

## CONDICIONES ADVERSAS

Las variaciones en las condiciones climatológicas debido al frío influyen drásticamente en la conducción habitual por varios motivos, entre los que se encuentran la falta de visibilidad, la fatiga y muy especialmente en la respuesta de nuestro vehículo.



## PREVENCIÓN ANTES DEL MAL TIEMPO

- ❖ Realiza el mantenimiento de tu vehículo, revisa niveles y especialmente el nivel de refrigerante fijándote en el rango temperatura de congelación del mismo, el estado de los neumáticos, las lunas delanteras y traseras (y sus correspondientes limpiaparabrisas), así como todas las luces.
- ❖ Si tu coche está a la intemperie y hay previsión de nevada, levanta los limpiaparabrisas de la luneta, para que si cae mucha nieve no los rompa. Nunca actives los mismos si están cubiertos.

- ❖ Selecciona el tipo de neumático según las condiciones climatológicas en las que habitualmente conduzcas. Existen neumáticos de verano, invierno y todas las estaciones. Los que cuentan con mejor agarre para condiciones invernales como son el frío, la lluvia y la nieve o hielo, son los de invierno o todas las estaciones, además disminuyen la distancia necesaria para frenar por debajo de 7°C.
- ❖ Si usas neumáticos de verano, lleva cadenas en invierno. Familiarízate con su uso e instalación antes de tener que usarlas. Consulta el manual del fabricante de tu vehículo.

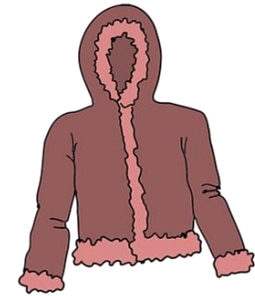


- ❖ Cuenta con un raspador para nieve y hielo.
- ❖ Dispón de una linterna de emergencia.

## SI NECESITAS CONDUCIR A PESAR DEL MAL TIEMPO

- ❖ En caso de tener que desplazarte, consulta la predicción meteorológica y el estado de las carreteras. En situaciones adversas climatológicas no te desplaces y de ser necesario, equípate adecuadamente, procurando hacer el recorrido de día.

- ❖ Utiliza carreteras principales, ya que estas suelen estar en mejor estado y cuentan con mayor mantenimiento.
- ❖ Prepara incluso tu indumentaria; existe la posibilidad de quedar inmovilizado. Por ello debes llevar:
  - El depósito de combustible lleno.
  - El móvil cargado y en caso necesario, una batería de repuesto.
  - Ropa de abrigo, incluyendo guantes, gorro y mantas. Incluye gafas de sol para evitar deslumbramientos por hielo o nieve.



- ❖ Limpia completamente las lunas y comprueba el funcionamiento del limpiaparabrisas y que su líquido correspondiente sea el adecuado.

## SI TE ENCUENTRAS CON HIELO O NIEVE

- ❖ Aunque veas la carretera aparentemente limpia, no te confíes porque las placas de hielo a veces pasan desapercibidas. Sospecha que puede haber hielo en las zonas más umbrías, por lo que antes de llegar a las mismas reduce la velocidad y cuando las pases hazlo manteniendo la trayectoria y la velocidad.

❖ Coloca las cadenas en cuanto la carretera se tiña de blanco.

❖ Conduce de manera suave. No realices acelerones o frenazos bruscos. Para acelerar, hazlo poco a poco y en marchas largas.

Para frenar puedes levantar el pie del acelerador con suavidad y en caso necesario reduce marchas. Mientras circules, evita giros bruscos del volante.

❖ Aminorar la velocidad lentamente; circular más despacio te dará mayor control sobre el vehículo y reducirá la distancia de detención.

❖ Incrementa la distancia con el vehículo que te precede.

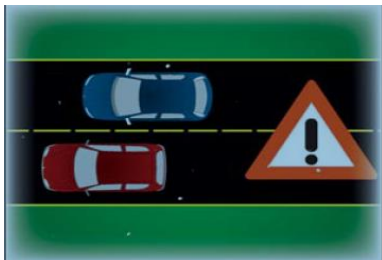
❖ Intenta seguir las marcas que han dejado otros vehículos.

❖ Circula con marchas más largas. Esto disminuirá las revoluciones del motor y mejorarán el agarre de las ruedas evitando que éstas patinen.

❖ Utiliza las luces antiniebla en caso de mala visibilidad.

❖ Estaciona fuera de la carretera si la situación es extrema.

❖ Evita los adelantamientos; la distancia necesaria es mucho mayor. Además, nunca adelantes a las máquinas quitanieves.



## PROBLEMAS EN MANTENER LA TRAYECTORIA DEL AUTOMÓVIL

❖ En caso de que el vehículo sobrevire (gire más de lo debido por la parte trasera), debes girar el volante en el sentido contrario para contrarrestar el efecto y mantener el pedal del acelerador en la misma posición. Con esto conseguirás que el coche tienda a ir en línea recta recuperando en gran medida la trayectoria.

❖ Cuando el vehículo subvire (la parte delantera no responde y tiende a continuar en línea recta), endereza el volante y a continuación, giralo muy suavemente hacia la dirección en la que quieres ir.

❖ Para disminuir la velocidad utiliza el freno motor bajando la marcha engranada y utiliza el freno con suavidad. No pises el embrague (salvo para cambiar de marcha) pues esto elimina totalmente el efecto del freno motor.

❖ En caso de tener que realizar una frenada de emergencia, hazlo manteniendo la trayectoria del mismo recta, reduce marchas y pisa el pedal de freno. Si notas deslizamiento del vehículo, reduce la presión, salvo que cuentes con Sistema ABS de frenado.

Recomendaciones para circular con seguridad en condiciones adversas

# CONDUCCIÓN HIELO Y NIEVE



  
**FREMAP**

Mutua Colaboradora con la Seguridad Social nº 61



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE INCLUSIÓN, SEGURIDAD SOCIAL Y MIGRACIONES

SECRETARÍA DEL ESTADO DE LA SEGURIDAD SOCIAL Y PENSIONES  
DIRECCIÓN GENERAL DE ORGANIZACIÓN DE LA SEGURIDAD SOCIAL

PLAN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS DE LA SEGURIDAD SOCIAL 2021