

12 Técnicas de Conducción

12.1 Conducción preventiva

Su finalidad es que el conductor, mediante la adecuada gestión de la información que recibe del entorno, esté preparado para responder ante cualquier imprevisto.

Los principios de la conducción preventiva son:

- **Visión:** Qué, dónde y cómo miramos.
- **Anticipación:** Adelantarse a los acontecimientos que pudieran suceder.
- **Espacio:** Gestión de la separación que se debe mantener con los demás vehículos.

12.1.1 Visión

- **Mirar lo más lejos posible:** Se debe mirar aproximadamente dónde se estará al cabo de **20 segundos**.
- **Mirar a los lados:** Especialmente en intersecciones, y en las proximidades de pasos para peatones o para ciclistas.
- **Mirar de forma breve y frecuente por los retrovisores:** Aproximadamente cada **5-10 segundos en poblado y en carreteras con mucho tráfico**, y cada **10-15 segundos en carreteras con poco tráfico, autovías y autopistas**.
- **Girar la cabeza:** Con el fin de **evitar los ángulos muertos** de los retrovisores, es aconsejable mirar por las ventanillas laterales.



Para evitar los ángulos muertos es aconsejable girar la cabeza unos 45°.

12.1.2 Anticipación

- **Desconfiar de los demás:** Se reacciona con más rapidez si ocurre lo que se sospecha.
- **Adaptar la velocidad a las circunstancias:** Siempre es más fácil detener el vehículo en caso de un imprevisto si se lleva una velocidad adecuada.
- **Hacerse ver y entender:** Deben señalizarse las maniobras con suficiente antelación, utilizando las luces correctamente, y tratando de **no colocarse en los ángulos muertos** de los demás vehículos.

12.1.3 Espacio

- **Espacio delantero:** Mantener con el vehículo de delante un intervalo de, al menos, **2 segundos en vía urbana y 3 segundos en carretera**. Esta distancia se aumentará un segundo más si las condiciones de adherencia de la vía o el estado del conductor (cansancio, sueño...) no son adecuados.



Con condiciones desfavorables debe aumentarse la distancia de seguridad.

- **Espacio trasero:** Cuando se observe que **el vehículo de detrás se acerca demasiado** al nuestro se debe:
 - » **Aumentar** al menos un segundo la **distancia con el vehículo de delante**.
 - » **Señalizar** las maniobras con más **antelación**.
 - » **Frenar** con tiempo suficiente y **progresivamente**.

- **Espacio lateral:** Se debe tratar de **no invadir la zona de incertidumbre** de los demás usuarios, que es aquella zona donde estos podrían moverse repentinamente.



Al detenerse se dejarán 2 ó 3 metros de separación.

- **Al detenerse:** Para evitar golpear al vehículo de delante en caso de alcance deberá **dejarse una distancia de 2 o 3 metros**. En detenciones en que se es el último de la fila deberán dejarse, al menos, **5 o 6 metros** hasta que hayan dos o tres vehículos detrás con el fin de tener espacio en caso de alcance.

12.2 Conducción eficiente

Se basa en conducir de una forma más ecológica, evitando consumos de combustible y emisiones contaminantes innecesarias.

12.2.1 Ventajas de la conducción eficiente

- Reducción de emisiones contaminantes,
- Reducción del consumo de combustible hasta un 20%,
- Reducción de los costes de mantenimiento del vehículo,
- Aumento de la seguridad,
- Aumento del confort.

12.2.2 Al arrancar el motor

- No acelerar.
- Iniciar la marcha **inmediatamente en vehículos de gasolina** y esperar **unos segundos en vehículos diesel**.

12.2.3 Cambios de marcha

- Como norma general se circulará con la **marcha más alta posible** y con el motor poco revolucionado, cambiando a una **marcha superior** entre **1.500 y 2.000 rpm** en vehículos diesel y entre **2.000 y 2.500 rpm** en vehículos de gasolina.



