semilla de un mañana mejor en nuestras carreteras y ciudades.



Informar, educar y motivar

CAPÍTULO 2

En la calle



Las calles, aceras y carreteras de nuestras ciudades son el primer lugar en el que nuestros hijos van a tomar contacto con el resto de usuarios de las vías, sobre todo con los vehículos a motor. En 2004, un total de 14 peatones fallecieron atropellados por automóviles en las ciudades vascas. En 2005 se registraron seis muertes. Esta estadística indica que se hace necesario que, ya a una edad muy temprana, enseñemos a nuestros pequeños las reglas básicas que les ayuden a desenvolverse con total seguridad en el entorno urbano.

2.1.-Identificar las calzadas y la circulación

Desde el momento en que los niños y niñas comienzan a andar de forma autónoma es fundamental no dejarles solos en la calle, sin vigilancia, en ningún momento. En estos primeros años de vida, hasta que el pequeño sea capaz de discernir lo que es un coche y una carretera, es vital llevarle de la mano y sólo relajar este control en zonas realmente seguras.

Al mismo tiempo, el brazo de los padres y madres se convierte en la mejor guía para que los niños y niñas aprendan a ser peatones. Los progenitores son un ejemplo y, al mismo tiempo, el más completo manual de enseñanza. Poco a poco, de forma progresiva, podemos mostrarles lo que es una acera, un bordillo o un rebaje, en definitiva, hacer que interioricen cuáles son los límites entre la calzada y las zonas de libre tránsito para viandantes.

En este sentido, se le debe educar para que nunca traspase estas fronteras sin estar bajo la atenta mirada de un adulto.

2.2.-Los semáforos

Son los primeros elementos reguladores del tráfico que van a aprender los pequeños. Su sencillo mecanismo de colores es fácilmente comprensible y, para muchos niños y niñas, resultan atractivos, sobre todo los nuevos modelos que incorporan muñecos en movimiento y contador de segundos.

Basta con inculcarles dos simples ecuaciones: rojo es igual a peligro; hay que esperar. Y verde: libertad de paso, podemos cruzar, siempre con precaución.



Cruzar siempre de la mano



LA CLAVE

Ayudarle a que identifique la carretera debe ser siempre el primer paso. Una vez que esto se consigue se pueden intentar más cosas para que, de forma progresiva, adquiera una mayor autonomía.



EL JUEGO

Padre y madre e hijo e hija pueden acordar que cuando lleguen al límite de una calzada, ambos digan 'carretera'. Suele ser un entretenimiento que agrada a los niños y niñas, que, al mismo tiempo, captan la atención y confianza de sus progenitores.



Los luminosos que emiten señales acústicas resultan interesantes



EL TRUCO

Hay semáforos que emiten señales acústicas para invidentes. Resultan interesantes para que los pequeños tengan un estímulo más con el que aprender su funcionamiento.

No obstante, es importante enseñarles que, a pesar de que el luminoso indique que podemos atravesar la calzada, conviene mirar a ambos lados para percatarse de que no viene ningún vehículo o que los que hay, están efectivamente parados. Esta regla es especialmente recomendable cuando nos situamos frente a un semáforo de peatones que tiene al lado otro para coches en parpadeante ámbar.

Se hace necesario recordar que nuestros hijos e hijas no deben cruzar la carretera cuando el luminoso verde esté intermitente, señal que está a punto de ponerse en rojo. Es muy importante porque los niños y niñas carecen de la velocidad de reacción y la agilidad de un adulto.

2.3.- El paso de cebra

El paso para peatones tiene que estar siempre en la mente de nuestros hijos e hijas. En este sentido, debemos enseñarles que es preferible caminar diez metros más para emplear una de estas marcas viales que cruzar la calzada por un lugar no habilitado para ello.

¿Cómo atravesar un paso de peatones? Es sencillo. El pequeño o pequeña debe siempre mirar a ambos lados. Y es que no por el hecho de estar en un paso de cebra, debemos cruzar a lo loco. Una vez que nos hemos cerciorado de que no viene ningún vehículo o que los que hay cerca se han detenido por completo, podemos entonces emprender la marcha.

Es recomendable explicarles a los niños y niñas que, si bien el derecho o prioridad sobre los automóviles nos asiste, muchos de estos no respetan la señalización, por lo que siempre hay que pasar con prudencia.

Afortunadamente, en las grandes ciudades, gracias al esfuerzo de las instituciones, muchas aceras se han delimitado con barandillas que conducen al peatón hasta los pasos de cebra. Es importante explicarles a nuestros hijos e hijas que no deben saltar nunca estas vallas.

