

# La bicicleta y la seguridad

Niños: Aprende qué puedes hacer para sentirte seguro mientras andas en bicicleta.



- ¡Usa siempre un casco para bicicletas! Asegúrate de que tu casco para bicicletas encaje bien sacudiendo tu cabeza hacia arriba y abajo y de un lado al otro. Si tu casco se mueve con facilidad tus padres podrán agregar el relleno, la guata o protección que tiene el casco para que encaje más ajustadamente. Si el casco se mueve fácilmente después de hacerlo entonces no es del tamaño justo para tí y tus padres deberán reemplazarlo.
- Pregúntale a tus padres si la bicicleta es del tamaño justo para tí.
- Pídele a un adulto que te ayude a revisar los neumáticos y frenos de tu bicicleta para asegurarte de que funcionen correctamente antes de andar en ella.
- Cuando viajes en bicicleta usa ropa de colores llamativos y asegúrate de que tu bicicleta tenga reflectores para que los conductores puedan verte fácilmente.
- Nunca uses tu bicicleta temprano por la mañana, con poca luz o después de oscurecer.
- Anda en bicicleta únicamente en los lugares que son seguros de acuerdo con la opinión de tus padres.
- Conoce las reglas del camino y obedécelas siempre:
  - usa las señales manuales correctas para las paradas y los giros
  - anda en la misma dirección que el tráfico
  - obedece todas las señales o carteles y los semáforos
  - camina con tu bicicleta al cruzar las intersecciones con mucho tráfico
  - para y mira izquierda-derecha-izquierda y hacia atrás antes de salir a la calle en bicicleta

## ¿CUÁL ES TU SEÑAL?

Completa los espacios con las letras que se comparan con cada señal manual que aparece a continuación.



1. \_\_\_\_\_



2. \_\_\_\_\_



3. \_\_\_\_\_

- A. giro hacia la derecha
- B. giro hacia la izquierda
- C. parar, bajar de velocidad

RESPUESTAS:  
1-B; 2-A; 3-C



**SAFETY EDUCATION  
AND OUTREACH**

INDIANA UNIVERSITY  
School of Medicine  
Department of Pediatrics

¿Deseas saber más?

[rileysafetystore.org](http://rileysafetystore.org)