

Un conductor formado es un conductor seguro

Consejos básicos de Seguridad Vial



PERCEPCIÓN DEL PROBLEMA

Los accidentes de tráfico son un problema grave de salud. **¿Imaginas los costos sociales y económicos que generan?**



USO DEL CINTURÓN DE SEGURIDAD

Abróchate el cinturón de seguridad, sin holguras, úsalo tanto en ciudad como en carretera y recuérdaselo al resto de ocupantes.



USO DEL REPOSACABEZAS

Regúlate el reposacabezas de forma que quede a la misma altura de la parte superior de la cabeza y recuérdaselo al resto de ocupantes.



LAS DISTRACCIONES EN LA CONDUCCIÓN

Presta atención a **no generar distracciones habituales** en la conducción como hablar por móvil, sintonizar la radio, abrir la guantera, fumar, etc.



CONSEJOS DE COMPRA DEL VEHÍCULO

Si vas a comprar un vehículo, ten en cuenta el **ESP, LUCES XENON, AIRBAG**, etc, como algunas de las posibilidades que mejorarán tu seguridad en la conducción.



EL ESTADO FÍSICO DEL CONDUCTOR

Ventila el vehículo, no ingieras alcohol, evita comidas copiosas y programa los viajes, evitarás así la aparición de la fatiga, el sueño y el estrés.



SISTEMAS DE RETENCIÓN INFANTIL

Utiliza **Sistemas de Retención Infantil homologados**, hasta que los niños alcancen 1,35 metros de altura. Presta especial atención a su instalación firme y correcta.



CONSEJOS DE MANTENIMIENTO

Realiza una **revisión periódica básica de la mecánica general del vehículo** (neumáticos, luces, niveles de líquidos), así como cuidar la limpieza exterior e interior.



CONSEJOS DE CONDUCCIÓN EFICIENTE

Ahorra combustible practicando las técnicas de conducción ecológica y eficiente: mantén la distancia de seguridad, circula a bajas revoluciones y a una velocidad uniforme.



CONDUCTA EN CASO DE EMERGENCIA

En caso de siniestro, ten en cuenta estos pasos a seguir: **1º PROTEGER, 2º AVISAR, 3º SOCORRER**