2.4.- Cuidado con los coches

Pese a emplear aquellos lugares habilitados para cruzar la calzada, es probable que muchas veces lo hagamos por sitios con escasa visibilidad. Es importante que recomen-



Enséñele a su hijo/a a identificar los pasos de cebra

demostramos a nuestros hijos e hijas que permanezcan siempre bien atentos ante esta situación. Más si cabe cuando se produce alguna de estas circunstancias:

-Hay coches mal estacionados en doble fila. Es mejor cruzar la calle alejándonos de ellos. De esta forma, podremos percibir el tráfico de una manera más clara, al tiempo que seremos más visibles para el resto de vehículos.

-Bajamos de un autobús. Es preferible que les digamos a nuestros hijos e hijas que esperen a que el autocar se vaya para cruzar la calle. Nunca deben hacerlo por detrás o inmediatamente por delante. Resulta muy peligroso.

-Hay un coche aparcado y queremos pasar. Nunca hacerlo por detrás y, si se hace, debemos decirle a nuestros hijos e hijas que se cercioren de que no hay conductor en su interior. Los automóviles que dan marcha atrás suelen entrañar bastante riesgo, más aún cuando hablamos de niños, por su escasa estatura.

2.5.-El agente

La función de los agentes de tráfico y policías es crucial para la regulación del tráfico y el cumplimiento del reglamento de circulación. Es por ello muy importante que inculquemos a nuestros hijos el respeto hacia las indicaciones de estos funcionarios públicos.

Los agentes vigilan sobre todo los pasos de peatones a la salida de los colegios. Una mano extendida obliga al viandante a detenerse, mientras que si el agente agita la mano sucesivas veces está indicando que se puede cruzar.



Precaución al bajar del autobús



EL JUEGO

Identificar el verde. Cuando el semáforo está en rojo y padres e hijos esperan, la familia puede jugar a ver quién es el primer miembro del grupo que se da cuenta de que el semáforo cambia de color. El ganador será el primero que grite 'verde'.



Siempre hay que hacer caso al agente

CAPÍTULO 3

En el coche



Los primeros desplazamientos de nuestros hijos e hijas se producen siempre a bordo del coche familiar. Los pequeños aprenden patrones de conducta e imitan a sus progenitores, que se convierten en modelos a seguir. Por ello, además de velar por su seguridad, debemos educarles de forma responsable para que, el día de mañana, cuando sean ellos los conductores, circulen con mesura y prudencia. Hay que estar concienciados de que nuestro vehículo particular es el mejor aula de educación vial.

Por ello, hay diversos aspectos que tenemos que tener en cuenta para poder transmitir valores y cumplir nosotros mismos las normas de circulación.

3.1.- Los dispositivos de retención infantil

Hasta que nuestros hijos superen la altura de 1,35 metros –en tal caso deberá emplear el cinturón del adulto–, estamos obligados a hacer que viajen en nuestro coche con un sistema de seguridad especial. Conocidos de forma coloquial como sillitas infantiles, estos sistemas de retención protegen a los menores en caso de accidente. Son su pequeño cinturón o salvavidas, ya que su peso liviano les hace especialmente sensibles a las maniobras imprevistas, acelerones, frenazos y posibles accidentes.

El dato más elocuente es que reducen hasta en un 75% las lesiones en caso de choque o colisión. En Euskadi, el 95% de los padres afirma utilizar estos dispositivos en los viajes largos, según una investigación desarrollada hace pocos meses por la Fundación Deusto y la Dirección de Tráfico del Gobierno Vasco. El porcentaje baja hasta el 80% en los desplazamientos intermedios y hasta un 75% en trayectos cortos. Recuerde que es vital proteger a su pequeño con estos dispositivos.

No obstante, hay que saber emplear correctamente estos sistemas infantiles. Y es que, en el País Vasco, el 25% de las sillitas se utilizan de forma inadecuada, lo que reduce considerablemente su efectividad, según el citado estudio. Para un óptimo uso, consulte con detenimiento las instrucciones de los fabricantes. No le llevará más de diez minutos y puede salvar la vida de su bebé.



El cinturón de seguridad siempre debe ir puesto



Los bloqueos de puertas y ventanillas son una buena opción.



EL TRUCO

Educar a nuestro hijo o hija enseñándole la importancia de viajar correctamente en la silla infantil puede ser determinante para que, en el futuro, adquiera la buena costumbre de atarse siempre el cinturón de seguridad.

Ojo a: Si va a colocar el sistema de retención infantil en el asiento delantero, recuerde que el airbag del copiloto de su automóvil debe estar desactivado. Además, por corto que sea el trayecto, acomode siempre a su hijo o hija en el sistema de seguridad, preferiblemente en la parte trasera del habitáculo.

