

MANUAL DE SEGURIDAD PARA PEATONES Y CICLISTAS



Consejos para que usted y los demás estén seguros al caminar,
andar en bicicleta o conducir



TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN 3

SEGURIDAD PEATONAL 4

CRUZAR LA CALLE DE FORMA SEGURA	4
Guardias de cruce	4
CAMINAR SIN ACERAS	5

SEGURIDAD EN BICICLETA 7

ANTES DE SALIR	7
Qué llevar y usar	8
Chequeo rápido AFC	10
Transporte de objetos grandes en bicicleta	11
Planeando su ruta	12
¡LISTO PARA SALIR!	16
Ley de California	16
Cómo evitar colisiones comunes	18

CONSEJOS DE SEGURIDAD AL CONDUCIR 23

PROTECCIÓN DE PEATONES Y CICLISTAS	23
---	-----------

RED DE CARRETERAS Y SEGURIDAD	24
Red de Alto Índice de Lesiones (HIN) en jóvenes: principales corredores	26
LA VELOCIDAD MATA	27
Visión en túnel y velocidad	28
CONSEJOS PARA PROTEGERSE Y PROTEGER A LOS DEMÁS	29
Evite las drogas y el alcohol	29
Mantenga una distancia segura de las bicicletas	29
Conduzca de forma segura en las intersecciones	30
Estacionarse cerca de las intersecciones	31
Reduzca la velocidad en los cruces peatonales	31
Utilice la maniobra holandesa (Dutch Reach)	31
Ceda el derecho de paso	32
Tenga cuidado al salir del trabajo por la tarde	32
ZONAS ESCOLARES	32
MARCAS VIALES Y TRATAMIENTO DE CALLES	33
Dientes de tiburón	33
Badenes y cojines reductores de velocidad	33
Extensiones de acera	34
Ciclovías	34
CRUCES DE VÍAS DEL TREN	35
ENLACES ÚTILES	36

INTRODUCCIÓN

Este Manual de seguridad para peatones y ciclistas fue desarrollado por el Programa Rutas Seguras a la Escuela (SRTS) de la ciudad de Menlo Park para ayudar a los padres, cuidadores, estudiantes y educadores a comprender las leyes estatales de California que especifican los derechos y responsabilidades de los peatones y ciclistas. Este manual contiene las reglas de tráfico, consejos de seguridad y ejemplos de las calles locales del área de Menlo Park.

Los padres y cuidadores deben usar su mejor criterio al establecer rutas y viajar con niños.



PADRES Y CUIDADORES

Use esta guía para hablar con sus hijos sobre la seguridad al caminar y andar en bicicleta. Asegúrese de que entiendan las acciones que pueden tomar para mantenerse seguros en las calles, ya sea para ir a la escuela, ir al parque o visitar a un amigo.



EDUCADORES Y PROMOTORES DE SRTS

Utilice esta guía para educar en el aula sobre la seguridad para peatones y ciclistas. El coordinador de SRTS de Menlo Park puede ayudarlo a desarrollar presentaciones y planes de lecciones para sus estudiantes.

Comuníquese con el coordinador de Rutas Seguras a la Escuela:

SafeRoutestoSchool@menlopark.gov

SEGURIDAD AL CAMINAR

Cruzar la calle de forma segura

Siempre que sea posible, utilice los cruces peatonales marcados en las intersecciones para cruzar la calle. Estas áreas están diseñadas para facilitar el cruce seguro de peatones y, por lo general, van acompañadas de señales de tráfico o señales para guiarlo.

Preste atención a las señales de tráfico, incluyendo las señales de cruce de peatones, los semáforos y los temporizadores de cuenta regresiva para peatones. Siga las señales como corresponde, esperando la señal de “caminar” o la luz verde correspondiente antes de cruzar la calle.

Esté alerta, atento y libre de distracciones como usar un teléfono celular o escuchar música a todo volumen al cruzar la calle. Concéntrese en su entorno, escuche los vehículos que se aproximan y esté atento a los cambios repentinos en los patrones de tráfico.

Guardias de cruce

Los guardias de los cruces escolares contribuyen a que los viajes a la escuela sean más seguros protegiendo a los estudiantes del tráfico intenso durante las primeras horas de la mañana y la tarde. Recuerdan a los conductores la presencia de personas que caminan y transitan sobre ruedas, ayudan a inculcar habilidades para caminar de manera segura en los estudiantes y sus familias e indican cuando deben ceder el paso las personas que conducen.

Los mapas de [rutas sugeridas a la escuela](#) muestran las ubicaciones de los guardias de cruce de camino a la escuela.

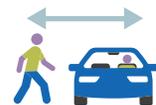
Ya sea que camine, transite sobre ruedas o conduzca, siga siempre las instrucciones del guardia de cruce. Recuerde que está ahí para proteger a los estudiantes.



* Deténgase al borde de la calle.



* Mire a ambos lados antes de pisar la calle.



* Mire a la izquierda, a la derecha y a su alrededor para ver si hay vehículos que se aproximan.



* Haga contacto visual: incluso si tiene el derecho de paso, es esencial hacer contacto visual con los conductores y ciclistas para asegurarse de que lo han visto y le cederán el paso.



En las calles con bastante tráfico, es mejor cruzar en las intersecciones con semáforos y cruces peatonales marcados.

Si su hijo va a **Laurel School Upper Campus** o a **Belle Haven School**, es posible que tenga que cruzar Willow Road, que es un corredor de tránsito muy concurrido. Tenga cuidado y cruce donde haya un guardia de cruce o donde hayan semáforos, como en Gilbert Avenue y Durham Street si va a Laurel; o Newbridge Street e Ivy Drive si va a Belle Haven.

Caminar sin aceras

Cuando no hay acera, los peatones deben caminar a la orilla de la carretera (arcén).



Una **acera** es un camino pavimentado y elevado para peatones al costado de una carretera. Las aceras proporcionan una separación entre la carretera y los peatones.



El **arcén**, o **sendero para caminar**, es el borde de la carretera por donde no transitan los autos. En ocasiones hay una línea blanca que separa el arcén de la calle (por donde transitan los autos). Use el arcén cuando no haya acera.



En Menlo Park, particularmente en los vecindarios alrededor de Encinal Elementary School y Oak Knoll Elementary School, muchas calles no tienen aceras. Caminar en grupo mejora su visibilidad. Encontrar a un amigo con quien caminar o poner en marcha un autobús escolar a pie son excelentes maneras de mejorar su caminata.

Caminar sin acera requiere un nivel adicional de conciencia más allá de caminar por una acera.



UBIQUESE DE CARA AL TRÁFICO QUE SE APROXIMA

Esto le permite ver los vehículos que se aproximan y reaccionar en consecuencia. También aumenta las probabilidades de que un conductor lo vea ya que camina en contra del flujo del tráfico. Camine sobre el arcén siempre que sea posible y manténgase lo más alejado posible del carril de tránsito.

ESTÉ ATENTO A LOS OBSTÁCULOS



Tenga mucho cuidado los días de recolección de basura o si se permite estacionar en la calle, ya que su ruta podría tener obstáculos. Es posible que los autos estén estacionados en el arcén de la carretera, donde es más seguro caminar. Cuando sea posible, camine alrededor del auto más alejado de la carretera. Si esto no es posible, observe de cerca el tráfico y camine por la calzada hasta que se despeje el arcén.

VÍSTASE DE FORMA LLAMATIVA, DEJE QUE LO VEAN



Usar ropa de alta visibilidad y colores brillantes puede ayudar a que los conductores lo vean, especialmente en condiciones de poca luz.

ESTA PÁGINA SE DEJÓ EN BLANCO INTENCIONALMENTE

SEGURIDAD EN BICICLETA

Antes de salir

Antes de partir, prepárese usted y a su bicicleta para disfrutar de un viaje tranquilo y agradable. Ya sea que vaya a la escuela, a explorar senderos pintorescos o si monta su bicicleta durante el invierno, tomarse unos minutos puede marcar una diferencia significativa en su experiencia general.



**EVITE LAS
DISTRACCIONES**



**DOBLE LAS MANGAS
DE SUS PANTALONES,
GUARDE LOS CORDONES
DE LOS ZAPATOS Y USE
ZAPATOS CON PUNTA
CERRADA**



USE ROPA CÓMODA

Qué llevar y usar

CASCOS

¡Los ciclistas de todas las edades y habilidades deben usar cascos! En California, los ciclistas menores de 18 años están obligados por ley a usar SUS CASCOS (Código de Vehículos de California 21212).

Los cascos vienen en todas las formas y tamaños. El casco debe ajustarse cómodamente a la cabeza sin abrocharse. Cuando esté abrochada, la hebilla no debería poder deslizarse sobre la barbilla. Muchos cascos cuentan con una perilla ajustable en la parte posterior para un mayor control del ajuste. Los cascos para niños suelen venir con acolchados de espuma de diferentes tamaños, que deben ajustarse para mayor comodidad y seguridad.



Recuerde reemplazar su casco después de un accidente o cada 5 años después de su compra.



✓ La frente debe estar cubierta, dejando no más de dos dedos entre las cejas hasta el casco.



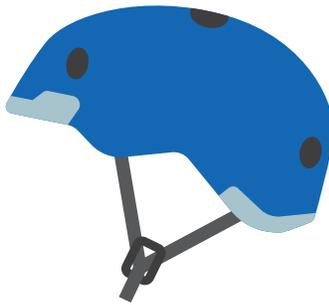
✓ Las correas deben crear un triángulo o forma de "V" alrededor de las orejas.



✓ La hebilla debe estar lo suficientemente ajustada como para que solo quepa un dedo entre la correa y la barbilla.



✓ La perilla de la parte posterior del casco debe apretarse.





LUCES/REFLECTORES

¡Las luces y los reflectantes mantienen a los ciclistas visibles y seguros! La iluminación de alta calidad puede hacerlo sentir seguro y protegido cuando anda en bicicleta.

Por la noche, se debe colocar lo siguiente en la bicicleta o en el ciclista:

- * Una luz blanca visible desde el frente (Código de Vehículos de California 21201).
- * Un reflector o una luz roja con reflector incorporado (puede ser fija o parpadeante) visible desde atrás (Código de Vehículos de California 21201).
- * Un reflector blanco o amarillo en cada pedal o en los zapatos o tobillos del ciclista que sean visible desde la parte delantera y trasera (Código de Vehículos de California 21201).
- * Un reflector blanco o amarillo en la mitad delantera de la bicicleta y un reflector rojo o blanco en cada lado de la mitad trasera de la bicicleta. Estos reflectores no son necesarios si la bicicleta tiene neumáticos delanteros y traseros reflectantes (Código de Vehículos de California 21201).

