



POLICÍA NACIONAL
DIRECCIÓN DE SEGURIDAD DE TRÁNSITO



MANUAL DEL CICLISTA



INDICE

Presentación.....	3
Legaliza la propiedad de tu bicicleta.....	4
La bicicleta como medio de recreación	6
Los accidentes de tránsito un riesgo para los ciclistas.....	7
Garantiza el buen estado mecánico de tu bicicleta	9
Normas de circulación del ciclista	10
Circulación segura del ciclista	11
Circulación de ciclistas en rotondas	12
Prohibiciones a los ciclistas	13
Señales manuales de los ciclistas	14
Señales de tránsito.....	15
Sugerencias para un manejo defensivo.....	18
Recomendaciones de seguridad para el ciclista	19

I .- PRESENTACION

La Ley 431, Ley del Régimen Vehicular e Infracciones de Tránsito, regula el régimen de circulación vehicular y peatonal en el territorio nacional. También establece otras disposiciones dirigidas a fortalecer la protección y seguridad ciudadana.

Define como vehículo a todo medio de transporte que circule por la vía pública y la bicicleta como vehículo de tracción humana que circula por las vías, está contemplada dentro de la Ley.

Por lo tanto, los conductores de bicicletas, al igual que los conductores de automóviles, están obligados a cumplir todas las normas establecidas en la ley de tránsito; respetar los altos, detenerse cuando el semáforo está en luz roja, aventajar por la derecha y demás indicaciones establecidas.

Los ciclistas, por movilizarse en vehículos más vulnerables sobre la vía, están mayormente obligados a cumplir las normas de seguridad, ya que solamente así tendrán una mayor protección de sus vidas.

La Dirección de Seguridad de Tránsito de la Policía Nacional para contribuir con la seguridad vial de los ciclistas te presenta este Manual, el cual te será de mucha utilidad si cumplís con las recomendaciones que en él se te brindan.

II.- LEGALIZA LA PROPIEDAD DE TU BICICLETA.

Las Normas Administrativas Complementarias de la Ley 431,"Ley de Régimen de Circulación Vehicular e Infracciones de Tránsito, establece en su Artículo 130 que los vehículos de tracción humana, como la bicicleta, deben estar inscritos en el registro municipal de las alcaldías, quien les otorgará la placa y licencia de circulación, siempre y cuando cumplan con los requisitos establecidos por la policía de tránsito.

Los requisitos son los siguientes:

1. Cédula de Identidad.
2. Factura comercial, documento privado o legal de adquisición.
3. Inspección técnico mecánica, en esta se verificará que cuente con los dispositivos de seguridad: Luz frontal blanca en las bicicletas y luz de posición trasera, tubos retrorreflectivos en los rayos de las ruedas de las bicicletas, cintas retrorreflectivas de color rojo en la parte trasera.
4. Pago de aranceles.



El tener legalizada tu bicicleta te facilitará hacer cualquier gestión financiera o reclamarla con propiedad en caso de robo.

***¡Cumpliendo con la Ley de Tránsito
y la municipalidad,
estarás contribuyendo
a la seguridad vial del país!***



III.- LA BICICLETA COMO MEDIO DE RECREACION.

- La bicicleta es un medio de recreación para niños/as y solo deben conducirla en lugares apropiados, como parques y otras áreas cerradas a los automóviles.
- Los niños/as no deben jugar en sus bicicletas sobre la calle o por donde circulan vehículos automotores, el riesgo de choque o atropellamientos es mayor.



- Los padres o tutores tienen la responsabilidad de proteger o guiar a sus hijos/as para que no jueguen con las bicicletas en las calles o lugares que no prestan seguridad.

En ningún momento se debe permitir que los niños/as circulen por si solos en las calles o carreteras deberán estar acompañados siempre por personas adultas.

Debe garantizarse que la bicicleta del niño/a esté en buen estado mecánico y que el tamaño se corresponda con la edad para el niño (a).