Tipos de dispositivos por edades

Como se puede observar en el siguiente gráfico, es el PESO el factor que determina el grupo al que pertenece el niño y el dispositivo de seguridad a emplear. Siguiendo este criterio el Reglamento n° 44 de Naciones Unidas establece 5 grupos:

PESO	DISPOSITIVOS DE RETENCIÓN	EDAD
0-10 kg	Capazo de seguridad para recién nacidos Silla de seguridad en sentido contrario	0-9 meses
0-13 kg	Silla de seguridad en sentido contrario a la marcha	hasta 2 años aprox.
9-18 kg	Silla de seguridad en sentido de la marcha	9 meses a 3 años
15-25 kg	Elevador con respaldo	3-6 años
22-36 kg	Asiento elevador	6-12 años

3.2.-Otros dispositivos de seguridad

Existen también otros sistemas de protección infantil que resultan muy interesantes. Los más comunes son el bloqueo de puertas y ventanillas desde el asiento del conductor. Evitan que el pequeño o pequeña pueda sacar los brazos o salir del vehículo durante la marcha.

Asimismo es importante educar a los niños y niñas para que se apeen del coche de forma adecuada, evitando abrir la puerta que está orientada hacia la carretera.

3.3.-Normativa para transportar menores en motocicletas

Según el reglamento vigente, está prohibido transportar en motocicletas a personas menores de 12 años. Infringir esta norma se castiga con la pérdida de dos puntos del nuevo sistema de carnés. No obstante, como excepción, se permite que los niños mayores de siete años puedan montar, “siempre que los conductores sean los padres o madres, tutores o persona de mayor edad autorizada por ellos”.

Cabe recordar que los acompañantes deberán vestir igualmente el casco obligatorio. Además, si decide montar a su hijo o hija en su motocicleta, sería interesante que estableciera un código de comunicación con las manos para evitar sustos. Por ejemplo, dos toques en el hombro derecho puede significar que algo va mal y que el menor quiere bajar del vehículo.

3.4-Comportamiento dentro del turismo

La regla de oro que debemos enseñar a nuestros hijos e hijas es que no se debe molestar o distraer al conductor. Es importante que establezcamos un buen ambiente dentro del coche, que evite situaciones que puedan alterar a quien esté al volante.

En este sentido, es muy importante la figura del acompañante, sobre todo en viajes largos. Él será el encargado de entretener a los menores. Canciones, comics, juegos clásicos... todo vale para hacer más llevadero el trayecto. También es recomendable realizar paradas cada poco tiempo para que los menores puedan descansar.



Consulte las instrucciones para saber cómo funcionan los dispositivos de retención infantil



Nunca olvide el casco

El buen ambiente debe reinar dentro del coche

EL JUEGO

Uno de los entretenimientos propuestos por el acompañante puede ser el de localizar objetos mientras se circula por la carretera. Por ejemplo, los pequeños sumarán tantos cada vez que vean un coche de color verde, un puente, un perro o un camión. También se les puede enseñar el significado de cada señal de tráfico para que después sean ellos los encargados de identificarlos, contar o inventar cuentos, decir adivinanzas...



Si bebe no conduzca, y menos con niños a bordo



Ojo a: Los reproductores de DVD pueden ser también útiles para que los niños y niñas disfruten de una película, pero si utiliza un dispositivo portátil, recuerde que está prohibido colocarlo en la parte delantera del vehículo, ya que pueden distraer al conductor o conductora.

3.5.- Aita y ama al volante

Los progenitores son el espejo donde los niños y niñas siempre se miran. Los menores observan, aprenden y copian la mayoría de los comportamientos de los mayores. Quieren ser como ellos. Hasta la llegada de la adolescencia, la influencia de la figura paterna y materna es decisiva. Por todo ello, debemos esforzarnos de cara a ser un buen modelo para nuestros pequeños.

Así, cada vez que nos pongamos al volante tenemos que ser conscientes de que nuestros hijos e hijas interiorizarán desde el asiento trasero cada uno de nuestros movimientos, imprudencias o aciertos. Las sillas de retención se convierten entonces en la mejor butaca, en una atalaya privilegiada, para contemplar los hábitos, el comportamiento y la forma de conducción de los progenitores.

Algunos consejos para transmitir valores positivos a nuestros hijos e hijas son:

-Circule con mesura, sin prisas. Si se encuentra nervioso o alterado, mejor no se suba al vehículo.

-Guarde la compostura. Nunca recrimine con violencia verbal o física la actitud de otros conductores. Si es usted hombre, no menosprecie a las mujeres conductoras, porque, además de ser un mal gesto en lo que a la seguridad vial se refiere, estará inculcando valores machistas a su pequeño o pequeña.

-Nunca conduzca tras haber ingerido bebidas alcohólicas. En sus manos está transmitir a los más jóvenes la necesidad de coger medios alternativos de transporte (taxi, autobús, metro...) cuando hemos salido a cenar con los amigos o de fiesta.

-Nunca alardee de su habilidad al volante, contribuirá a que su hijo o hija minusvalore riesgos y situaciones. Recuérdale a su hijo que conducir es una cosa muy seria y que hacerlo de forma imprudente puede traer dramáticas consecuencias.

