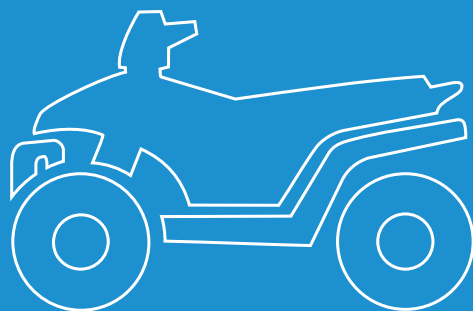


CONDUCCIÓN CUATRICICLOS

Módulo 2 - Indumentaria



Indumentaria

El Casco

El casco es el principal elemento de seguridad para los conductores de cuatriciclos. Es obligatoria la utilización del casco reglamentario, correctamente colocado y sujeto

Funciones del casco

El casco sirve para reducir el riesgo de traumatismos craneoencefálicos graves al aminorar el impacto de una fuerza o colisión en la cabeza.

Básicamente debemos discriminar tres funciones:

- Reduce la desaceleración del cráneo y por lo tanto, el movimiento del cerebro al absorber el impacto, el material mullido incorporado en el casco absorbe parte del impacto y en consecuencia la cabeza se detiene con más lentitud. Esto significa que el cerebro no choca contra el cráneo con tanta fuerza.
- Dispersa la fuerza del impacto sobre una superficie más grande, de tal modo que no se concentre en áreas particulares del cráneo.
- Previene el contacto directo entre el cráneo y el objeto que hace impacto, al actuar como una barrera mecánica entre la cabeza y el objeto.

Tipos de Cascos



Existen múltiples modelos de cascos, desde los más sencillos conocidos como abiertos (jet, semijet o quita multas) de escasa efectividad, hasta los más seguros conocidos como cascos integrales que ofrecen la máxima protección.

El material del casco debe absorber correctamente cualquier impacto, y cuanto más ligero sea más cómodo resultará su uso. En su interior el material elegido suele ser polispan por sus propiedades anti vibración para ajustarse a la cabeza.

Los cascos modulares permiten levantar la parte delantera y en consecuencia resultan menos seguros aunque proporcionan una mayor comodidad de uso.

Casco off road / enduro / trial



Los cascos de motocross están diseñados para una actividad muy específica con lo que su uso se desaconseja fuera de este ámbito.

Estos cascos no incorporan pantalla de protección, por lo que se deben usar gafas o antiparras para evitar el impacto de piedras u otros elementos. El casco de motocross añade una especie de visera que nos protegerá del sol o de la lluvia.

Jet

Nivel de protección: muy baja. Los cascos Jet ofrecen un grado de protección algo mayor que los classic o retro, pero aun así su seguridad es muy baja. Protegen mayor parte de la cabeza pero dejan la cara

completamente al descubierto. Son muy comunes como cascos ciudadanos debido a su ligereza y reducido tamaño, sobre todo como cascos para scooter.

Jet con pantalla

Nivel de protección: baja. Los cascos Jet con pantalla son prácticamente iguales a los cascos Jet pero con la ventaja de contar con una pantalla protectora que nos libra del viento, el polvo o posibles insectos. Aun así sus pantallas no resisten fuertes impactos y la cara continúa estando al descubierto, por lo que su nivel de protección sigue siendo bajo. Aunque su uso está extendido también entre motos mayores son muy comunes entre scooter y mega scooter.

De trial

Nivel de protección: buena. Aunque un casco de trial tenga la misma apariencia que un casco Jet sin pantalla son cascos desarrollados para la práctica de trial con motos de trial, por eso su nivel de protección es considerado bueno, ya que cumplen su cometido con seguridad en la práctica de esta disciplina, pero no fuera de ella. Aunque por norma general están homologados para circular con ellos también por rutas en ese momento se convierten en un casco Jet sin pantalla más, bajando su protección a muy baja ya que no es para lo que han sido diseñados.

Off road (Recomendado)

Nivel de protección: buena. Los cascos off road son cascos muy específicos diseñados especialmente para su uso en motos enduro o motos motocross. Son cascos muy ligeros, con una prominente mentonera muy aireada y visera contra el sol pero sin pantalla ya que están diseñados para ser utilizados con gafas de enduro o motocross. Son cascos con los que normalmente se hace un gran ejercicio físico por lo que están diseñados para garantizar una buena ventilación, así como un amplio campo de visión.

Multi-modular

- Nivel de protección: variable. Una de las últimas modalidades de cascos en llegar al mercado son los multi-modulares, cascos que son varios cascos en uno gracias a las posibles combinaciones de sus piezas. Así, montando y desmontando se consiguen cascos integrales, de enduro, urbanos, con o sin pantalla, con o sin visera y con o sin mentonera.