VI.- LOS ACCIDENTES DE TRÁNSITO UN RIESGO PARA LOS CICLISTAS.

Los accidentes de tránsito con ciclistas siempre tienen consecuencias fatales, las probabilidades de no sufrir lesiones o perder la vida son mínimas.



En estos primeros nueve (9) meses del año 2007, las estadísticas de tránsito registran 826 bicicletas involucradas en accidentes de tránsito. Los accidentes con víctimas dejaron treinta y un (31) ciclistas muertos y trescientos treinta y cuatro (334) lesionados.

Niños/as en riesgo de accidentes de tránsito:

Según estos datos, en Nicaragua han perdido la vida, más de tres ciclistas al mes y treinta y cinco (35) han resultado lesionados.

Aproximadamente cada nueve días un ciclista ha perdido la vida y por lo menos diario un ciclista es lesionado.

Estos datos nos deben llevar a reflexionar sobre cuáles son las causas de estos accidentes y como debemos superarlos.

Principales causas de accidentes de ciclistas:

1. No respetar las señales de tránsito.
2. Realizar giros indebidos.
3. Invadir carril.
4. Falta de dispositivos de seguridad del ciclista (casco, foco, cintas reflectantes y ropa de color clara durante la noche).
5. Mal estado mecánico de la bicicleta
6. Conducir contra la vía



¡¡Protege tu vida, conduce tu bicicleta con precaución!!

GARANTIZÁ EL BUEN ESTADO MECÁNICO DE TU BICICLETA.

Garantiza el buen estado mecánico de tu bicicleta:

- 1.- Los frenos delanteros y traseros deben funcionar correctamente y los tacos no deben estar gastados.
- 3.- La cadena debe estar bien ajustada.
- 4.- Los neumáticos deben tener la presión de aire correcta.
- 5.- La orquilla, el timón y la montura deben estar bien ajustados.
- 6.- Los pedales deben estar completos.
- 8.- Los rayos del rin completo y ajustado.
- 9.- Cinta y stop reflectante.
- 10.- Dispositivos de seguridad: Luz frontal blanca y luz de posición trasera, cintas retroreflectivas de color rojo en la parte trasera de las bicicletas.
- 11.- Espejos retrovisores.
- 12.- Pito o bocina.



El ciclista que garantiza el mantenimiento y el chequeo diario a su bicicleta esta protegiendo su vida.

NORMAS DE CIRCULACION DEL CICLISTA

Las bicicletas también son vehículos y tienen definidas normas de circulación; en este caso. Las Normas Administrativas Complementarias establecen en su: ARTÍCULO 71.- Disposiciones especiales para la circulación de vehículos de tracción humana.

Los vehículos de tracción humana, como las bicicletas, carretones, circularán por el borde del lado derecho de la calle o carretera donde existan, y si tuvieran que utilizar la vía, lo harán aproximándose cuanto sea posible al borde derecho de la misma.

No deben llevar pasajeros, ni bultos a no ser que la bicicleta esté diseñada y construida para tal fin.

Atravesar las vías en aquellos lugares donde reúna las condiciones de seguridad para que los conductores (as) puedan reaccionar y detenerse ante la presencia de este tipo de vehículo.

Si circulan de noche, deben utilizar en los rayos delantero y trasero material reflectante, usar ropa clara o con material reflectante y casco de protección.



CIRCULACIÓN SEGURA DEL CICLISTA

Todo ciclista debe de ser disciplinado sobre todo cumplir las normas de seguridad para circular por las diferentes vías del País.

1. Conducir siempre por la Derecha y lo más cerca posible al borde de la calle.
2. Al entrar a una vía principal, ceder el paso a todos los vehículos que circulen en esa vía.
3. Detenerse siempre que llegue a una señal de alto, o de ceda el paso.
4. No conducir contra la vía.
5. Detenerse cuando el semáforo esté en luz roja.
6. Ceder el paso a todos los vehículos de régimen preferente.
7. Obedecer todas las señales de tránsito colocadas en la vía y las señales que haga el agente de tránsito.

