

Van teniendo más independencia también en sus desplazamientos caminando, en bicicleta o patinete, utilizando el transporte público o conduciendo algún tipo de vehículo a motor según edad.

Su autonomía les permite descubrir y experimentar nuevas vivencias.

Puedes contribuir a que sus vivencias y desplazamientos sean más seguros:

- ▶ Recuerdales los riesgos y cómo evitarlos.
- ▶ Fomenta su autoestima.

Ten en cuenta que a estas edades puede existir:

- ▶ **Baja percepción de riesgo:** la población joven es más propensa a ponerse en riesgo de manera espontánea y en una gran variedad de contextos.
- ▶ **Presión del grupo:** la necesidad de aceptación por parte del grupo puede producir que cedan a la presión y adopten comportamientos de riesgo.



La actividad física tiene múltiples beneficios para la salud en todas las personas, a cualquier edad y tanto en chicas como en chicos.

Recuerdales: la manera más saludable para trasladarse es caminando, montando en bici o patinete, o utilizando el transporte público.

En bici, patinete o monopatín

Mejor con casco

Bicicleta



En caso de caída el casco reduce hasta en un 85 % el riesgo de lesiones

85 %



- ▶ Por la ciudad es obligatorio el uso de casco para los menores de 16 años.
- ▶ En carreteras y vías interurbanas el uso de casco es obligatorio para todas las personas que van en bicicleta.

Patinete eléctrico



Debe llevar siempre un certificado de circulación según normativa



Edad mínima: la establece el propio ayuntamiento por donde se circula.

Por debajo de esta edad tan solo pueden utilizar estos dispositivos en espacios cerrados al tráfico y bajo la vigilancia y responsabilidad de una persona adulta.

Está prohibido:



- ▶ Circular por vías interurbanas, travesías, autovías, autopistas, túneles urbanos y aceras.
- ▶ Superar los 25 km/h.
- ▶ Llevar asiento en el patinete.
- ▶ Ir más de una persona en el patinete.

25 Km/h

En ciclomotor, motocicleta, quad o cuadriciclos



A partir de

15 años
16 años
18 años

- Ciclomotores de dos o tres ruedas y cuadriciclos ligeros. **Permiso AM.**
- Motocicletas con una cilindrada máxima de 125 cc³ y potencia máxima de 11 kW (<15 CV). **Permiso A1.**
- Motocicletas con una potencia máxima de 35 kW (<47 CV) y una relación potencia/peso de 0,2 kW/kg. **Permiso A2.**



Tanto si conducen como si no, recuerda que siempre use el casco

Cuando viaje como pasajero/a en un ciclomotor o motocicleta



- ▶ Avisar para subir y bajar de la moto.
- ▶ Agarrarse bien de manera estable y sin ir incómodo: en las asas traseras, o agarrado a la cintura de la persona que conduce, pero manteniendo una distancia lógica de separación.
- ▶ Vigilar la posición de los pies: no deberán estar demasiado avanzados en la estribera ya que, si no, pueden molestar con la puntera en el talón de la persona que conduce.
- ▶ No distraer a la persona que conduce.

En el coche, da ejemplo



Ponte el cinturón

A partir de

18 años

- Vehículos turismos y vehículos comerciales con Masa Máxima Admitida (MMA) inferior a 3.500 kg y un máximo de nueve plazas incluida la del conductor/a. **Permiso B1.**

IMPORTANTE:



Recuerdale la importancia de usar siempre el cinturón de seguridad tanto en trayectos cortos como si van solos o en compañía.

El cinturón de seguridad disminuye hasta en un 90 % el riesgo de fallecimiento y de heridas graves en la cabeza.

90 %

Alcohol, tabaco y drogas



Infórmale de los efectos que el alcohol y las drogas tienen, sobre todo en cualquiera de sus desplazamientos tanto a pie como en cualquier vehículo ya sea bicicleta, patinete, ciclomotor, motocicleta, coche o cuadriciclos, pudiendo provocar un siniestro vial.

Efectos que puede producir:

- ▶ Falsa seguridad en uno/a mismo/a.
- ▶ Comportamiento imprudente.
- ▶ Menor capacidad de atención y percepción
- ▶ Mala coordinación psicomotora.
- ▶ Fallos en la interpretación.
- ▶ Aumento del tiempo de reacción.

Para más información aquí: <https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevencion/lesiones/seguridadVial/home.htm>