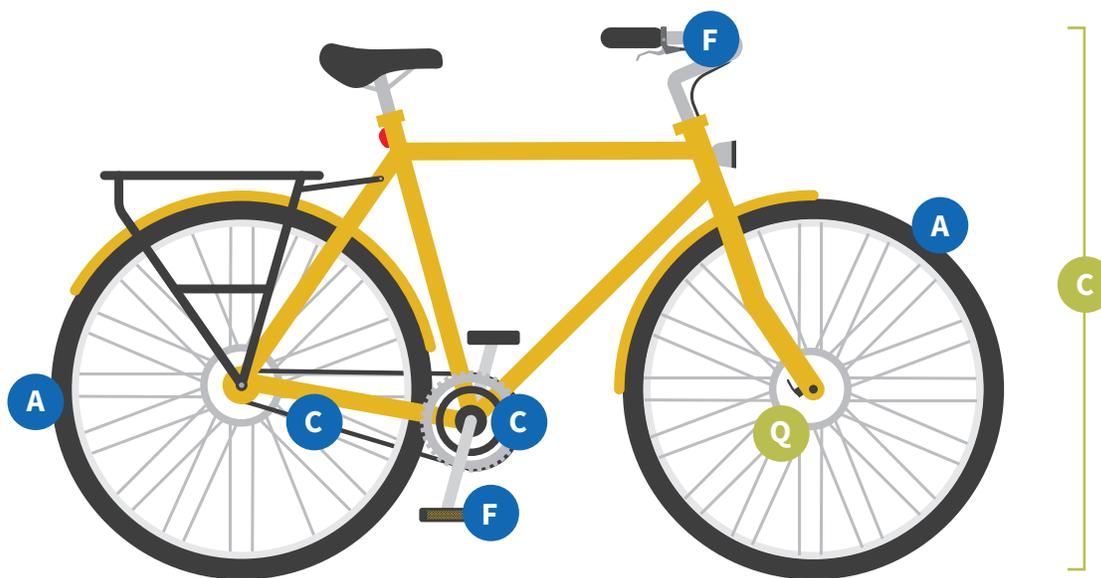


¡Evite transitar de noche! Planifique viajar durante el día tanto como sea posible.

ANDAR EN BICICLETA EN INVIERNO

- * **Consulte el pronóstico del tiempo:** El clima invernal de Menlo Park puede ser impredecible, con variaciones entre lluvia, niebla y días soleados ocasionales. Antes de partir para empezar el día, consulte el pronóstico del clima para asegurarse de que está preparado para las condiciones que puede encontrar durante su viaje. Vístase adecuadamente y planifique su ruta en consecuencia.
- * **Vístase en capas:** Vístase en capas para que pueda ajustar su ropa. Empiece con una capa base transpirable, añada una chaqueta de manga larga para aislamiento térmico y lleve una capa exterior ligera e impermeable en caso de lluvia. La ropa reflectante también es útil cuando la visibilidad es deficiente.
- * **Tenga cuidado con las carreteras mojadas:** A menudo llueve en invierno en Menlo Park, lo que puede hacer que las carreteras estén resbaladizas. Reduzca la velocidad y tenga cuidado cuando transite sobre superficies mojadas, especialmente al girar o frenar. Reduzca la velocidad para permitir una distancia de frenado adicional. Evite atravesar charcos grandes o áreas de agua estancada, ya que podrían ocultar baches o escombros.
- * **Salpicaderas y guardabarros:** El clima húmedo puede provocar carreteras enlodadas y charcos. La instalación de salpicaderas o guardabarros en la bicicleta puede ayudar a que usted y su bicicleta se mantengan limpios y secos. Evitan que el agua y la suciedad salpiquen la ropa, la cara y la transmisión, lo que hace que su viaje sea más cómodo.
- * **Planifique para menos luz de día:** Los días son más cortos durante los meses de invierno, así que planifique sus viajes en consecuencia. Comience más temprano en el día para aprovechar la luz natural disponible y evitar quedar atrapado en la oscuridad. Planifique llevar luces de bicicleta y ropa reflectante para mejorar su visibilidad ante otros viajeros.

Chequeo rápido AFC



Realizar un chequeo rápido AFC solo lleva unos minutos, pero puede ayudarlo a identificar cualquier problema evidente que pueda afectar su viaje. Es importante tener en cuenta que el chequeo rápido AFC no sustituye el mantenimiento regular de la bicicleta ni el servicio profesional periódico. El mantenimiento regular de su bicicleta ayudará a garantizar su seguridad, rendimiento y longevidad en general.

Q RÁPIDO: ¿La palanca de liberación rápida está bien cerrada?

C CHEQUEO: Haga un viaje rápido y lento para asegurarse de que todo funciona correctamente.

A AIRE

- * Revise la presión de los neumáticos y asegúrese de que coincida con la presión recomendada indicada en el costado del neumático.
- * Busque cualquier signo de daño o desgaste excesivo en los neumáticos, como cortes o protuberancias. Asegúrese de que no haya objetos incrustados en el neumático que pudieran provocar un pinchazo.

F FRENOS

- * Apriete cada palanca de freno de forma individual para asegurarse de que se acoplen de forma suave y eficaz.
- * Revise que las pastillas de freno hagan un contacto adecuado con la superficie de frenado en la rueda o con el disco y que no estén excesivamente desgastadas. Si es necesario, ajuste o sustituya las pastillas de freno.

C CADENA

- * Inspeccione la cadena para ver si hay signos de óxido, acumulación de suciedad o daños. Asegúrese de que esté debidamente lubricada.
- * Revise la tensión de la cadena tirando de ella para separarla de los dientes del plato delantero. Debe haber una pequeña cantidad de juego, pero no debe ceder demasiado.

Transporte de objetos grandes en bicicleta

No lleve objetos en la bicicleta con una sola mano. Necesita dos manos para conducir y frenar de forma segura. Tenga siempre en cuenta el tamaño, el peso y el equilibrio de los objetos que lleva para garantizar su seguridad y la de los demás en la carretera. Hay varios tipos de contenedores que pueden ayudarlo a transportar objetos en la bicicleta:



CANASTAS PARA BICICLETA

Son opciones sencillas y versátiles para transportar objetos como instrumentos musicales y equipos deportivos. A menudo se fijan al manubrio delantero o al portaequipajes trasero. Algunas canastas son desmontables, lo que le permite utilizarlas como canastas de compras cuando no use la bicicleta.



ALFORJAS

Son bolsas diseñadas específicamente para sujetarse al portaequipajes trasero de una bicicleta. Vienen en varios tamaños y estilos. Son ideales para ir al trabajo, pasear y transportar objetos voluminosos.



Consejos:

- * Recuerde distribuir el peso de manera uniforme y sujetar de forma segura las bolsas.
- * Practique andar con una bicicleta cargada para acostumbrarse a ella.
- * Visite una tienda de bicicletas local para instalar una canasta en su bicicleta.



MOCHILAS

Busque características como material impermeable o reflectante para una mayor funcionalidad y seguridad.



REMOLQUE DE CARGA/ PARA NIÑOS

Ideal para transportar pasajeros jóvenes y cargas más grandes. Proporcionan estabilidad adicional y alivian muchos problemas de distribución del peso.



¡Siempre póngale candado a su bicicleta!

Asegúrese de que el cuadro de la bicicleta y la rueda delantera estén aseguradas al aparcabicis. Si algunas partes de su bicicleta tienen una palanca de liberación rápida, por ejemplo, el asiento o la rueda trasera, use un candado adicional (p. ej., un cable o un candado en U) para unir estas piezas con el aparcabicis.

Se recomienda encarecidamente usar candados en U para proteger su bicicleta.

Planeando su ruta

ELIJA LA RUTA MÁS SEGURA

Pregúntese con qué propósito va en bicicleta y qué tan lejos viajará. Ya sea para ir al trabajo, por placer o para hacer ejercicio, determinar la distancia deseada y la duración del viaje lo ayudará a planificar en consecuencia.

Busque rutas establecidas para bicicletas, ciclovías o senderos de uso compartido en su área. Use recursos en línea como Google y Apple Maps, o rutas publicadas localmente que prioricen la seguridad de los peatones, como el mapa para bicicletas del [condado de San Mateo](#). Busque carreteras con menor volumen de tráfico, infraestructura designada para bicicletas o senderos panorámicos alejados del tráfico pesado siempre que sea posible. Los [mapas de rutas sugeridas a la escuela](#) identifican rutas de bajo estrés que son apropiadas para niños y familias.

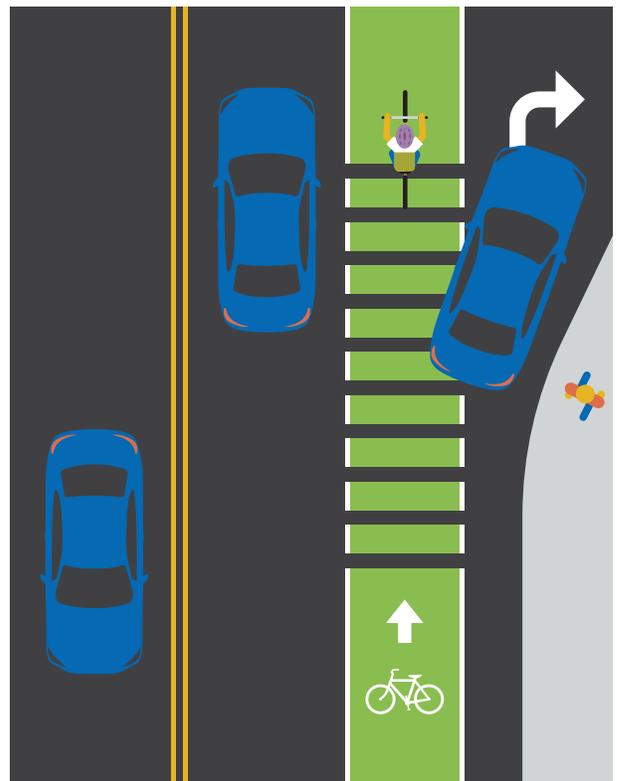
¡El uso de una infraestructura específica para el ciclismo puede mejorar drásticamente la comodidad en su viaje!

