

## ¿Sabías que...?



Lo fundamental en las motocicletas es la **protección** del piloto y pasajero, siendo **la cabeza la parte más frágil** y en la que más lesiones se producen.

El **casco es el mejor elemento de protección** para motoristas descubierto hasta el momento. Cuatro razones principales para utilizarlo:

- Evita los golpes directos de la cabeza con el pavimento, con otros vehículos o con elementos contundentes.
- Nos protege de la penetración de objetos extraños en la cabeza, como piedras, hierros e insectos.
- Absorbe parte de la energía del impacto y la distribuye por toda la estructura.
- Evita la abrasión que sufriría la cara y la cabeza al arrastrarse por el pavimento.

## Usa un buen equipamiento

Ten en cuenta que los **cascos integrales** (protegen cabeza, cara y mandíbula) **son más seguros que los convencionales** (sólo protegen la cabeza).

Para saber si la **talla del casco es la correcta**, con él puesto, muévelo con las manos de un lado a otro. Debes notar que la piel se mueve con el casco. Si el casco “baila”, la talla es demasiado grande.



**Casco:** Imprescindible, es la protección más importante. Fabricados en un tricompuesto de carbono, kevlar y fibra de carbono

**Ropa especial:** Protege del frío y las caídas

**Espaldera:** Protección contra lesiones de columna

**Gautes:** Muy importantes porque las manos son lo primero que se pone en caso de caída

**Hombreras, coderas y rodilleras:** Integradas en el traje, de material plástico acolchado y elástico para facilitar el movimiento

**Botas:** con protecciones en las espinillas y los tobillos

## Otras recomendaciones

- **Hazte ver:** utiliza casco e indumentaria de colores claros, lleva la luz de cruce siempre encendida, no circules en los ángulos muertos de otros vehículos y señaliza siempre para avisar al resto de conductores de tus maniobras.
- **Extrema la precaución cuando circules con un acompañante**, cuyos movimientos pueden desequilibrarte; ten en cuenta que el peso del conjunto es mayor, **el centro de gravedad puede variar y la distancia de frenado se incrementa sensiblemente.**
- Si hay retenciones **no zigzaguees entre los demás vehículos**, puedes encontrarte con un cambio de carril intempestivo o una puerta que se abre en tu camino.
- Utiliza maletas o alforjas adecuadas para el transporte de cargas y no sobrepases el peso máximo permitido. **Nunca transportes nada a la espalda, ya que en caso de caída podría agravar seriamente las lesiones.**

