

CONDUCIENDO

MANTÉN LA DISTANCIA DE SEGURIDAD

¿Qué es? La distancia que hay que mantener con el vehículo que nos precede para en caso de frenada brusca no colisionar con él.

Viene dada por la suma de:

- La **distancia de reacción** recorrida desde que percibes el peligro hasta que pisas el freno.
- La **distancia de frenado** recorrida desde que pisas el freno hasta que tu vehículo se detiene totalmente.



Tiempo de reacción



Es el tiempo que transcurre desde que percibes un peligro hasta que consigues pisar el freno. Varía de unas personas a otras. Su valor medio oscila entre los **0,5 y 1 segundos**.

Regla de los 2 segundos

Para evitar un alcance son necesarios mantener, al menos, **2 segundos** de diferencia entre vehículos, que puedes calcular pronunciando "**1.101, 1.102...**" respecto a un punto fijo en la vía.



Si circulas por un túnel



- Mantén una distancia de seguridad de **100 m** o intervalo mínimo de **4 segundos**.
- Si tu vehículo es pesado (**+3.500 kg**), aumenta la distancia de seguridad a **150 m** o intervalo mínimo de **6 segundos**.

Velocidad

- La distancia de seguridad aumenta con la velocidad.
- En condiciones normales y con asfalto seco, a **50 km/h** la distancia de seguridad es de **25 m**, mientras que a **100 km/h** aumenta a **100 m**.



Estado del tiempo



En presencia de **hielo, nieve, lluvia o niebla** aumenta la distancia de frenado y, por tanto, la distancia de seguridad.

Conduce de forma preventiva

Para evitar **colisionar** con el vehículo que te precede mira a lo lejos y presta atención a sus luces de freno e intermitentes.



Estado psicofísico



La **fatiga, estrés, somnolencia, alcohol o psicofármacos** pueden aumentar tu tiempo de reacción.

Mantenimiento

Revisa los **neumáticos, frenos y suspensión** de tu vehículo de forma periódica en un taller autorizado. Su mal estado aumenta la distancia de frenado.