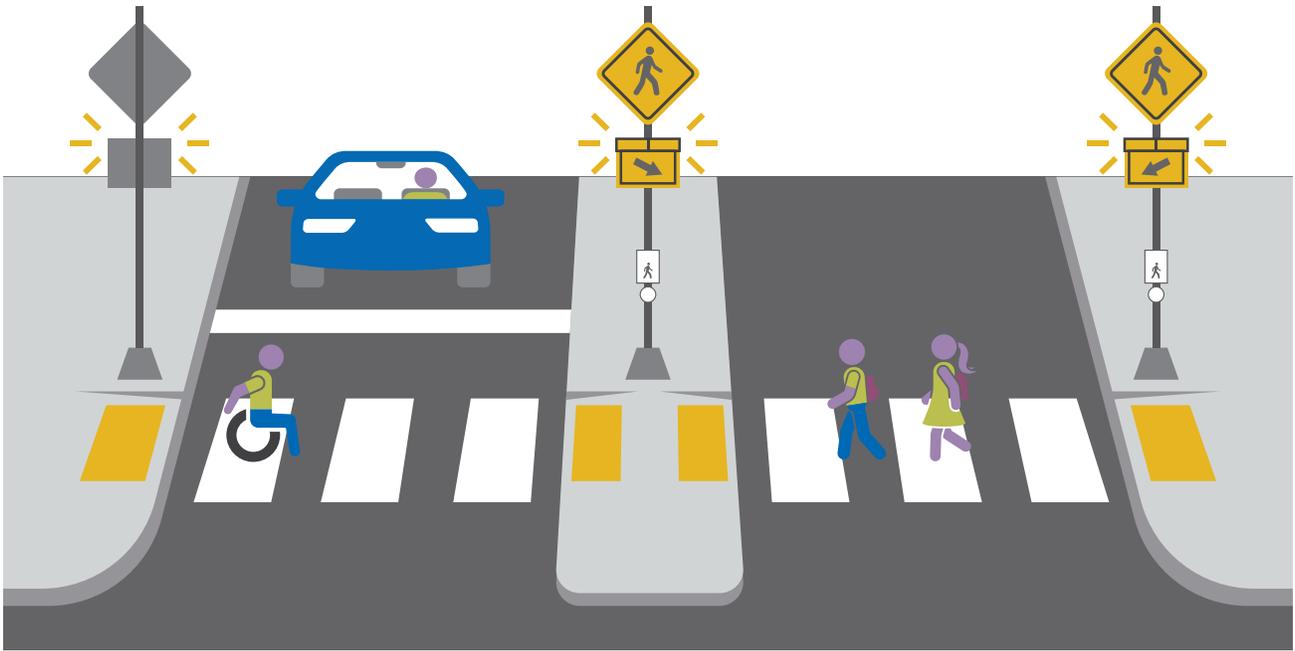
- * Las **ciclovías** son áreas de la carretera designadas específicamente para ciclistas. Suelen estar marcadas con líneas y símbolos pintados, lo que proporciona un espacio dedicado al ciclismo. Algunas ciclovías tienen líneas pintadas que crean un espacio de amortiguamiento que separa la ciclovía del carril de tráfico, estas se denominan ciclovías con zona de amortiguamiento. En Menlo Park en Santa Cruz Avenue hay una ciclovía con zona de amortiguamiento que conecta muchos vecindarios con el centro de Menlo Park.

- Puede transitar en las ciclovías de camino a la escuela, por ejemplo, en Oakdell Drive, Valparaiso Avenue o Encinal Avenue.



- * Las **ciclovías protegidas** tienen barreras físicas, como bordillos, macetas o bolardos, que separan a los ciclistas del tráfico de vehículos motorizados. Proporcionan un nivel adicional de seguridad ¡y cada vez son más comunes en el Área de la Bahía!
- * Las **zonas de conflicto con líneas discontinuas** suelen estar en áreas donde los autos pueden girar a la derecha y tienen que cruzar la ciclovía. Las líneas discontinuas alertan a los ciclistas de que los vehículos pueden incorporarse a la ciclovía en estos lugares.
 - Las zonas de conflicto con líneas discontinuas se pueden encontrar en toda la ciudad, en particular, en Laurel Street y Ravenswood Avenue.





- * La **baliza rectangular de destello rápido (RRFB)** y el **Cruce Peatonal Activado de Alta Intensidad (HAWK)** son otras señales que mejoran la seguridad al cruzar para peatones y ciclistas.

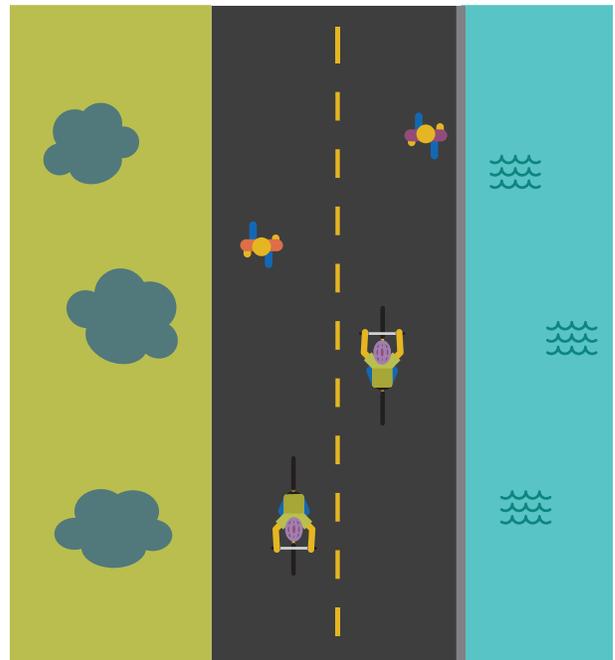


Las **RRFB** son señales de advertencia en las intersecciones o en los cruces peatonales a media cuadra. Por lo general, los peatones las activan y alertan a los conductores para que cedan el paso.

Los **HAWK**, también llamados balizas híbridas, mejoran el cruce de peatones y ciclistas en las intersecciones de las calles principales con calles con menor volumen de tráfico. Los HAWK son señales con dos luces rojas sobre una sola luz amarilla. La baliza comienza a parpadear en amarillo, cambia a amarillo fijo y, a continuación, muestra una indicación roja fija con ambas lentes rojas. Durante la fase roja fija, los conductores deben detenerse y permanecer parados, como ocurre con una señal de tráfico estándar.

- * **Los caminos y senderos de uso compartido** están separados de las carreteras y están diseñados tanto para peatones como para ciclistas. Estos senderos se pueden encontrar en parques, a lo largo de las orillas de ríos o como una red más grande de senderos de usos múltiples.

- *Un segmento del Sendero de la Bahía de San Francisco cruza Menlo Park y lo lleva desde Bedwell Bayfront Park en Menlo Park hasta Alviso, en el norte de San José.*



- * **Las vías verdes de vecindarios** son calles con menor volumen de tráfico y velocidades más lentas, que priorizan la seguridad y la comodidad de los ciclistas. A menudo tienen medidas para calmar el tráfico.



- * **Las señalizaciones de carril compartido** o "sharrows" le muestran al ciclista dónde transitar para mantenerse fuera de la zona de puertas en las calles sin ciclovías. Transite por el centro de este símbolo llamado "sharrow".



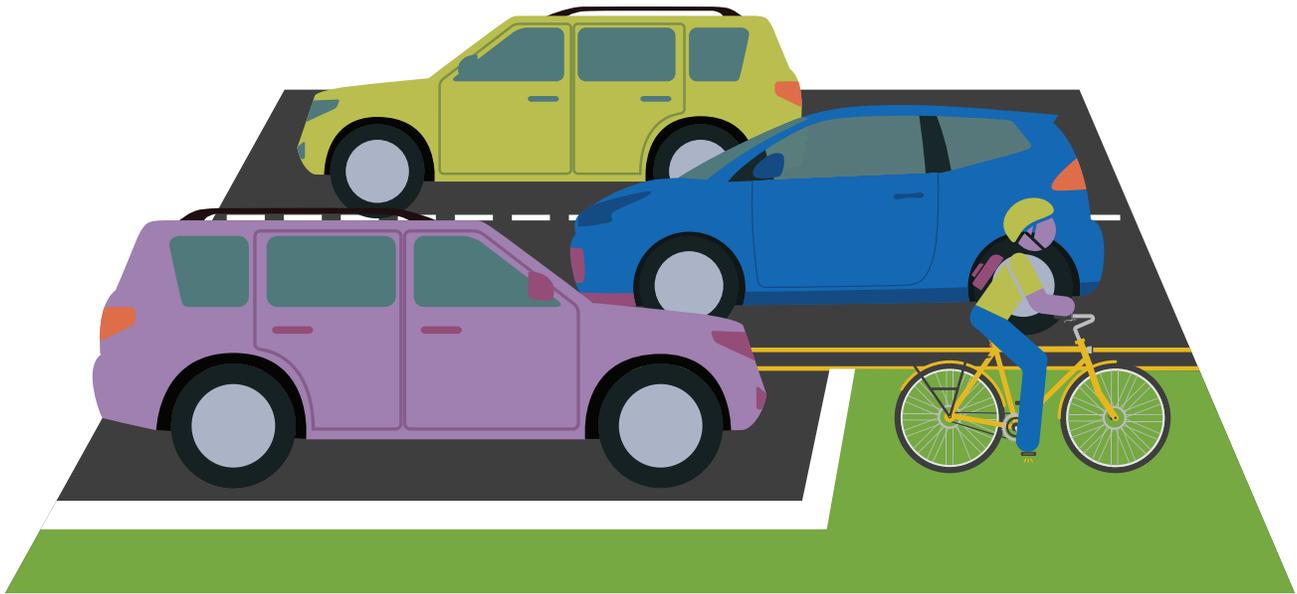
- * **Señalización en rutas para bicicletas:** Puede ver estos letreros en muchos lugares de Menlo Park. La señalización indica que se encuentra en una ruta designada para bicicletas y hace que los automovilistas estén conscientes de la ruta para bicicletas. Las señales también lo guían a destinos clave, por ejemplo, la estación de Caltrain, parques u otras instalaciones para bicicletas, e indican la distancia y el tiempo de viaje hasta el destino.



Menlo Park tiene algunos puentes para peatones y bicicletas.

El puente de Ringwood Avenue cruza la autopista 101 y conecta los vecindarios de Belle Haven y Flood Park Triangle. Muchos estudiantes toman ese puente para viajar hacia y desde **Menlo-Atherton High**. Los puentes de San Mateo Drive y Willow Place cruzan San Francisquito Creek y conectan Menlo Park con el campus de **Stanford University y Palo Alto**.

Caja para bicicletas



Si alguna vez ha andado en bicicleta por Laurel Street, es posible que haya visto intersecciones con “cajas” verdes pintadas entre los carriles de tráfico y los cruces peatonales. Estas se denominan “**cajas para bicicletas**”, una nueva forma de mejorar la seguridad de los ciclistas en las intersecciones concurridas. Las cajas para bicicletas ahora están instaladas en muchos lugares de la ciudad

- * **¿Qué es una caja para bicicletas?** Una caja para bicicletas es un área designada en el extremo de un carril de tráfico, que les da un espacio de espera a los ciclistas que giran a la izquierda o viajan en línea recta.
- * **¿Cómo usan los ciclistas las cajas para bicicletas?** Simplemente diríjase a la caja de bicicletas, deténgase y espere la luz verde. Colóquese directamente delante de los autos para aumentar su visibilidad. Si la caja de bicicletas está llena, espere en la ciclovía adyacente.

¡Listo para salir!

Ley de California

¡UNA BICICLETA ES UN VEHÍCULO!

Los ciclistas se consideran conductores de vehículos y deben obedecer todas las leyes, señalamientos y señales de tránsito, al igual que los conductores de vehículos motorizados (Código de Vehículos de California 21200). Esto incluye detenerse en los semáforos que están en rojo y en las señales de alto, ceder el paso a los peatones, usar las señales de mano adecuadas para girar y transitar en la misma dirección que el tráfico.