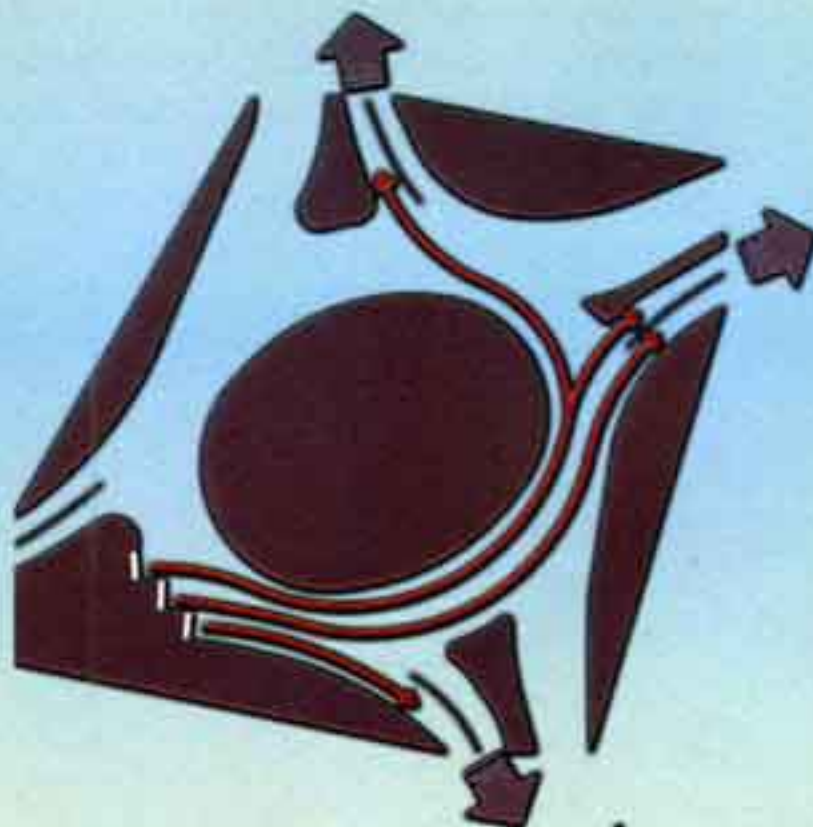


Circulación de ciclistas en rotondas

En las Rotondas no es conveniente que circulen los ciclistas, preferiblemente deben bajarse de la bicicleta y darle la vuelta por las esquinas donde pasan los peatones.

Si decide circular por la rotonda debe cumplir con las disposiciones establecidas en la Ley de Tránsito:

- Seleccionar con antelación el carril.
- Ceder el paso a los que circulan.
- El carril de la derecha para doblar a la derecha, el carril del centro para seguir de frente y el de la izquierda para girar a la izquierda o retornar.
- No cambiar de carril.
- No aventajar.
- No estacionarse.



PROHIBICIONES A LOS CICLISTAS

- No debe viajar más de una persona en bicicleta.
- Queda prohibido realizar el estacionamiento o paradas en todos aquellos lugares donde la señalización así lo establezca:
 - a. En las proximidades de curvas y cambios de rasantes de visibilidad reducida.
 - b. En intersecciones o a menos de 10 metros de las esquinas.
 - c. En los accesos para discapacitados.
 - d. En aceras y andenes.
 - e. En los pasos peatonales.
 - f. Y contra la vía.



SEÑALES MANUALES DE LOS CICLISTAS

Todo conductor de bicicleta debe indicar a los demás conductores la maniobra que va a realizar. La mano izquierda es la que más se utiliza para hacer estas señales, mientras que la mano derecha mantiene el control de la bicicleta. Un buen conductor de bicicleta hace las siguientes señales para evitar accidentes de tránsito.