Si el vehículo no dispone de cuenta revoluciones, se puede observar el velocímetro y utilizar el cambio de velocidades siguiendo las siguientes recomendaciones:

- Utilizar la primera velocidad lo mínimo posible y colocar la **segunda a los dos segundos o seis metros**.
- Colocar la **tercera** a partir de **30 km/h**.
- Colocar la **cuarta** a partir de **40 km/h**.

- Colocar la **quinta** a partir de **50 ó 60 km/h**.

Si las condiciones lo permiten **se puede subir de marchas sin tener que pasar por todas**, es decir, se podría pasar de segunda a cuarta o de tercera a quinta, etc.

12.2.4 Al decelerar

- **Soltar el acelerador y dejar rodar el vehículo** con la marcha que lleve engranada. A partir de este momento el **consumo del vehículo será nulo** hasta que su motor baje aproximadamente a las 1.000 rpm.
- Reducir de marcha solo si es necesario y lo más tarde posible. También se pueden realizar saltos de marcha (de cuarta a segunda, etc.).
- **Frenar** de forma **suave** y progresiva.
- En **detenciones de más de un minuto** es recomendable **apagar el motor**.

12.2.5 Velocidad de circulación

Cuando se quiere que un vehículo alcance una velocidad determinada, generalmente el consumo aumenta hasta que se alcanza esta velocidad, para después disminuir cuando ya se lleva una velocidad constante y uniforme. Por ello, debe intentarse llevar una **velocidad media durante el mayor tiempo posible**, evitando frenazos y acelerones innecesarios.

Para mantener una velocidad uniforme es necesario aplicar la conducción preventiva.

12.2.6 Otros factores que influyen en el consumo

Tipo de vía

- **Se consume más combustible en vías urbanas** que en vías interurbanas, debido a las frecuentes detenciones y arrancadas.

Aire acondicionado

- El aire acondicionado o el climatizador también **aumentan el consumo**. Es aconsejable regularlo a una **temperatura aproximada de unos 23°C**.

Mantenimiento del vehículo

- Se debe verificar **la presión de los neumáticos al menos una vez al mes** y seguir las recomendaciones del fabricante en cuanto a revisiones periódicas.

195/65 R16C		2,7 42	2,7 42
205/65 R16C		3,3 48	3,5 51
225/60 R16C		2,7 39	2,7 39
225/60 R16RF		3,0 44	3,5 51
225/55 R17RF 101 H		2,7 39	2,7 39
225/55 R17RF 101 V		3,3 48	3,5 51
		2,3 33	2,3 33
		2,6 38	3,0 44
		2,5 36	2,5 36

Si la presión de los neumáticos es insuficiente aumentará el consumo.

La carga

- En principio, cuanto más peso cargue un vehículo mayor será su consumo, por lo que es necesario **no llevar más peso del necesario**.



Para ahorrar combustible es preferible un pequeño remolque antes que la baca..

Resistencia aerodinámica

- Cuanta mayor resistencia aerodinámica tenga un vehículo más le costará vencer la resistencia del aire y más combustible consumirá.

Para ahorrar combustible es aconsejable:

- No llevar las ventanillas abiertas.** Para ventilar el habitáculo es preferible utilizar los dispositivos de aireación del vehículo.
- No modificar** las partes exteriores del vehículo.
- No utilizar la baca** si no es imprescindible, ya que aumenta el consumo aunque se utilice sin carga.

12.2.7 Prohibiciones referentes a contaminación ambiental y acústica

Está prohibido circular con vehículos de motor y ciclomotores en los siguientes casos:

- Con **escape libre**, silenciador incompleto o deteriorado o tubos resonadores.
- Sin llevar instalado un dispositivo que evite la **proyección de combustible sin quemar**.
- Cuando se lancen **humos que puedan dificultar la visibilidad o resultar nocivos**.
- Cuando se emitan **humos, ruidos o gases por encima de los valores permitidos**.

En estos casos, los agentes, además de aplicar la sanción correspondiente, **podrán inmovilizar el vehículo**.