SIGA LAS REGLAS DE LA CARRETERA: SEÑALES DE ALTO, SEMÁFOROS Y CEDER EL PASO A LOS PEATONES

Los ciclistas deben viajar por el lado derecho de la carretera en la dirección del tráfico (Código de Vehículos de California 21650).

Siempre que sea posible, los ciclistas deben transitar en la infraestructura designada para ciclistas, como ciclovías, caminos y senderos de uso compartido y vías verdes del vecindario (Código de Vehículos de California 21208).

Si esta infraestructura no está disponible para su viaje, mezclarse con el tráfico de autos es una opción legal. Se debe tomar el carril si la ciclovía es demasiado estrecha o no hay una disponible. Esto lo hace más visible y disuade a los conductores de intentar pasar demasiado cerca.

- * **Estudiantes de Hillview:** Si va en bicicleta hacia el este por Menlo Avenue (hacia El Camino Real) después de la escuela, debe permanecer en el lado sur de la carretera, incluso si transita por la acera. Transitar por la acera sur significa que viajará con el flujo del tráfico. Los conductores que van de un lado a otro de Menlo Avenue no ven a los ciclistas que bajan por la acera norte, esto ha estado cerca de provocar algunos accidentes cuando los ciclistas transitaban por esa acera.



TRANSITAR EN LA ACERA

Transitar en la acera es otra opción si no se siente seguro en la calle o si la carretera no tiene infraestructuras para bicicletas como las mencionadas anteriormente.

Si transita por la acera:

- * Reduzca la velocidad en las intersecciones.
- * Reduzca la velocidad en las entradas para autos.
- * Tenga mucho cuidado: es posible que los conductores no esperen que un ciclista se mueva rápidamente en la acera. Camine con su bicicleta cuando haya peatones en la acera.

Recuerde: En Menlo Park, debe caminar en bicicleta por las aceras del centro de la ciudad (Código Municipal 11.56.120).

SEA PREDECIBLE: HAGA SEÑALES CON LAS MANOS

¡Las señales con las manos son esenciales para comunicar sus intenciones a los automovilistas y a otros ciclistas mientras anda en bicicleta! A continuación, se explica cómo hacer señales manuales comunes:



El **giro a la izquierda** se muestra extendiendo el brazo izquierdo hacia un lado horizontalmente, paralelo al suelo.



Los **giros a la derecha** se pueden mostrar de dos maneras. Tradicionalmente, los ciclistas indican un giro a la derecha extendiendo el brazo izquierdo hacia un lado y doblándolo hacia arriba en un ángulo de 90 grados a la altura del codo.

Alternativamente, extienda su brazo derecho horizontalmente, paralelo al suelo. Use esta opción solo si no necesita usar la mano derecha para frenar.



Para mostrar que se está **deteniendo**, extienda el brazo izquierdo hacia abajo, con la palma hacia atrás. El brazo debe estar completamente extendido, apuntando hacia abajo en un ángulo de 90 grados.

NO USE AURICULARES

El uso de auriculares y teléfonos celulares en una bicicleta es ilegal en California (Código de Vehículos de California 27400).

LOS PEATONES TIENEN EL DERECHO DE PASO

Los ciclistas deben ceder el paso a los peatones que se encuentren dentro de los cruces peatonales en las intersecciones (Código de Vehículos de California 21950).



Cómo evitar colisiones comunes

Transitar por las calles significa interactuar con vehículos motorizados. Si bien los ciclistas deben seguir las mismas reglas de circulación que los vehículos y son legalmente operadores de vehículos por derecho propio, los ciclistas deben tomar las riendas de su seguridad y tener un muy buen reconocimiento de la situación. Los conductores distraídos, la infraestructura inadecuada y las condiciones climáticas pueden estar fuera del control del ciclista. Los ciclistas están más seguros cuando son visibles y predecibles.

GANCHO DERECHO

Las colisiones de “gancho derecho” se producen cuando un ciclista transita por la derecha del tráfico de vehículos motorizados y un conductor intenta girar a la derecha y se cruza en el camino del ciclista.

Para evitar los ganchos derechos, manténgase visible, póngase en posición, señale sus intenciones, utilice una comunicación no verbal con los conductores y, si es necesario, tome el carril.

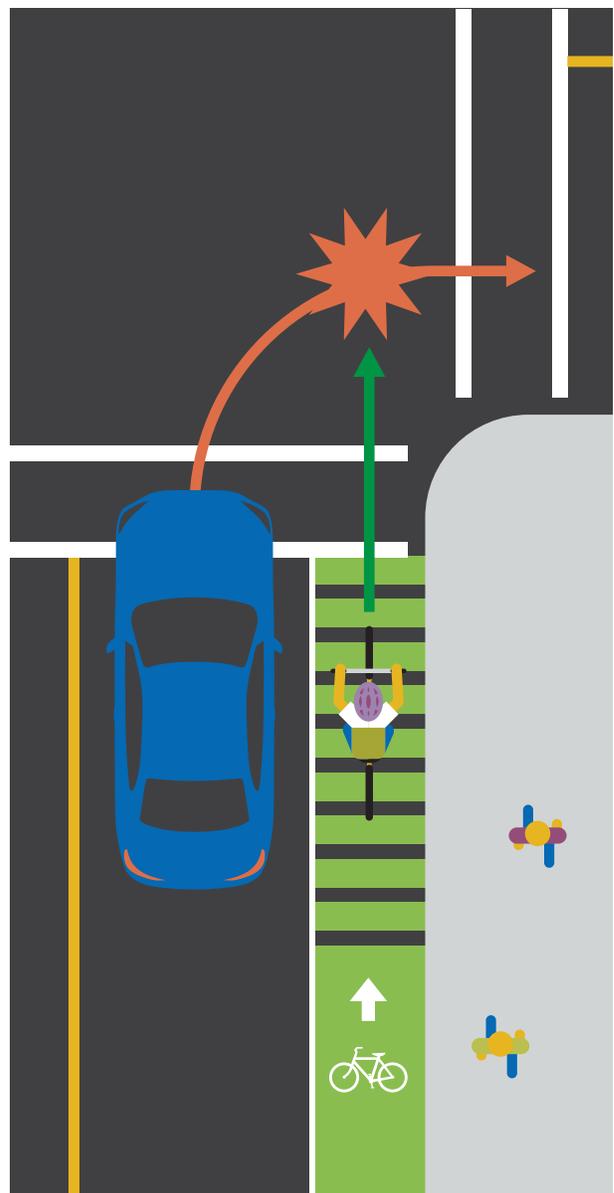
Para minimizar las colisiones de gancho derecho, el Código de Vehículos de California exige que los conductores se incorporen a las ciclovías antes de girar a la derecha en dichas intersecciones.

Recuerde:

- ★ Si un conductor se acerca a la intersección, los ciclistas deben estar atentos a la señal de giro a la derecha del auto y evitar viajar en su punto ciego.
- ★ Si un conductor ya se está incorporando o está en la ciclovía delante de un ciclista, el ciclista debe rebasar el auto por la izquierda o esperar a que este complete su giro antes de continuar.

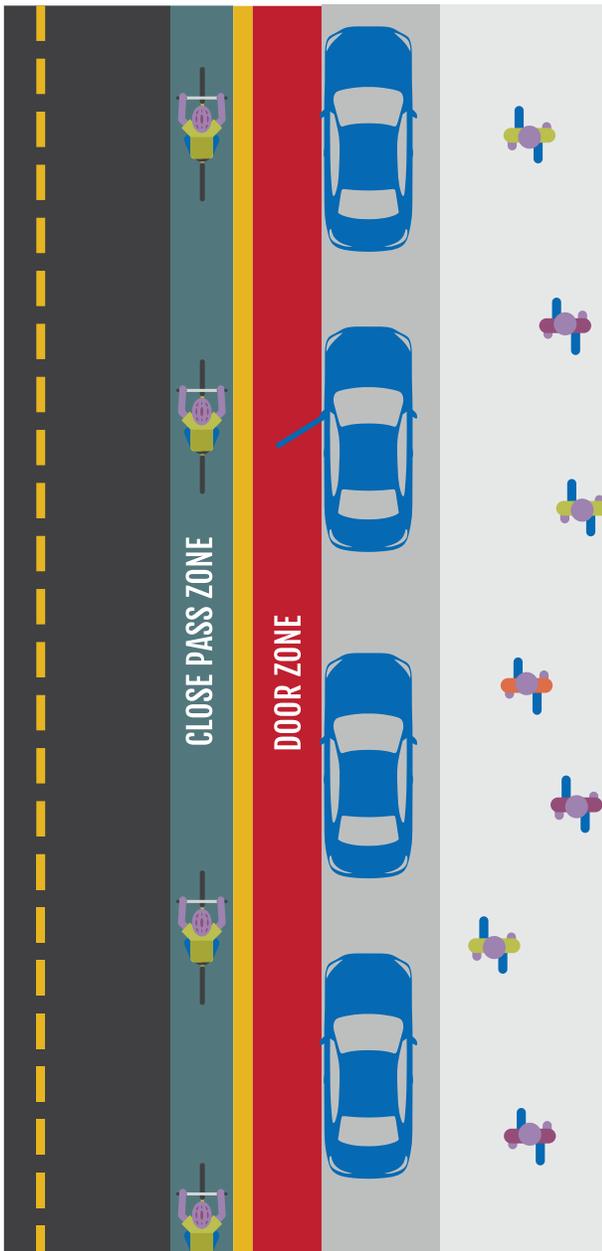


¡Reduzca la velocidad cerca de las entradas para autos! Especialmente en calles con entradas para autos comerciales y más movimiento de vehículos, como Menalto Avenue.



ZONA DE PUERTAS

Si transita por una carretera con autos estacionados, imagine una fila a cinco pies de distancia de ellos. Todo entre esa línea imaginaria y los autos estacionados es la zona de puertas (porque la puerta promedio de un auto mide cinco pies de ancho). ¡Manténgase a la izquierda de la línea y estará a salvo! Si transita a la derecha de la línea, se está poniendo en peligro, es tan simple como eso. Esta maniobra podría requerir usar el carril de autos o transitar en medio del tráfico, pero es más seguro transitar en una línea predecible a zigzagear entre los autos estacionados.



CÓMO REPORTAR UN PROBLEMA DE SEGURIDAD:

Siga los consejos a continuación en caso de una colisión, cuando este cerca de tener un accidente o si tiene una preocupación relacionada con la escuela:

Cómo reportar situaciones inmediatas que no sean de emergencia: Para compartir una preocupación de seguridad, denunciar una colisión sin lesiones, solicitar manejo del tránsito en un área específica o hacer preguntas generales, llame a la línea de no emergencia 650-330-6300.

Cómo reportar una emergencia: Para denunciar una colisión con lesiones, cualquier delito en curso o una preocupación relacionada con la escuela que necesite una respuesta inmediata, llame al número de emergencia (9-1-1).