-Medioambiente. Desplácese en coche sólo cuando sea necesario. No coja su vehículo hasta para ir a comprar el pan y el periódico, como se dice de forma coloquial. Comente con su hijo o hija los problemas ecológicos que entraña el uso insostenible o abuso de este medio de transporte.

3.6.- En aparcamientos públicos y centros comerciales

Pese a que puedan parecer espacios relativamente seguros, donde los coches circulan a velocidades reducidas, los garajes y aparcamientos pueden llegar a ser una fuente de peligro, sobre todo para los más pequeños. La escasa visibilidad existente por la gran cantidad de vehículos estacionados, unida a la reducida altura de nuestros hijos, puede provocar que otros conductores no perciban la presencia de los niños.

Por ello, es necesario tomar dos sencillas medidas de seguridad cuando acudimos con menores a este tipo de equipamientos:

1.- Debemos dejarles claro que no pueden caminar solos y que los garajes no son un lugar para jugar. Es conveniente que los pequeños se desplacen siempre de la mano de sus padres, madres o tutores, que, en cualquier caso, nunca les deberán de perder de vista.

2.- Es importante que les transmitamos a nuestros hijos e hijas que sólo se baja del coche cuando sus progenitores ya están desmontados. Hay que enseñarles que nunca deben situarse detrás de un turismo, porque éste puede dar marcha atrás de forma repentina, al no advertir al pequeño por su corta estatura.



En los centros comerciales, siempre de la mano



EL JUEGO

Puede motivar a su hijo o hija para que permanezca siempre a su lado en este tipo de instalaciones. En el parking de un centro comercial, por ejemplo, es una buena estrategia pedirle que le acompañe a dejar o coger el carrito de la compra.

En el autobús del colegio y otros vehículos públicos



4.1.- El autobús escolar

Cerca de 80.000 menores vascos acuden casi a diario a sus centros educativos en un servicio de transporte por carretera. Es importante que los padres y madres y también los más pequeños conozcan los derechos y obligaciones que comporta emplear esta prestación.

Lo que deben saber los progenitores:

-Los cinturones de seguridad. Como norma general, los asientos de los autobuses escolares deben disponer de sistemas de retención infantil en los asientos que no cuentan con la protección de otro asiento delante, a una distancia máxima de 80 centímetros. Normalmente, esto sucede con las plazas ubicadas en la primera fila, en las situadas junto a las escaleras traseras y en la parte posterior del vehículo. En este último caso, no podrán viajar en ellas aquellos estudiantes menores de cinco años.

Si su hijo o hija ocupa alguno de los citados emplazamientos, deberá utilizar obligatoriamente los cinturones. Si no existen, deberá ponerlo de inmediato en conocimiento de los responsables del transporte o, incluso, puede denunciarlo ante la Ertzaintza.

En el caso de los microbuses de hasta ocho plazas, todos los asientos deberán estar provistos de estos elementos de seguridad pasiva.

-Las inspecciones periódicas. Los vehículos que trasladan a niños y niñas pasan un riguroso control sobre su estado y dispositivos de seguridad. Asimismo, la Ertzaintza realiza verificaciones aleatorias de forma habitual.

-El acompañante. Todos los transportes de escolares están obligados a contar con la figura de una persona mayor de edad que sea distinta al conductor o conductora. Este monitor tiene como misión fundamental velar por la seguridad del pasaje. Para ello, está obligado por ley a conducir a los pequeños desde el autobús hasta la entrada del centro de estudios. Asimismo, tiene que conocer los mecanismos de seguridad del vehículo y debe estar presente desde la primera parada del servicio.

En la red de escuelas públicas de Euskadi existen casi 400 acompañantes. Estos profesionales también desarrollan labores educativas para salvaguardar un comportamiento adecuado de los pequeños.



En el autobús no debemos movernos de nuestro sitio



El buen comportamiento, también hay que mantenerlo en los autobuses urbanos

La figura del
acompañante es muy
importante



Lo que debe enseñar a su hijo o hija

-Un niño o niña por asiento. Es una regla básica. Enséñale a su pequeño que en el autobús del colegio sólo podrá compartir juegos con el compañero que se siente inmediatamente a su lado.

-No levantarse. Transmítale que durante el trayecto no podrá ponerse de pie o sentarse de rodillas en el asiento para mirar hacia delante o hacia atrás. Tampoco se podrá cambiar de sitio o caminar por el pasillo. Asimismo, conciénciele de que cualquier frenazo o curva cerrada puede provocarle un golpe, si no viaja correctamente acomodado.

-Incúlquele la necesidad de respetar la figura del acompañante. La labor de este monitor o monitora es tan importante y debe tener tanta autoridad como un profesor o profesora.

-Por último, pídale que muestre siempre un comportamiento correcto, ya que su seguridad puede estar en juego.

