



## Los 10 consejos más importantes de BikeSafe para los padres

1. Asegúrese que su hijo use un casco. **Muchos estados (incluyendo Florida) exigen que los niños menores de 16 años usen un casco** mientras montan bicicleta. Los cascos son *la manera más efectiva* de reducir las lesiones a la cabeza y las muertes por accidentes de bicicletas.
2. Enseñe a su hijo a **montar en la misma dirección que el tráfico vehicular** (no en sentido contrario al tráfico). Cuando montamos bicicleta, lo hacemos a velocidades más altas que cuando trotamos o caminamos. Por tanto, la manera más segura de montar una bicicleta siempre es manejar EN la misma dirección del tráfico vehicular.
3. Enseñe a su hijo a **obedecer todas las señales y letreros viales**. Al igual que los autos, las bicicletas también necesitan obedecer las reglas de tránsito—que incluye ceder el paso a los peatones y parar en las señales de alto y en los semáforos.
4. Enseñe a su hijo a **PARAR y mirar hacia la IZQUIERDA – DERECHA – IZQUIERDA para asegurarse que el camino está libre antes de salir de las entradas para vehículos**. Las entradas para vehículos suelen ser sitios comunes de accidentes de bicicletas y automóviles.
5. Enseñe a su hijo a **ver si vienen vehículos, darle a conocer su presencia a los conductores y hacer las señales apropiadas para que otros anticipen sus movimientos** cuando quieran virar. Realizar zigzags entre los vehículos (estacionados o en movimiento) es peligroso. Es una causa común de accidentes entre ciclistas y vehículos.
6. Asegúrese que su hijo sea **visible** con reflectores, luces y ropas de colores claros. Se puede poner cintas reflectantes en las mochilas así como usar pulseras reflectantes. En muchos estados (incluyendo Florida), la ley exige que cualquiera que monte en bicicleta antes del amanecer y después del atardecer debe tener una luz blanca al frente de la bicicleta y una luz roja (*Luces*, no solamente reflectores) en la parte trasera de la bicicleta.
7. Enseñe a su hijo el significado de ser **predecible** al montar. Su hijo debe poder conducir en línea recta y mirar hacia atrás sin zigzaguear para ver si vienen vehículos.
8. Enseñe a su hijo a **parar y controlar la velocidad debidamente**. Su hijo necesita aprender a parar la bicicleta usando los **frenos**, no arrastrando los pies.
9. Antes de los 10 años, la mayoría de los niños no entiende completamente cómo funciona el tráfico. Desde el punto de vista del desarrollo, no pueden juzgar la velocidad y distancia de los vehículos cercanos. **Los niños de 9 años y menores deben montar a la derecha en las aceras** y caminar, no montar, sus bicicletas al atravesar los cruces de peatones.
10. Lo más importante, **¡su hijo se fija en lo que USTED hace!** Recuerde ser un **modelo de comportamientos seguros** cuando monte bicicleta con su hijo. Enseñe con el ejemplo: use su casco, sea visible a los autos y monte de manera previsible.

¡Para más información, visite nuestro sitio web: [www.ibikesafe.us](http://www.ibikesafe.us)!