Para una preocupación relacionada con la escuela que no necesite una respuesta inmediata: Comuníquese con el oficial de policía de seguridad comunitaria del Departamento de Policía de Menlo Park al 650-330-6375.



CÓMO EVITAR LOS OBSTÁCULOS EN LA CICLOVÍA

A veces las ciclovías están bloqueadas por objetos como botes de basura o vehículos repartidores. Para evitar estos obstáculos, tendrá que maniobrar hacia la calle. Recuerde estos pasos:

1. Revise por encima de su hombro: mire a la izquierda por encima de su hombro para ver si hay vehículos aproximándose.
2. Haga una señal con la mano: muestre su intención de incorporarse al carril de tráfico.
3. Ceda el paso al tráfico: asegúrese de que el camino esté libre de autos.
4. Incorpórese al carril de tráfico cuando no haya ningún auto.



Nunca gire a la izquierda desde el lado derecho de la carretera, incluso si está en una ciclovía.

CÓMO GIRAR A LA IZQUIERDA

Hay diferentes maneras de girar a la izquierda al andar en bicicleta:

1. **Usando los carriles de tráfico.** Esta opción requiere habilidades para andar en bicicleta avanzadas, ya que es necesario cambiar de carril para girar y conducir con otros vehículos. Siga estos pasos para girar usando un carril de tráfico:
 - * Revise por encima de su hombro: mire a la izquierda por encima de su hombro para comprobar si hay vehículos aproximándose.
 - * Haga una señal con la mano: muestre su intención de incorporarse al carril de tráfico si está en la ciclovía o para cambiar de carril.
 - * Ceda el paso al tráfico: asegúrese de que el camino esté libre de autos.
 - * Cambie de carril.
 - * Si transita por una ciclovía o por una carretera de varios carriles, mire y señalice cada vez que cambie de carril.
2. **Cómo usar cruces peatonales (giro de dos etapas).** Esta es la forma recomendada de cruzar la calle para ciclistas con menos experiencia o niños:
 - * Acérquese a la intersección, manteniéndose a la derecha.
 - * Pare y camine con su bicicleta en el cruce peatonal.
 - * Si hay una luz de señalización, espere a que aparezca la luz verde o la señal WALK (caminar) antes de cruzar.
 - * Ceda el paso a los peatones en el cruce peatonal.

CÓMO CRUZAR LAS VÍAS DEL TREN EN BICICLETA DE FORMA SEGURA

Si vive cerca del centro de Menlo Park, es probable que sus hijos hayan recorrido en bicicleta las vías de Caltrain de camino a la escuela. Estos cruces de la vía del tren, como los de Ravenswood Avenue, Oak Grove Avenue, Encinal Avenue y Glenwood Avenue, pueden representar un riesgo significativo para los ciclistas.

Estos son algunos consejos para ayudarlo a usted y a su familia a acercarse a las vías del tren y cruzarlas de manera segura:

- * **Acérquese despacio:** Reduzca la velocidad a medida que se acerque a las vías, así tendrá tiempo para evaluar el cruce e identificar el mejor camino para cruzarlo.
- * **Esté atento a las advertencias:** Busque y escuche los trenes. Esté atento a las barreras que bajan, las luces parpadeantes y las campanas que suenan para indicar que se acerca un tren. Si alguna de estas señales de advertencia está activa, no intente cruzar las vías hasta que el tren haya pasado o las advertencias estén desactivadas.
- * **Revise si hay trenes aproximándose:** Antes de cruzar, mire siempre a la izquierda y a la derecha para asegurarse de que no se está acercando ningún tren. Incluso si no hay señales de advertencia activas, es posible que un tren venga en cualquier dirección y, como medida de seguridad adicional, harán sonar la bocina.
- * **Cruce en ángulo recto:** Para evitar que los neumáticos de su bicicleta queden atrapados entre los rieles, siempre trate de cruzar las vías en un ángulo de 90 grados. También intente cruzar por el camino más liso posible, evitando cualquier bache, grieta y escombros en el pavimento.
- * **“Quite peso” de su bicicleta:** Justo antes de cruzar las vías, levante suavemente su peso del asiento de la bicicleta. Esto permitirá que la bicicleta cruce con mayor facilidad y reducirá la posibilidad de que los neumáticos se atasquen en las vías.



- * **Tenga cuidado con las vías mojadas:** Las vías del tren pueden volverse resbaladizas cuando están mojadas, lo que crea una situación especialmente peligrosa. Tenga mucho cuidado durante el clima lluvioso y considere caminar con su bicicleta por los rieles.
- * **Tómese su tiempo:** Nunca compita con el tren hasta el cruce ni viaje por las vías.

ESTA PÁGINA SE DEJÓ EN BLANCO INTENCIONALMENTE

CONSEJOS DE SEGURIDAD AL CONDUCIR

Protección de peatones y ciclistas

Mantener seguros a todos los usuarios de la carretera es importante para la comunidad de Menlo Park. Con una gran red de carreteras y una variedad de usuarios en ellas, incluyendo personas que conducen, andan en bicicleta, caminan y más, la ciudad se compromete a fomentar un entorno que promueva prácticas y hábitos seguros.

Este manual de seguridad de Menlo Park es una guía para que los automovilistas de Menlo Park sigan prácticas de conducción seguras. Seguir estas pautas lo protege a usted como conductor y a los usuarios vulnerables de la carretera, incluyendo a las personas que caminan y andan en bicicleta. Este manual cubre varios aspectos de la seguridad vial en Menlo Park, lugares específicos con mayores proporciones de colisiones y conductas de conducción seguras. Las pautas de seguridad desarrolladas en este manual se seleccionaron en función de los factores y patrones de colisión identificados en el Plan de Acción Visión Cero de la ciudad de Menlo Park y en la Red de Alto Índice de Lesiones en jóvenes del condado de San Mateo.



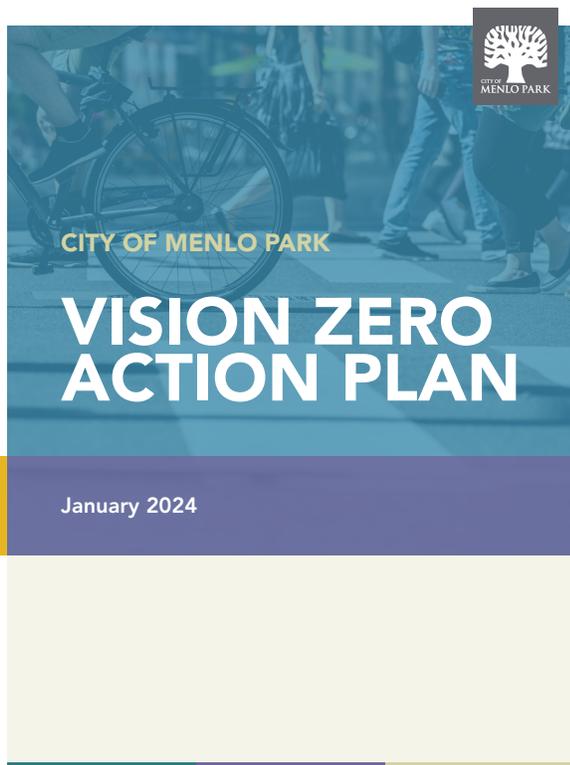
El manual incluye las siguientes secciones:

- * Red de carreteras y seguridad
- * La velocidad mata
- * Siga estas reglas para protegerse y proteger a los demás
- * Zonas escolares
- * Marcas viales y tratamiento de calles
- * Cruces de vías del tren

Red de carreteras y seguridad

A lo largo de los años, planes y estudios han recopilado datos sobre las colisiones en Menlo Park para identificar las causas, los lugares y las víctimas más comunes de las colisiones y determinar soluciones para mejorar la seguridad.

El Plan de Acción Visión Cero de Menlo Park publicado en 2024 es un plan estratégico para eliminar las muertes por accidentes de tráfico y las lesiones graves en Menlo Park. Prioriza la seguridad por encima de otras consideraciones de transporte y reconoce que las muertes y lesiones graves por accidentes de tránsito se pueden prevenir.



Según el Plan de Acción Visión Cero de Menlo Park:

- * Las colisiones en las que participan conductores que viajan a velocidades inseguras (según lo indicado por el oficial informante) representan el 40% de todas las colisiones con lesiones y casi el 30% de todas las colisiones con lesiones mortales y graves.
- * El plan también señala que casi el 45% de todas las colisiones con lesiones mortales y graves ocurren en carreteras estatales que incluyen El Camino Real, Bayfront Expressway, University Avenue y Willow Road.
- * Casi el 30% de todas las colisiones con lesiones mortales y graves, casi el 50% de todas las colisiones con lesiones de peatones y poco más del 20% de todas las colisiones con lesiones de bicicletas ocurren en el centro de Menlo Park.

El informe de la Red de Alto Índice de Lesiones en jóvenes de Rutas Seguras a la Escuela del condado de San Mateo, desarrollado en 2022, también identifica los segmentos de la red de carreteras en los que se han producido muchas colisiones con peatones y bicicletas. Ese informe clasificó varias carreteras de Menlo Park como corredores prioritarios de seguridad en la Red de Alto Índice de Lesiones en jóvenes debido a la alta velocidad de su tráfico y al aumento de la incidencia de colisiones.