Rebatible

Nivel de protección: buena. Los cascos modulares ganaron popularidad rápidamente dada su practicidad son cascos de mentonera abatible en los que accionando un simple mecanismo un casco integral se convierte en un casco parecido a un jet, siendo en consecuencia más pesados que un casco integral. Por lo general no está permitido circular con la mentonera abierta, ni tampoco es recomendable, pero es un casco muy práctico y cómodo para largos viajes con motos de turismo donde las paradas son frecuentes y permite descubrirse la cara sin necesidad de quitarse el casco. Algunos, como en este caso, incorporan una pequeña pantalla ahumada.

Trail (Recomendado)

Nivel de protección: alta. Los cascos trail son cascos a medio camino entre los cascos off road y los cascos integrales. Cascos de una sola pieza, con una mentonera que deja la cara muy despejada, como los off road, con visera para el sol como los off road, pero con pantalla como los integrales. El uso de los cascos trail están muy extendidos en motos trail y de espíritu adventure, así como entre los que gustan del enduro tranquilo. Son más ligeros que los integrales pero también más ruidosos.

Integral

Nivel de protección: muy alta. Los cascos integrales son los más comunes de todos y los que mayor nivel de protección ofrecen. Están compuestos de una sola pieza por lo que en caso de impacto nada se podría desmontar. Son los que mejor se adaptan a la cabeza, protegiendo, firmemente toda la cara y la barbilla. Son los cascos más recomendables para todo tipo de motocicleta de ruta, desde scooter hasta grandes motos turísticas. . Los hay de muy diversas gamas, siendo los de gama más alta los más ligeros y más silenciosos.

Eligiendo un Casco:

Más allá de la clase de elección, se deben tener en cuenta los siguientes requisitos:

- Que reúna los estándares requeridos por las entidades que reglamentan sus características (homologados).
- Que no presente defectos a simple vista: fisuras, elementos sueltos, las correas gastadas o dañadas; que sus partes no estén debidamente ajustadas unas con otras.

- Que se ajuste con comodidad y exactitud a la cabeza. Recordar que la debe proteger y que al circular, el movimiento no lo debe desajustar.

Es importante el ajuste por dos razones:

- Que no cause incomodidad con presiones en ciertos lugares.
- Que no se salga en caso de siniestro o golpes.

En caso de usuarios que necesiten usar anteojos recetados, o de sol, deben asegurarse que el casco tenga suficiente espacio.

El casco y su visera deben permitir el paso del aire para evitar que se empañe la visera, circunstancia muy peligrosa porque afecta la visión.

Componentes del casco

- Cáscara exterior dura y lisa, con un relleno amortiguador de alta densidad, que lo cubra interiormente. Un acolchado flexible adherido al relleno, que ajuste el casco perfectamente al contorno de la cabeza, puede estar cubierto por una tela absorbente.
- No son aptos para la circulación los cascos de uso industrial u otros no específicos para motocicletas.
- Deben contener un sistema de retención, de cintas y hebillas, que pasando por debajo del mentón sujeta correctamente el casco a la cabeza.
- Puede tener adicionalmente: visera, protector facial inferior integrado o desmontable y pantalla visora transparente.
- Cuando ha soportado un fuerte golpe debe ser reemplazado (aún cuando el daño no resulte visible).

Protección de los ojos y rostro

Visor (en los casos de que el casco sea abierto)

La visera del casco confeccionada con un material resistente a los golpes ofrece protección en varios aspectos:

- Protege el rostro de los golpes en un choque.
- Protege los ojos.
- Protege del viento, polvo, barro, agua e insectos y de elementos arrojados por vehículos que circulen adelante.
- Debe tener claridad y amplitud adecuada que permita una amplia visión al frente y a los costados.
- Debe resistir golpes punzantes.
- La visera debe estar firmemente ajustada al casco para evitar que se salga en el caso de golpes y evitar en caso de viseras movibles, que puedan girar con comodidad ya que evita distracciones que puede provocar un incidente.

Anteojos de seguridad

El conducir con los ojos desnudos, sin protección tiene alto riesgo de sufrir alguna herida.

Una protección ocular apropiada significa un visor en su casco o un par de anteojos de seguridad a prueba de golpes. Se entiende por tal el armazón sujeto a la cabeza que cubre el hueco de los ojos con elementos transparentes, que los proteja de la penetración de partículas o insectos. La transparencia no debe perturbar la visión, distorsionarla ni causar cansancio.

Guantes

Protegen del frío, sol y piedras. Evitan heridas en caso de caídas, además de mejorar el tacto con los comandos

Botas

Protegen los pies, tobillos y parte de la pierna ante una eventual caída, deben ser adecuadas, sin cordones ni tacos y si es posible con puntera de seguridad

Ropa

Existen distintos tipos de indumentaria para utilizar, hay monos, pecheras, pecheras tipo armadura, fajas, rodilleras, protección cervical, monos con airbag, etc. Toda esta indumentaria ha sido desarrollada para proteger al conductor en caso de caídas, lo recomendable es que siempre que conduzcas tu cuatri, cuentes con la vestimenta adecuada para evitar lesiones en el caso de una caída