La regla de oro: Quizás el momento más peligroso de un trayecto en autobús escolar se produce al apearse del vehículo. Adviértale a su hijo o hija de que nunca cruce la carretera junto a un autocar ya que el gran volumen de éste impide tener una visión completa de la calzada. Incluso habiendo un paso de peatones es posible que el resto de conductores no



Más de 80.000 menores acuden a diario en autobús al colegio en Euskadi



se aperciban de la presencia del menor. Es preferible esperar a que se marche nuestro autobús para movernos.

4.2.- En el taxi.

Los padres y madres deben tener en cuenta que los menores que no lleguen a la estatura de 1,35 metros están obligados a utilizar siempre en los turismos un sistema de retención infantil. Un requisito que también se exige en los taxis aunque sólo en tramos interurbanos.

Según las últimas modificaciones legales, los conductores de taxi, cuando circulen en tráfico urbano o áreas urbanas de grandes ciudades, podrán transportar a personas cuya estatura no alcance los 135 centímetros sin utilizar un dispositivo de retención homologado adaptado a su talla y a su peso, siempre que ocupen un asiento trasero.

Si va a viajar con su pequeño en este servicio público es aconsejable que aporte usted su propio dispositivo de seguridad, ya que es probable que el taxista no disponga del mismo. En ningún caso se preste a trasladar a su hijo en sus brazos o abrochado a un cinturón convencional, si va a abandonar una vía urbana.



Los parques, las calles peatonales y las zonas de juego son lugares muy concurridos en las ciudades. Estos entornos son frecuentados por personas especialmente sensibles a los golpes y caídas, principalmente niños y ancianos. Es importante concienciar a nuestros hijos e hijas de que su comportamiento debe ser correcto para que no ponga en peligro a otros usuarios que están disfrutando de su tiempo libre.

5.1.- Monopatines y patines

Los pequeños que empleen este tipo de vehículos deberían hacerlo en los lugares especialmente habilitados para ellos: skate-parks y bidegorris. Está prohibido hacerlo por la carretera, a no ser que sea una calle residencial debidamente señalizada. En el caso de zonas peatonales, parques y áreas de ocio, si no tienen más remedio que transitar por ellas, los padres y madres debemos transmitirles la obligación de circular siempre a una velocidad reducida, lo suficientemente baja como para permitirles frenar ante cualquier situación de peligro. La Ley marca que no se debería ir más rápido que el paso de una persona. Hay que respetar al resto de peatones y usuarios, ya que la ciudad la construimos entre todos. Asimismo, conciéncielos de que deben vestir casco y otros protectores, como rodilleras o coderas. En caso de caída, contribuyen a evitar lesiones. Su precio es relativamente barato y se pueden adquirir en cualquier tienda de deportes especializada.

Los pequeños deberán respetar el mobiliario urbano. Patinar saltando bancos o deslizándose por papeleras o barandillas puede provocar daños en un equipamiento que es de todos.

5.2.- Otros factores de riesgo

Si queremos que nuestros hijos e hijas jueguen y disfruten de su ocio con seguridad, hay que advertirles sobre:

-Balones y otros objetos de recreo. No se sale corriendo detrás de la pelota sin mirar, si ésta ha caído a la carretera. Lo ideal es que los pequeños pidan a sus padres y madres que se la recojan. De hacerlo ellos mismos, lo más indicado es seguir unas pautas de actuación que han debido ser transmitidas o acordadas con los progenitores. Se recomienda calma y observar atentamente si se acercan vehículos, tanto en el desplazamiento de ida como en el de vuelta.

-Mascotas. Los perros y otros animales de compañía deberán estar atados para no comprometer la seguridad de otros usuarios del parque e, incluso, la suya propia. Nunca deje a su pequeño a cargo de un can, por ejemplo, si no tiene la suficiente fuerza o preparación para controlarlo.



Existen colectivos que enseñan a patinar gratis



EL TRUCO

Puede llevar a sus hijos o hijas a cursos para aprender a patinar. En Bilbao existe un colectivo (Asociación de Patinaje Urbano Zona Verde, www.cdzonaverde.com) que ofrece clases gratuitas. En Vitoria está también la agrupación Gaubela (www.vitoria.asespat.es), que realiza, a su vez, diversas actividades de enseñanza.



Cuidado con balones y pelotas

En bicicleta



La bicicleta es un transporte óptimo. Fomenta el esfuerzo físico saludable, reduce el tráfico de las urbes y respeta el medio ambiente, ya que no emite ningún tipo de gas contaminante. Los progenitores debemos inculcar a nuestros hijos e hijas la conveniencia de emplear un medio de locomoción de características tan beneficiosas. No obstante, al contrario de lo que sucede en otros países europeos, como Holanda o Alemania, moverse dando pedales por las ciudades del País Vasco y también por las del resto del Estado no resulta fácil e, incluso en muchas ocasiones, hacerlo entraña ciertos peligros.

Es deber de los padres y madres educar a los niños y niñas en el respeto a las normas. También se hace imprescindible enseñar ciertas medidas de autoprotección. El aprendizaje desde pequeños es determinante para una posterior y correcta utilización de la bicicleta.