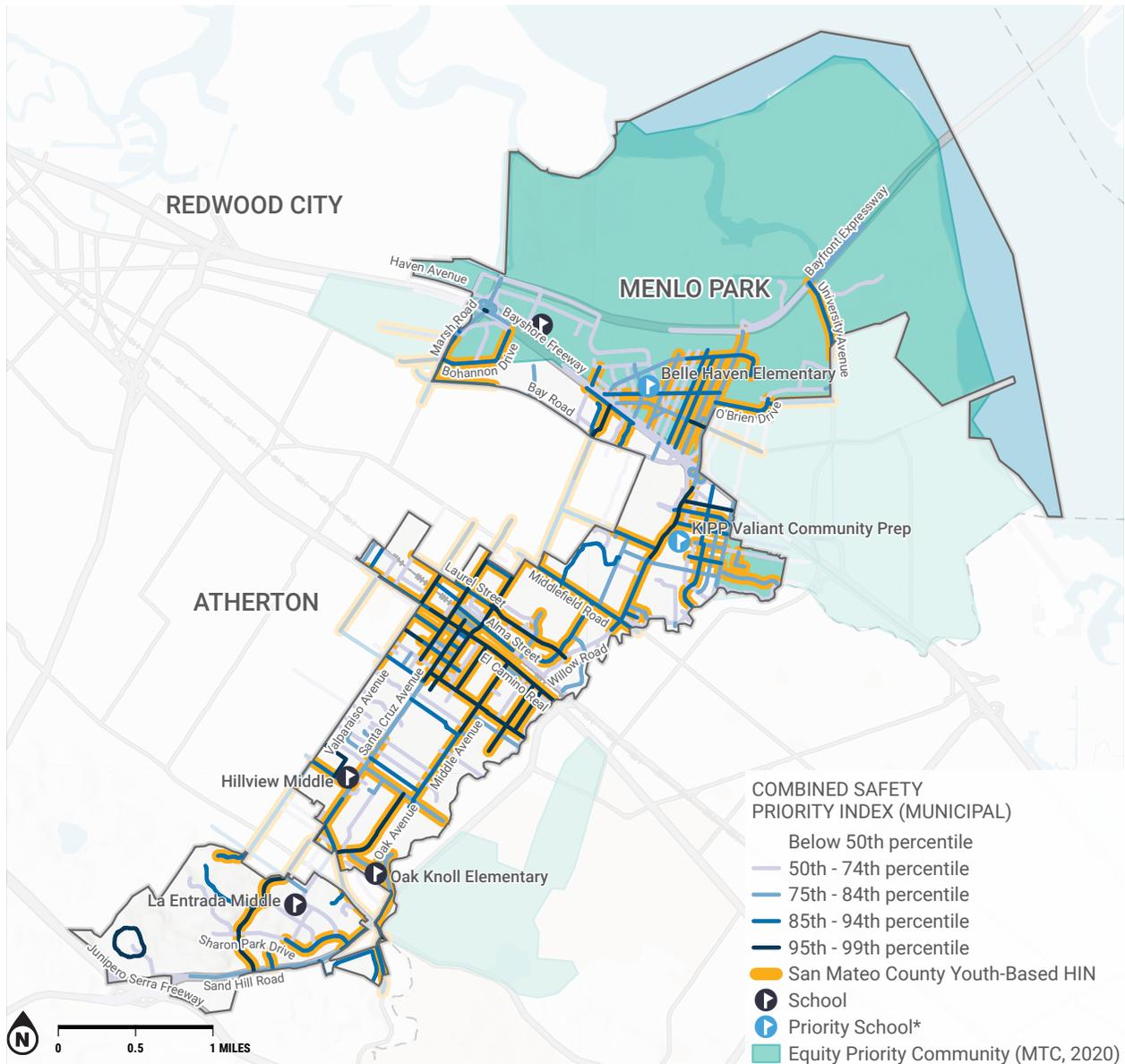


Se recomienda tener especial cuidado al conducir por las siguientes carreteras, identificadas como áreas con alto índice de colisiones en el Plan de Acción Visión Cero o en el informe de la Red de Alto Índice de Lesiones en jóvenes:

- * Avy Avenue
- * Bayfront Expressway
- * El Camino Real
- * Glenwood Avenue
- * Laurel Street
- * Ravenswood Avenue
- * Unversity Avenue
- * Willow Road



Red de Alto Índice de Lesiones (HIN) en jóvenes: principales corredores



*Las escuelas prioritarias se definen como aquellas con un 75% o más de elegibilidad para los programas de Comidas Gratuitas y Precio Reducido (FRPM) durante el año escolar 2020-2021.

LOS 5 PRINCIPALES CORREDORES PRIORITARIOS DE SEGURIDAD

Corredor	Número de colisiones				
	Total de colisiones	Mortal o grave (KSI)	Peatón involucrado	Ciclista involucrado	Jóvenes involucrados
Ravenswood Ave	22	1	3	6	6
Avy Ave	12	1	0	7	2
El Camino Real	59	2	3	8	14
Laurel St	20	3	1	6	9
Glenwood Ave	6	1	0	36	2

Los segmentos se ordenan según sus puntuaciones combinadas en el Índice de prioridad de seguridad. Es posible que las columnas no den la suma porque las colisiones se podrían contar en varias columnas.

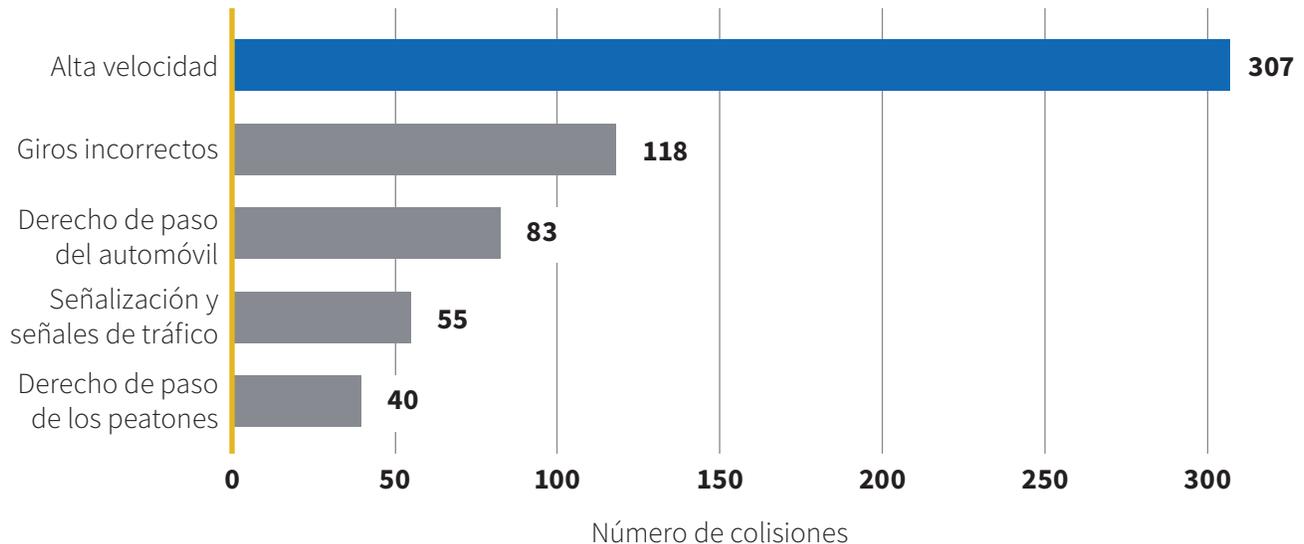
La velocidad mata

La velocidad es un factor importante en la gravedad de las colisiones. Las velocidades más altas reducen la capacidad del conductor para conducir de manera segura alrededor de curvas u objetos en la carretera, la distancia necesaria para detener un vehículo es mayor y la distancia que recorre un vehículo mientras el conductor reacciona a una situación peligrosa es más grande

El riesgo de lesiones graves o muerte aumenta significativamente con la velocidad. Según el Departamento de Transporte de EE. UU., una persona que camina o anda en bicicleta tiene un 90% de probabilidades de sobrevivir si es atropellada por un vehículo que viaja a 20 millas por hora, pero solo un 50% si lo atropella un vehículo que viaja a 40 millas por hora. En Menlo Park, las velocidades altas figuran como uno de los cinco principales factores de colisión de la Red de Alto Índice de Lesiones en jóvenes del condado de San Mateo.



LOS 5 PRINCIPALES FACTORES DE COLISIÓN Y TODAS LAS COLISIONES EN EL CONDADO DE SAN MATEO



Los datos de colisiones provienen de la Red de Alto Índice de Lesiones en jóvenes del condado de San Mateo.

Visión en túnel y velocidad

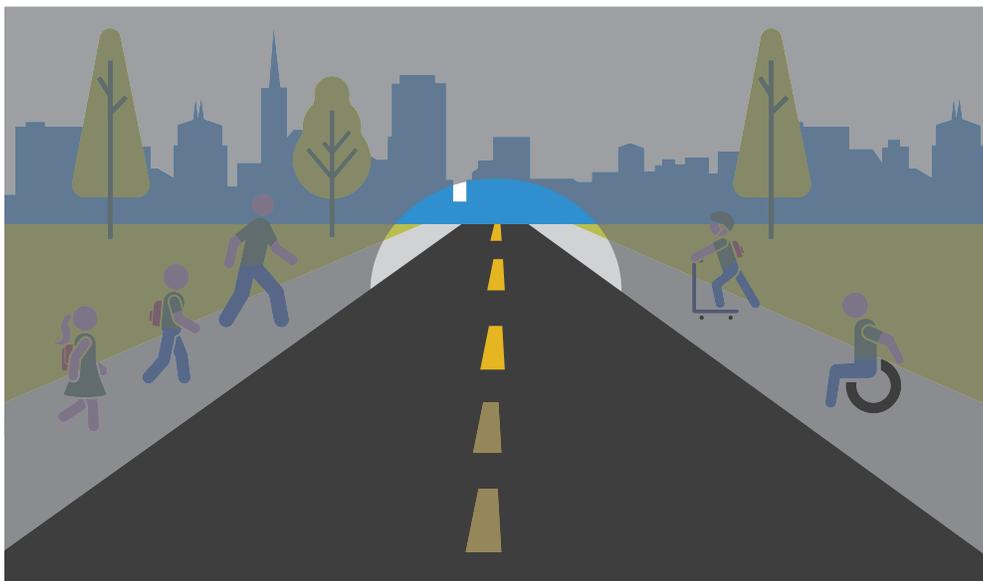
La visión en túnel se refiere al estrechamiento del campo de visión de una persona causado por conducir a altas velocidades. Una persona que experimenta visión en túnel se enfoca en un punto u objeto específico mientras descuida su entorno periférico. La visión en túnel puede verse agravada por varios factores, como el estrés, la fatiga o la concentración intensa.

En términos prácticos, la visión en túnel reduce el conocimiento de la situación, lo que podría dificultar su capacidad de percibir información crítica, como señales de tráfico, peatones u otros vehículos, fuera de un punto focal central. Junto con velocidades más altas, la visión en túnel reduce la capacidad del conductor para reaccionar rápidamente a peatones y ciclistas.

15 MILLAS POR HORA



30 MILLAS POR HORA



Consejos para protegerse y proteger a los demás



Evite las drogas y el alcohol

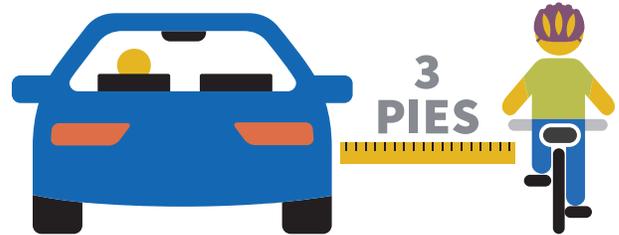
La conducción segura requiere concentración, coordinación, buen juicio y reacciones rápidas al entorno. Todas estas habilidades se ven afectadas por las drogas y el alcohol, lo que aumenta la probabilidad de que una colisión que involucre drogas o alcohol sea más grave. Aunque menos del 5% de todas las colisiones con lesiones involucran drogas o alcohol, casi el 15% de todas las colisiones con lesiones mortales y graves involucran estas sustancias¹.

Planifique con anticipación si planea beber alcohol o consumir drogas. Designe un conductor de confianza con anticipación o planifique tomar transporte alternativo, como un taxi o transporte público.



Conductores adolescentes: Hay recursos para escuelas y padres disponibles en Impact Teen Drivers (impactteendrivers.org) para educar a los jóvenes en la conducción segura.