- a) Para doblar a la derecha, se levanta el brazo izquierdo con la mano hacia arriba, formando un ángulo recto.
- b) Para doblar a la izquierda se debe extender el brazo izquierdo en forma horizontal.
- c) Para detener la bicicleta o disminuir su velocidad, se extiende el brazo izquierdo, con la mano hacia abajo, formando un ángulo recto.



SEÑALES DE TRANSITO.

Los ciclistas también están obligados a cumplir con las señales de tránsito.

Las señales de tránsito son dispositivos que sirven para regular la circulación vehicular a través de símbolos convencionales.

Las señales ayudan a los usuarios a tener una circulación más fluida, cómoda y Segura. Por eso, las señales prohíben, obligan, advierten peligros y proporcionan información oportuna.



Según la Ley 431 de tránsito, las señales de Tránsito se clasifican en restrictivas o reglamentarias, preventivas, informativas y de prevención para la ejecución de obras

Señales Reglamentarias o Restrictivas

Estas señales tienen por objeto notificar a los usuarios las limitaciones y prohibiciones que debe cumplir; la violación significa infracciones a la ley de tránsito. Entre ellas tenemos:

NO CICLISTA

Esta señal indica que no está permitida la circulación de bicicletas en esa zona, por lo tanto, cumplamos con lo que indica la señal y así protegeremos nuestra vida.



SEÑAL DE ALTO.



Esta señal se puede encontrar de forma vertical y horizontal, la cual indica al conductor que debe detener la marcha de la bicicleta, y continuar la marcha en caso que no circule otro vehículo sobre la vía.

SEÑAL DE CEDA EL PASO.



Se observa en forma vertical y horizontal, indicando que se debe de ceder el paso a otros vehículos que circulen en la vía y que pretenden ingresar

NO HAY PASO:

Esta señal indica que por ningún motivo se debe circular en esa dirección.

**NO GIRAR A LA DERECHA O A LA IZQUIERDA.**

Indica que por ninguna circunstancia se puede girar en esa dirección.

El conductor de bicicleta que cumpla estrictamente con estas señales tiene la plena seguridad de proteger su vida.



SUGERENCIAS PARA UN MANEJO DEFENSIVO

El manejo defensivo nos permite reconocer tres momentos interrelacionados que nos ayudan a prevenir la ocurrencia de accidentes de tránsito, estos son:

Reconocer el Peligro: le indica que debe de analizar cada situación que enfrente en su circulación, para determinar si esta le puede ocasionar un conflicto vial, nunca piense que "todo saldrá bien" es decir si, vamos a realizar un cruce en una intersección o carretera, y no hay condiciones para efectuarla esperemos el momento para hacerlo.

Entender la Defensa:

Todo ciclista debe definir la defensa para evitar o propiciar un accidente para ello, debe hacer un ejercicio mental para elegir y ejecutar maniobras preventivas y seguras que contrarresten el tipo de peligro a enfrentar.

Actuar a Tiempo:

- Una vez que ha observado el peligro y eligió las maniobras para su defensa, "actúe con celeridad" sobre los controles de su vehículo.
- Al circular por la vía pública, debes tener extremo cuidado con los vehículos de transporte público, debido a sus funciones, en ocasiones se detienen repentinamente.

RECOMENDACIONES DE SEGURIDAD PARA EL CICLISTA.

- Siempre circula a la derecha de tu carril.
- Maneja con precaución – Sigue las mismas trayectorias que los vehículos de motor y sin zigzaguar.
- Obedece las señales de tránsito (semáforos, señales y carriles)
- Realiza las señales a brazos para avisar a los otros conductores la maniobra que vas a realizar
- Protege tu cabeza, utiliza siempre el casco protector.
- No gires para retornar en las mismas calles por donde circulas.
- Toma mayores precauciones cuando circulen buses o transporte pesado.
- Con este instructivo pensamos que vamos a reducir las victimas de accidentes con ciclistas por que van a estar dotados de instrumento normativo.
- Ciclistas demostremos nuestro civismo a los demás conductores cumplamos con la ley de tránsito y así contribuyen a mejorar la seguridad vial en Nicaragua.