6.1.- En los primeros años

Cuando nuestros hijos e hijas son todavía muy pequeños, los progenitores pueden optar por montar en bicicleta con ellos. Será una buena medida para inculcarles hábitos y costumbres a la hora de circular. Recuerde que debes respetar en todo momento las normas, ya que los niños y niñas estarán muy atentos a lo que usted haga a los mandos de la bicicleta.

-La silla infantil:

Teniendo en cuenta la edad y el desarrollo de los pequeños, la primera opción a considerar es la silla infantil, que permite a madre e hija ciclar sobre una misma bicicleta. Es fundamental que esté homologada –consulte al vendedor– y, más importante aún, es que atemos bien a los niños y niñas y, sobre todo, que les coloquemos también un casco infantil y protecciones. Procure además no tener ningún susto y circular por zonas totalmente seguras. De lo contrario, podría provocar que su hijo o hija cogiera miedo al ciclismo.

Tradicionalmente los dispositivos infantiles se han colocado en la parte trasera, aunque, en la actualidad una firma catalana está comercializando un modelo delantero que está revolucionando el mercado. Para muchos padres y madres, este nuevo mecanismo confiere una mayor pro-



Mantenga la bicicleta de sus hijos siempre a punto



Sillita de tipo delantero



Es conveniente que las revisiones las haga un profesional



EL TRUCO

Resulta muy cómodo y es más eficaz. Lleve cada cierto tiempo sus bicicletas familiares a un taller o tienda especializada para que las trabaje un profesional. Esto evitará que posponga, una y otra vez, una tarea que resulta fundamental para la seguridad de su hijo o hija. Se pueden encontrar revisiones bastante completas desde 10 ó 12 euros.

tección ante atropellos y caídas. Y es que, en caso de accidente, incluso el progenitor podría abrazar y salvaguardar con sus brazos al pequeño, que, por otro lado, ve todo lo que sucede delante suyo. Los que la han usado afirman que es más segura y divertida. Está homologada y es apta para menores de hasta 3 años (unos 16 kilogramos).

-Dispositivos semiautónomos :

Existen también otros mecanismos que otorgan cierta autonomía a los niños, aunque los adultos siguen teniendo el control de la conducción. Son muy útiles para enseñar y educar. Proceden en su mayoría de Holanda y los dos más conocidos son Trail-Gator y Follow-me (Sígueme). En ambos casos se trata de un sistema de sujeción que permite adherir a la bicicleta del niño o niña a la del padre o madre. El pequeño puede dar pedales, pero nunca guiar el vehículo.

También cabe destacar la existencia de un collarín o cojín cervical especial que evita lesiones en el cuello de los niños y niñas que van montados en una silla infantil de bicicleta.

Para más información:

-Silla delantera

<http://www.sillabicicletainfantil.com>

-Sistemas semiautónomos

<http://www.followme-tandem.com/>

<http://www.trail-gator.com/>

-Collarín especial

http://www.sandini.de/german/sandini_gmbh_home_ger.htm

-La elección de la bicicleta:

Dos parámetros van a ser decisivos a la hora de comprar una bicicleta para nuestros hijos: la seguridad y la talla.

Los frenos, las cubiertas o neumáticos y la suspensión son los elementos de seguridad de primer orden. En su elección, priorice aquellos modelos en los que estos mecanismos sean su punto fuerte. Huya de factores superfluos como la estética o el diseño.

El tamaño de la bicicleta también es importante. El niño o

niña irá más cómodo en una bici adecuada para su estatura. No dé demasiada importancia a las edades recomendadas por los fabricantes, ya que no existe un estándar que sirva para todas las marcas. Además, su hijo o hija puede que sea más alto o más bajo de lo que debería ser normal para su edad. Lo importante es que el sillín y el manillar sean regulables –les durará la bicicleta más tiempo– y estén a su altura.

6.2.-Preparación de la montura

Un porcentaje importante de los accidentes que sufren cada año los ciclistas están relacionados con un mal estado de los materiales o un deficiente mantenimiento de los mismos. En el caso de nuestros hijos o hijas, los progenitores debemos esforzarnos en revisar periódicamente su bicicleta.

Y lo deberíamos hacer en función del uso que le dé nuestro pequeño a su montura. Es decir, a una utilización más intensiva le corresponde una revisión más exhaustiva. Conviene verificar, sobre todo, el estado de los elementos de seguridad activa, como son los frenos, el estado de los neumáticos y la suspensión, sin olvidar otros aspectos como la dirección, los cierres de las ruedas o las posibles holguras que puedan existir.

Los niños y niñas no deberían salir nunca de casa con las ruedas desinfladas o con frenos mermados o inexistentes. Procure que estos elementos funcionen a la perfección. Se requiere por lo menos un notable, no basta con un aprobado raspado.