¹Plan de Acción Visión Cero de Menlo Park, 2023, página 15. (MenloPark.Gov)



Mantenga una distancia segura de las bicicletas

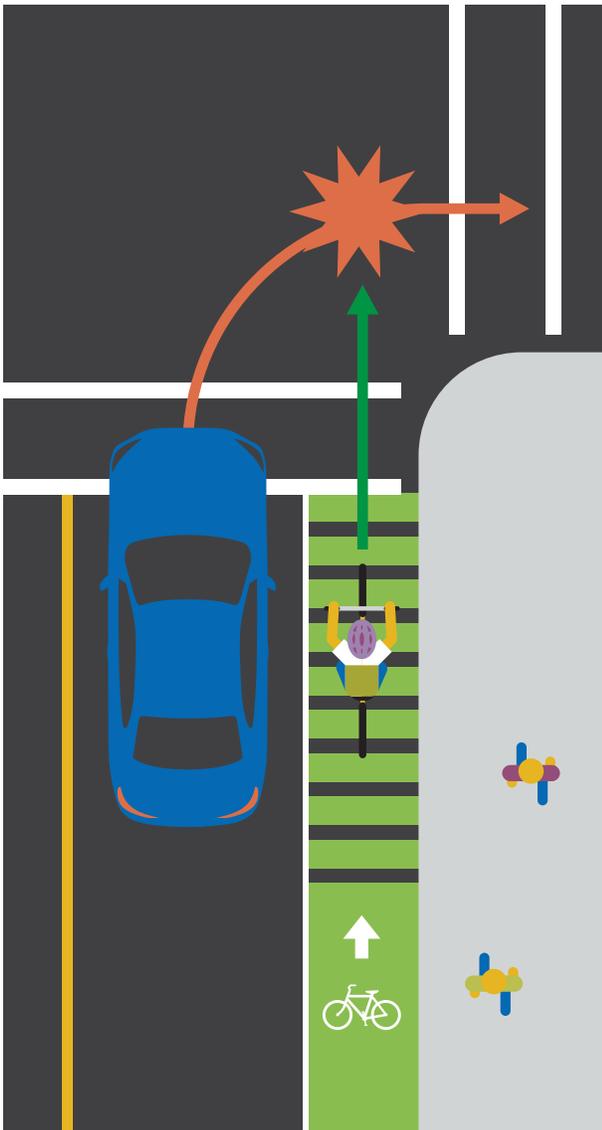
Las personas que conducen siempre deben mantener una distancia segura de las personas que andan en bicicleta. En California, se requiere una separación mínima de 3 pies para adelantar a un ciclista con un automóvil. Asegúrese de que haya suficiente espacio y reduzca la velocidad para minimizar el riesgo de colisión. Deje más espacio cuando las condiciones del tráfico local lo permitan.



Al girar a la derecha en una intersección con una ciclovía designada, incorpórese a la ciclovía solo después de asegurarse de que es seguro hacerlo y ceda el paso a cualquier ciclista que se encuentre ahí. Una línea discontinua en la ciclovía indicará el punto en el que es permitido incorporarse.

Conduzca de forma segura en las intersecciones

Las intersecciones son sitios comunes de colisiones. Esté siempre atento a su entorno cuando gire en las intersecciones y tenga especial cuidado con las bicicletas y los peatones que cruzan la carretera. Reduzca la velocidad y tenga mucho cuidado en las intersecciones.



Colisión de gancho derecho. Consulte la página 18 del documento para ver una descripción de la colisión de gancho derecho.

Siga estas reglas al girar en las intersecciones para evitar colisiones y mantener el flujo del tráfico:

- * **Siempre active el pidedvías** al menos 100 pies antes de girar.
- * Gire desde el **carril correcto**.
- * **Revise los espejos y los puntos ciegos** antes de girar.
- * **Cuando gire a la izquierda en una intersección**, ceda el paso al tráfico que se aproxima, incluyendo a las personas que caminan y andan en bicicleta por el cruce o transitan por la calzada o las ciclovías, hasta que sea seguro continuar.
- * **Cuando gire a la derecha en un semáforo en rojo**, tiene permitido girar de esta forma siempre que no haya ninguna señal o flecha en rojo en el semáforo que prohíba explícitamente tal giro. Deténgase por completo y verifique que es seguro continuar antes de girar.
- * **Cuando gire a la izquierda de una calle de un solo sentido a otra en un semáforo rojo**, asegúrese de ceder el paso al tráfico y a los peatones que se aproximan. Esto es legal a menos que se publique lo contrario.
 - ▶ *Los conductores que giran a la izquierda están involucrados en poco aproximadamente el 30% de todas las colisiones con lesiones a peatones y casi el 25% de todas las colisiones con lesiones a ciclistas; otro 20% de las colisiones con lesiones de peatones y ciclistas involucran a un conductor que gira a la derecha.*
- * **En una intersección con una señal de alto**, deténgase por completo, ceda el paso según sea necesario y continúe solo cuando sea seguro.
- * **En una intersección con una señal de ceda el paso**, reduzca la velocidad y ceda el paso a los vehículos o peatones que tengan el derecho de paso. Si el camino está despejado y es seguro, puede continuar sin detenerse por completo.

Estacionarse cerca de las intersecciones

Una nueva ley en California busca despejar o alejar el estacionamiento de las intersecciones para mejorar la visibilidad. Manteniendo el área próxima a los cruces peatonales libre de vehículos estacionados que obstruyan a las bicicletas, los peatones y los autos, todos pueden verse mejor entre sí. Los vehículos deben estar estacionados al menos a 20 pies de un cruce peatonal marcado o no marcado.

Reduzca la velocidad en los cruces peatonales

Los cruces peatonales están diseñados para la seguridad de los peatones. Cuando se acerque a un cruce peatonal, reduzca la velocidad y tenga cuidado con las personas que caminan y que pudieran estar escondidas detrás de los autos estacionados. La ley de California exige que los conductores cedan el paso a los peatones en los cruces peatonales marcados o no marcados. Los conductores deben detenerse por completo si un peatón cruza o se acerca al mismo lado de la carretera.

Utilice la maniobra holandesa (Dutch Reach)

Ser golpeado por la puerta de un vehículo estacionado o recibir un “portazo” es un tipo común de colisión de bicicleta que puede causar lesiones graves a la persona que va en la bicicleta. Los conductores y sus pasajeros pueden proteger a los ciclistas abriendo la puerta siguiendo un sencillo consejo de seguridad llamado maniobra holandesa o método contra portazos.

La zona de la puerta es el área en la que se abre la puerta de un auto. Para evitar chocar contra un ciclista al abrir la puerta de un auto, use la maniobra holandesa o contra portazos: abra la puerta con la mano opuesta a la puerta (generalmente la mano derecha), lo que lo obliga a mirar por encima del hombro para ver a los ciclistas que se acercan.

Recuerde: ¡Nunca abra la puerta abruptamente ni la deje abierta! Si golpea a alguien con su puerta, lo declararán culpable y lo citarán por golpear a alguien con la puerta (CVC 22517).

LA MANIOBRA HOLANDESA

1
Abrir la manija de la puerta con la opuesta a la puerta,



2
le permite ver a los ciclistas que se aproximan.

Ceda el derecho de paso

No ceder el paso ante una señalización o señal de tráfico es una causa común de choques.

Siempre ceda el paso a los peatones. En California, todas las intersecciones son cruces peatonales destinados a que los peatones crucen de forma segura.

Ceda el paso a otros autos en las siguientes situaciones:

- ★ **Intersección no controlada:** Deténgase por completo. Ceda el paso al vehículo que estaba allí antes que el suyo. Permítale girar o pasar antes de continuar.
- ★ **Intersección de parada total:** Deténgase por completo. Si llega a la intersección al mismo tiempo que otro conductor, ceda el paso al conductor que está a su derecha.
- ★ **Intersección en T:** Ceda el paso al tráfico en la carretera principal.
- ★ **En una señal de ceda el paso:** Reduzca la velocidad y ceda el paso a los vehículos que se aproximan desde otra dirección.

Tenga cuidado al salir del trabajo por la tarde

Salir del trabajo por la tarde puede ser estresante y caótico y, a menudo, tienen múltiples destinos. Es posible que salga del trabajo, recoja a los niños de la escuela y se detenga en el supermercado de camino a casa. Más de una cuarta parte de las colisiones con lesiones ocurren durante los viajes por la tarde en las horas pico, entre las 3:00 p.m. y las 6:00 p.m. Tenga especial cuidado al conducir durante estas horas. Tenga especial precaución en los meses de invierno, cuando la lluvia y la niebla son más comunes y las horas de luz del día son más cortas.

Zonas escolares

Las zonas escolares son áreas cercanas a las escuelas donde los límites de velocidad se reducen a 15 millas por hora durante el horario escolar para proteger a los niños. Preste mucha atención a la señalización en estas áreas y siempre reduzca la velocidad en las zonas escolares.

Esté atento a los ciclistas: Preste especial atención a los estudiantes que andan en bicicleta en las zonas escolares. Una cuarta parte de todas las colisiones con lesiones a ciclistas involucran a personas de 15 años o menos que andan en bicicleta. Además, cerca del 40% de todas las colisiones con lesiones a ciclistas tienen lugar durante los meses de otoño: septiembre, octubre y noviembre. Este período es testigo de un aumento del número de nuevos ciclistas y de un aumento de los riesgos debido al pavimento mojado. Por lo tanto, actuar con mayor precaución y consideración durante los meses de otoño e invierno es clave para reducir el riesgo de colisiones.

Deténgase cuando haya autobuses escolares:

Cuando un autobús escolar recoge o deja a los niños, los conductores están legalmente obligados a detenerse por completo. La paciencia y la atención durante estos momentos son fundamentales para garantizar la seguridad de los niños que cruzan la carretera.



Tenga cuidado durante la entrada y la salida:

El estacionamiento en doble fila representa un peligro ya que obstruye la vista de otros conductores. Del mismo modo, apresurarse a la hora de entrada o salida puede crear condiciones inseguras. En lugar de eso, estacionese de manera correcta en áreas designadas y espere el tiempo suficiente para garantizar la seguridad de todos los usuarios de la carretera.

Marcas viales y tratamiento de calles

Las marcas viales son elementos visuales pintados o aplicados en las superficies de las carreteras para transmitir información esencial y guiar el tráfico. Estas marcas ayudan a los conductores a navegar por las carreteras de forma segura y eficiente. Las marcas viales comunes incluyen divisores de carriles, cruces peatonales, flechas y símbolos que indican las reglas y regulaciones para carriles específicos. Los tratamientos de las calles son una variedad de cambios en la infraestructura que pueden alterar el comportamiento de los conductores. En esta sección se explica cómo interactuar de forma segura con una serie de marcas y tratamiento de calles que se encuentran en Menlo Park.

