

GOBIERNO DE NAVARRA

DESARROLLO ECONÓMICO

DERECHOS SOCIALES

HACIENDA Y POLÍTICA FINANCIERA

PRESIDENCIA, FUNCIÓN PÚBLICA,  
INTERIOR Y JUSTICIARELACIONES CIUDADANAS E  
INSTITUCIONALES

EDUCACIÓN

SALUD

CULTURA, DEPORTE Y JUVENTUD

DESARROLLO RURAL, MEDIO  
AMBIENTE Y ADMINISTRACIÓN LOCAL

SEGURIDAD Y EMERGENCIAS

## El Gobierno de Navarra difunde un folleto con consejos de seguridad dirigidos a ciclistas

*Se distribuirá en centros educativos, centros de salud, clubes ciclistas, comercios de venta y reparación de bicicletas y colectivos relacionados con esta actividad*

Viernes, 20 de enero de 2017

El Gobierno de Navarra ha editado un folleto, con el lema “Vive en bici de forma segura”, con consejos y recomendaciones de seguridad para los ciclistas, un colectivo que entre el 2010 y 2015 ha contabilizado 169 accidentes en Navarra, con 12 personas fallecidas, 38 heridas graves y 124 personas heridas leves.

El tríptico, del que se han editado 32.000 ejemplares, cuenta con versiones en [castellano](#) (24.000 unidades) y [euskera](#) (8.000 unidades), hace hincapié en el uso del

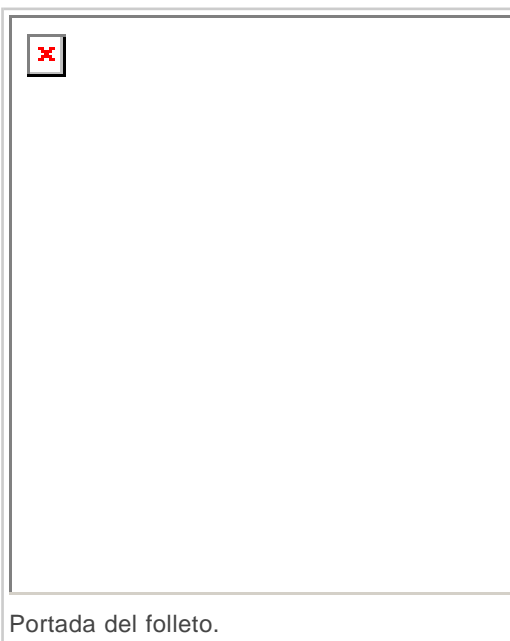
casco, la visibilidad (alumbrado, vestimenta y reflectantes), el evitar las distracciones (utilización del móvil y auriculares) y no conducir bajo los efectos de alcohol y/o drogas. Va a ser distribuido en centros educativos, centros de salud, clubes ciclistas (a través de la Federación Navarra de Ciclismo), comercios de venta y reparación de bicicletas, el parque polo, y otras entidades y colectivos relacionados con el ciclismo.

La difusión de esta publicación es una de las iniciativas adoptadas en el seno del [grupo de trabajo](#) sobre seguridad de los ciclistas creado hace ahora un año en el marco de la Estrategia Navarra de Seguridad Vial.

### El uso del casco reduce la mortalidad en un 85%

En lo que se refiere al casco, la publicación recuerda que su uso es siempre obligatorio para los menores de 16 años y, en el caso de las personas de más edad, cuando circulan por carretera. El casco debe ir bien sujeto y debe estar homologado por la CE. Según recuerda, el uso del casco reduce un 85% la mortalidad y un 70% el riesgo de lesiones en la cabeza.

Las distracciones constituyen la primera causa de accidentabilidad



Portada del folleto.

y los elementos que más frecuentemente se ven implicados en ello son el teléfono móvil y los auriculares. Además, el uso de ambos objetos está prohibido cuando se circula en bicicleta.

Garantizar la visibilidad es otra de las recomendaciones, ya que parte de los accidentes se produce porque los conductores no ven a los ciclistas. Para ello, recuerda la necesidad de instalar alumbrado en la bicicleta. Concretamente, el reglamento vigente exige llevar una luz de posición blanca en la parte delantera, una luz de posición roja en la parte trasera, y también en la parte trasera un catadióptrico rojo que no sea triangular. Recomienda también vestir ropa clara, especialmente amarilla o naranja de alta visibilidad y, a ser posible, utilizar chaleco reflectante.

Finalmente, se hace referencia al consumo de alcohol y drogas, indicando que la conducción de bicicletas bajo el efecto de estas sustancias constituye una falta grave. La tasa máxima de alcohol permitida es de 0,25 mg en aire expirado.