6.3.- El casco

Obligatorio en vías interurbanas y sólo opcional en ciudad, vestir casco es siempre aconsejable. Enséñale a tu hijo o hija a mostrar aprecio por esta protección, que puede salvarle la vida en caso de caída grave, colisión o accidente.

También es clave que adquiera un modelo que esté homologado –llevan las siglas UE o CE– y cuyo tamaño sea apto para el pequeño. A lo largo de la infancia de tu hijo o hija, deberá de cambiar de casco cada dos o tres años. Piense que es un dinero bien invertido.



Es importante escoger bien la talla de la bicicleta



EL TRUCO

Monte a su hijo o hija en la bicicleta y dígame que coloque las bielas marcando las seis en punto. Ahora pídale que apoye los talones en los pedales. En esta posición, la rodilla de la pierna que no está flexionada debería estar casi totalmente estirada. Si es así, esa es su talla de bicicleta.



Infle regularmente sus ruedas



El casco siempre puesto



EL TRUCO

Hasta hace muy poco, la mayoría de los ciclistas profesionales no usaban el casco en las carreras. Ahora es obligatorio y todos lo llevan, ya que se arriesgan a recibir una fuerte sanción si no lo hacen. Si su hijo o hija es aficionada a este deporte aproveche para decirle que todos los deportistas a los que admira llevan esta protección.

Por último, deberá enseñarle a colocárselo correctamente. Es sencillo: basta con ajustar las correas y colocar la visera del casco de manera que entren un par de dedos entre las cejas y el propio protector.

Otro elemento de seguridad interesante son los guantes. En caso de caída amortiguan el golpe y evitan rasponazos. También puede probar a colocarle coderas y rodilleras, aunque debe fijarse en que estos accesorios no limiten su movilidad. Por último, es preferible que los pequeños vistan ropa de colores claros y llamativos, para que sean fácilmente identificados por conductores, otros ciclistas o peatones.

6.4.- Rutas seguras

Los ciclistas pueden circular por casi todas las vías, salvo autopistas, autovías y caminos peatonales. No obstante, es importante que concienciemos a nuestros hijos e hijas de que sólo empleen aquellas que resultan realmente seguras.

De entrada deberíamos impedir que los menores de edad transiten por carreteras interurbanas. Son las más peligrosas. Más que por el volumen de tráfico —que también en muchos casos—, por la velocidad a la que viajan los automóviles y camiones. Pedalear en estas vías requiere concentración y madurez, por eso no son aptas para ellos.

Lo ideal es que los niños y niñas empleen los bidegorris y caminos especialmente habilitados para ellos. Aquí podrán hacerse con un buen manejo de la bicicleta y adquirir, al mismo tiempo, la confianza suficiente para probar, cuando sean más mayores, con otras vías urbanas. Enséñeles dónde están estos espacios especialmente diseñados para ciclistas y motiveles para que los utilice. Los tramos de enlace, desde casa al carril-bici, se pueden cubrir en otros transportes (coche, metro...) o incluso andando, desmontado.

Es importante que decidáis a nivel familiar por dónde se puede circular y por dónde no.

Si como último extremo, no le queda más remedio y su hijo o hija decide salir a la carretera, no le transmita miedo, pero sí respeto por aquellas vías que llevan un tráfico

excesivo. Ruéguele que respete siempre el código de circulación.

6.5.- Normas y pautas de conducción

Una vez hemos comprobado la bicicleta y hemos establecido unas normas básicas sobre por dónde circular y qué rutas son las seguras, podemos salir ya con nuestro hijos o hijas a montar en bicicleta. Este es el mejor momento para transmitirle algunas pautas de conducción y comportamiento:

-Respeto por la señalización y las normas de tráfico. Los semáforos, los pasos de cebra, las señales verticales y las marcas viales están para ser respetadas. Enséñele a su hijo o hija cuáles son las más importantes y qué se debe hacer en cada caso.

-Ojo con los coches aparcados o con remontar en los semáforos. Los conductores o pasajeros pueden abrir las puertas en cualquier momento para apearse del automóvil. Mucha prudencia y precaución.

-Cuidado con los peatones. Habrá zonas en las que comparta espacios con los viandantes. Muéstrole que se hace necesario en estos casos una reducción considerable de la velocidad y un aumento de la atención.

-Evitar factores de riesgo: Se puede evitar salir a pedalear en los días de lluvia y regresar a casa antes de que se haga de noche. Explíquelo a su pequeño que el asfalto mojado es más peligroso que el seco y que es obligatorio utilizar reflectores y, en algunos casos, luces.

-Fuera auriculares: Debe dejarle claro que no se puede, bajo ninguna circunstancia, emplear cascos para escuchar aparatos de música. La atención disminuye y los pequeños se ven privados del sentido del oído.