Dientes de tiburón

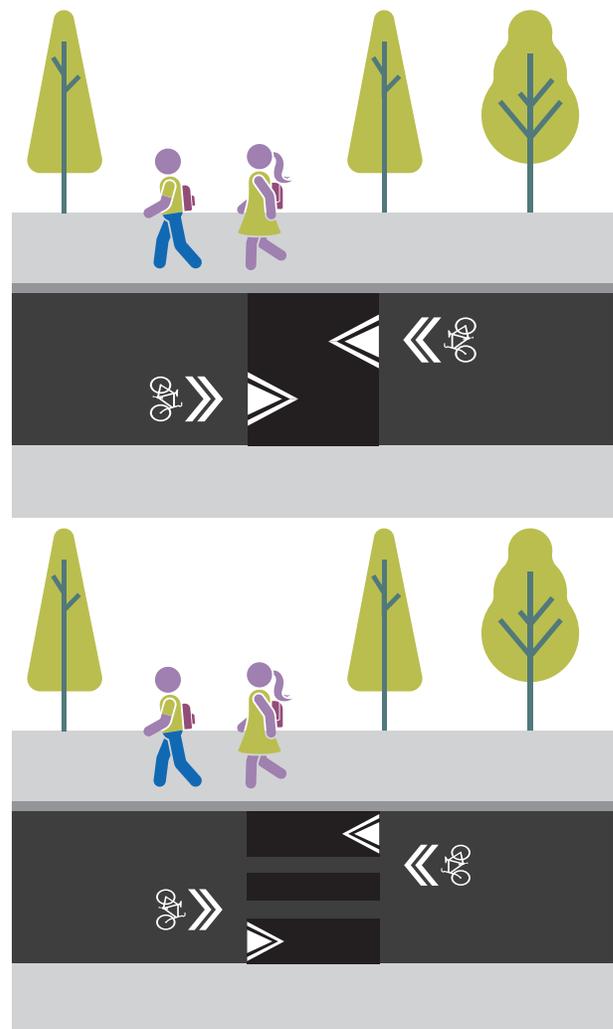
Los dientes de tiburón, o líneas para ceder el paso, consisten en una serie de formas triangulares pintadas en la superficie de la carretera, que apuntan en la dirección del tráfico que se aproxima. Estas marcas se utilizan para indicar que los conductores del lado de los triángulos marcados deben ceder el paso a los vehículos que se aproximan por el otro lado.



Los dientes de tiburón sirven como una señal visual para que los conductores tengan cuidado, cedan el paso y permitan que el tráfico fluya sin problemas. El patrón claro y reconocible ayuda a regular el tráfico y a mejorar la seguridad en las intersecciones y los cruces a mitad de la calle. Cuando vea dientes de tiburón, tenga cuidado, ceda el paso y permita que el tráfico fluya sin problemas.

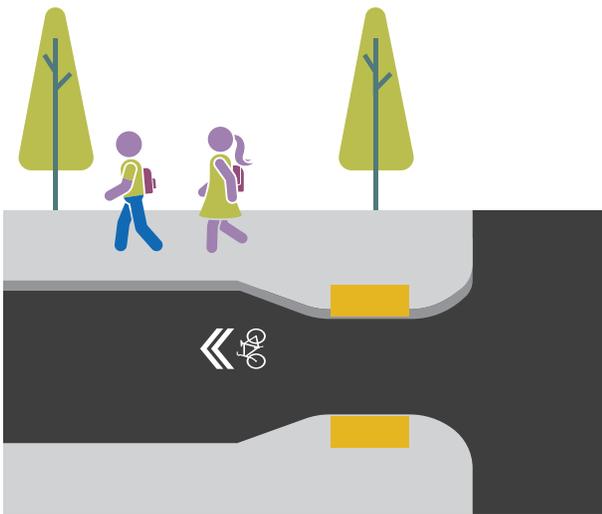
Badenes y cojines reductores de velocidad

Los badenes y cojines reductores de velocidad son dispositivos para calmar el tráfico que se instalan en las carreteras para reducir la velocidad de los vehículos, promover la seguridad y controlar el flujo del tráfico. Están ubicados estratégicamente donde es esencial reducir la velocidad, como cerca de escuelas, zonas residenciales o cruces de peatones. Los badenes y cojines reductores de velocidad obligan a los conductores a reducir la velocidad al acercarse a ellos, lo que desalienta las velocidades excesivas y mejora la seguridad vial en general. Un cojín reductor de velocidad se parece mucho a la forma de un badén, excepto por los cortes que se colocan en él. Estos cortes son perfectos para vehículos de emergencia, pero son demasiado anchos para la mayoría de los automóviles convencionales. Los ciclistas también pueden usar los cortes para continuar sin interrupciones por el cojín reductor de velocidad.



Extensiones de acera

Las extensiones de acera sirven para estrechar las carreteras tanto visual como físicamente, lo que resulta en cruces de peatones más seguros. Las extensiones de acera ofrecen una gama versátil de soluciones, que van desde medidas para calmar el tráfico hasta la implementación de paradas de autobús y cruces a mitad de la calle. Se pueden encontrar ejemplos en Belle Haven y el centro de Menlo Park.



Ciclovías

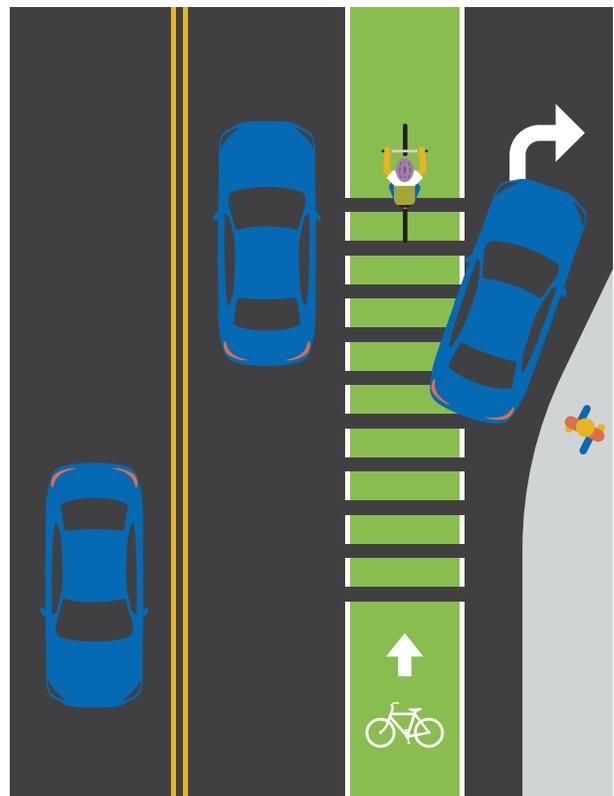
Las ciclovías son áreas designadas en la carretera para ciclistas. Por lo general, están marcadas con líneas pintadas y símbolos de bicicletas. Revise siempre si hay ciclistas antes de cruzar una ciclovía.

CICLOVÍAS CONVENCIONALES

Las ciclovías exclusivas para bicicletas aumentan la seguridad y promueven un tránsito adecuado. Reducen la posibilidad de que los automovilistas se desvíen hacia el camino de los ciclistas al proporcionar un recordatorio visual del derecho de los ciclistas a la calle. Pase con cuidado y deje al menos 3 pies entre el vehículo motorizado y el ciclista.

A menudo aparecen zonas de conflicto con líneas discontinuas en las que los autos pueden girar a la derecha y cruzar la ciclovía. Las líneas discontinuas alertan a los ciclistas de que los vehículos pueden incorporarse a la ciclovía en estos lugares. Los conductores deben tener mucho cuidado y revisar si hay ciclistas en esta zona y sus alrededores.

- * Las zonas de conflicto con líneas discontinuas se encuentran en toda la ciudad, por ejemplo, en Laurel Street y Ravenswood Avenue.



CICLOVÍA PROTEGIDA

Las ciclovías protegidas están separadas del tráfico de vehículos por barreras físicas como postes, bordillos o autos estacionados. Proporcionan un espacio más seguro para que los ciclistas viajen. Si bien las ciclovías protegidas crean una mayor separación entre los autos y los ciclistas, los conductores deben permanecer alertas cuando un ciclista se encuentre en una ciclovía protegida cerca de ellos.

SHARROW

Un sharrow, o marca de carril compartido, indica un carril compartido para vehículos y bicicletas. Cuando vea un sharrow, recuerde compartir la carretera con personas que vayan en bicicleta, ya que los ciclistas pueden usar todo el ancho del carril.



CARRETERA QUE CRUZA EL SENDERO PARA BICICLETAS/PEATONES

Se trata de cruces señalizados donde los senderos para bicicletas o peatones se entrecruzan con la carretera. Esté especialmente alerta en estos cruces y ceda el paso a las personas que caminan o andan en bicicleta.

Cruces de vías del tren

Los cruces de vías del tren son áreas de peligro potencial. Hay cuatro cruces de vías del tren con Caltrain en Menlo Park: Encinal Avenue, Glenwood Avenue, Oak Grove Avenue y Ravenswood Avenue. Siempre reduzca la velocidad, mire a ambos lados y escuche los trenes que se aproximan antes de cruzar. Recuerde que los trenes siempre tienen el derecho de paso y no pueden detenerse instantáneamente debido a su peso y velocidad.

Caltrain está trabajando para cambiar sus trenes de diésel a electricidad. Los nuevos trenes eléctricos serán más silenciosos que los trenes diésel, pero seguirán haciendo sonar sus bocinas como advertencia cuando se acerquen a los cruces.

Espera siempre a que baje la barrera: Es posible que no oiga venir el tren. Asegúrese de esperar a que la barrera suba por completo antes de cruzar. Nunca asuma que solo hay un tren que viene de una sola dirección.

NO se detenga en la vía: Asegúrese de tener suficiente espacio para cruzar las vías del tren antes de cruzarlas.

Si su auto se para en una vía, saque a todos rápidamente: Huya de las vías y de su auto para evitar que lo golpeen los escombros que vuelan. Llame al número que aparece en la señal azul del sistema de notificación de emergencias cerca de las vías. Si no hay ningún letrero visible, llame al 911.



Manténgase alejado de los cables dañados: Si ve un cable eléctrico caído o que esté dañado de otro modo, manténgase al menos a 25 pies de distancia, ya que estos cables transportan 25,000 voltios de electricidad. En caso de emergencia, llame a la policía de tránsito al 1.877.SAF-RAIL (1.877.723.7245).



Enlaces útiles

- * [California - Impact Teen Drivers](#)
- * [Capacitación de conductores amigables, Liga de Ciclistas Americanos](#)
- * [Plan de Acción Visión Cero de Menlo Park](#)
- * [Leyes de seguridad infantil y cinturones de seguridad en California, coalición de Safe Kids](#)
- * [Llegar de aquí a allá de forma segura](#): un folleto de seguridad para jóvenes y padres para todos los usuarios de las carreteras. Stanford Children's Health y el Departamento de Salud Pública del Condado de Santa Clara.



CITY OF
MENLO PARK

