



# Adolescentes: moviéndose de forma segura

SEGURIDAD  
VIAL  
13-18 AÑOS

**Van teniendo más independencia** también en sus desplazamientos caminando, en bicicleta o patinete, utilizando el transporte público o conduciendo algún tipo de vehículo a motor según la edad.

## Su autonomía les permite descubrir y experimentar nuevas vivencias

Puedes contribuir a que sus vivencias y desplazamientos sean más seguros:

- Recuérdales los riesgos y **cómo evitarlos**
- **Fomenta su autoestima.**

Ten en cuenta que a estas edades puede existir:

- **Baja percepción de riesgo:** la población joven, es más propensa a ponerse en riesgo de manera espontánea, y en una gran variedad de contextos.
- **Presión del grupo:** La necesidad de aceptación por parte del grupo puede producir que cedan a la presión y adopten comportamientos de riesgo.

Yo controlo



Yo me muevo sola

Yo soy parte del grupo

La **actividad física** tiene múltiples beneficios para la salud en todas las personas, a cualquier edad y tanto en chicas como en chicos.

Recuérdales: la **manera más saludable para trasladarse es caminando, montando en bici o patinete** o utilizando el transporte público.

## En bici, patinete o monopatín

Mejor con casco



### Bicicleta



**Menores de 16 años en bicicleta:**

- Deben llevar **casco** cuando circulen por ciudad.
- En **carreteras y vías interurbanas** el uso obligatorio es para todas las personas que van en bicicleta.

En caso de caída, el casco reduce hasta un 85% el riesgo de lesiones

### Patinete eléctrico Debe llevar siempre un certificado de circulación



**Edad mínima:** la establece el propio ayuntamiento por donde se circula.

Por debajo de esta edad mínima tan solo pueden utilizar estos dispositivos de movilidad en espacios cerrados al tráfico y bajo la vigilancia y responsabilidad de una persona adulta.



**Está prohibido**

- Circular por vías interurbanas, travesías, autovías, autopistas, túneles urbanos y aceras.

**Está prohibido**

- Superar los 25 km/h.
- Llevar asiento en el patinete.
- Ir más de una persona en el patinete.

# El trayecto seguro De la infancia a la adolescencia

## En ciclomotor, motocicleta, quad o cuadraciclos

A partir de

- 15 años** Ciclomotores de dos o tres ruedas y cuadraciclos ligeros. **Permiso AM.**
- 16 años** Motocicletas con una cilindrada máxima de 125 cc y potencia máxima de 11 kW/15 CV. **Permiso A1.**
- 18 años** Motocicletas con una potencia máxima de 35 kW (47 CV) y una relación potencia/peso de 0,2 kW/kg. **Permiso A2.**



Tanto si conducen como si no, recuérdale que **siempre use el casco**

### Cuando viaje como pasajero/a en un ciclomotor o motocicleta

- Avisar para subir y bajar de la moto.
- Agarrarse bien de manera estable y sin ir incómodo: en las asas traseras o agarrado a la cintura de la persona que conduce pero manteniendo una distancia lógica de separación.
- Vigilar la posición de los pies: no deberán estar demasiado avanzados en la estribera ya que, si no, pueden molestar con la puntera en el talón de la persona que conduce.
- No distraer a la persona que conduce.

### En el coche, da ejemplo



A partir de  
**18 años**

Vehículos turismos y vehículos comerciales con Masa Máxima Admitida (MMA) inferior a 3.500 kg y un máximo de nueve plazas incluida la del conductor/a. **Permiso B1**

**IMPORTANTE** Recuérdale la importancia de usar siempre el cinturón de seguridad tanto en trayectos cortos como si van solos o en compañía.

El cinturón de seguridad **disminuye en un 90% el riesgo** de fallecimiento y de heridas graves en la cabeza.

### Alcohol, tabaco y drogas



Infórmale de los efectos que el alcohol y las drogas tienen, sobre todo en cualquiera de sus desplazamientos tanto a pie como en cualquier vehículo **ya sea bicicleta, patinete, ciclomotor, motocicleta, coche o cuadraciclos, pudiendo provocar un siniestro vial.**

### Efectos que pueden producir:

- Falsa seguridad en uno/a mismo/a.
- Mala coordinación psicomotora.
- Comportamiento imprudente.
- Fallos en la interpretación.
- Menor atención.