Use los bidegorris



Los guantes son un elemento de protección recomendable



Si usted se divierte sus hijos disfrutarán más con la experiencia

Otras situaciones de interés



7.1.-La primera salida de mi hijo o hija

En la vida de toda familia llega un momento en el que el hijo o hija pide a sus progenitores salir a la calle, ya sea solo o en compañía de sus amigos. Para muchos padres se trata de una situación comprometida. El miedo a los coches y las carreteras es grande y los progenitores deben valorar el grado de madurez de su pequeño para consentir estas primeras salidas. Llegados a este punto, el comportamiento de nuestro hijo o hija dependerá en gran medida de la educación que le hayamos transmitido hasta ese momento. No obstante, hay algunos consejos que pueden contribuir a tranquilizar a los progenitores.

1.-Planificar el recorrido. Pregunte a su hijo o hija por dónde se va a mover, a qué sitio desea ir. Puede acompañarle el día anterior a la salida y localizar así los puntos que pueden ser más conflictivos. En esos momentos, debe dejarle claro cómo se debe actuar y qué no se puede hacer de ninguna manera.

2.- No le infunda miedo hacia los coches, puede provocar que se sienta aún más inseguro. Sólo incúlquele respeto hacia los turismos y las normas de circulación. Y transmítale el mensaje positivo de que, si acata estos principios básicos, no tiene por qué sucederle nada.

3.- Ojo con las amistades. Si su hijo o hija va a salir con compañía, se puede ver arrastrado por el comportamiento de sus amigos. A edades tempranas, la influencia del grupo es muy grande y muy difícil de contradecir. Si conoce a los padres o madres del resto de pequeños, quizás puedan acordar unas reglas o normas comunes para estas salidas (no atravesar ésta o aquella carretera, llevar siempre el casco en la bicicleta...). En caso de que no sea así, siempre le puede transmitir a su hijo o hija que no obedecer al grupo es un gesto de personalidad, por el que no se tiene por qué sentir menospreciado.

7.2.-Mi hijo o hija quiere un ciclomotor

Se pueden conducir a partir de los 14 años y es habitual que los adolescentes se los pidan a sus progenitores como regalo 'recompensa' por sacar adelante el curso escolar. Los ciclomotores son motocicletas de pequeña cilindrada (hasta 50 centímetros cúbicos). No desarrollan grandes velocidades y, en teoría, sólo pueden llegar a los 50 Km/h. No obstante, en



Es habitual que los adolescentes pidan un ciclomotor a sus padres



El casco de la motocicleta, siempre puesto



LA CLAVE

Haga que su hijo o hija vista siempre el casco y que lo lleve correctamente atado, de lo contrario no servirá de nada. Según las últimas estadísticas, tres de cada cuatro jóvenes fallecidos en accidentes de ciclomotor no portaba el casco.

la práctica, muchos jóvenes ‘trucan’ estos vehículos son una simple rectificación en el tubo de escape, lo que les permite circular a casi el doble de lo permitido por la normativa.

Si se hace un uso incorrecto (ilegal) de ellos, los ciclomotores resultan muy peligrosos. En el Estado mueren cada año entre 20 y 30 menores de entre 14 y 15 años y 200 resultan heridos de gravedad. La cifra es aún más abultada entre los que tienen de 16 a 19 años. En este contexto, los progenitores deben tener muy en cuenta el uso y la madurez de sus hijos o hijas a la hora de comprarle o dejarle que adquiera un vehículo de estas características.

Por otro lado, en la actualidad se ha suscitado un candente debate sobre la conveniencia de que los menores de 16 años conduzcan estos scooters. Así, el Gobierno central aprobó en julio pasado su Plan de Acción de Seguridad Vial, en el que anuncia su intención de prohibir el pilotaje de estas motocicletas a los adolescentes de 14 y 15 años. Con todo, si usted considera que su hijo o hija esta capacitada para conducir un ciclomotor ha de saber que, a grandes rasgos, estos son los requisitos que debe cumplir:

1-Tener más de 14 años.

2.-Estar en posesión de una licencia de conducción. Para ello debe pasar un examen psicofísico, así como pagar una tasa o precio público. La lista completa de exigencias se puede consultar en la web: <http://www.dgt.es/tramites/conductores/licencias.htm>

3.-Llevar consigo el certificado de características técnicas del ciclomotor. Es una cartulina que suele expedir el departamento de Industria.

4.-Portar el seguro obligatorio. Este debe cubrir la responsabilidad civil y los daños a terceros. Dada la alta siniestralidad de este segmento de población su coste suele ser bastante elevado. Otro apunte importante: si su hijo o hija es menor de 16 años no podrá llevar a ningún compañero, amigo o persona como pasaje, lo que coloquialmente se conoce como ‘paquete’.

Por último, impida a toda costa que su hijo o hija rectifique o ‘truque’ la motocicleta para que ésta pueda alcanzar mayores velocidades. Si se lo permite será cómplice de un delito, ya que esta acción es del todo ilegal.

