

# CONDUCCIÓN EFICIENTE

- ✘ **PARADAS:** En paradas prolongadas (por encima de 60 segundos), se recomienda apagar el motor.
- ✘ **EN PENDIENTES:**
  - Descendiente: levantar el pie del acelerador son reducir la marcha y dejar bajar al coche por su propia inercia, si la aceleración no se mantiene se acelera lo justo para conseguir la velocidad pretendida.  
No bajarla nunca con el coche en punto muerto
  - Ascendente: procurar circular en la marcha más elevada posible aunque tengamos que pisar más el acelerador
- ✘ **VENTANILLAS:** no conducir con las ventanillas bajadas ya que hay mayor resistencia al movimiento del vehículo. Para ventilar mejor utilizar los dispositivos de aireación.
- ✘ **LAS BACAS y otros dispositivos** de transporte situados en techo también aumentan la resistencia al aire del vehículo aumentando el consumo del mismo.
- ✘ **OTROS: Control de presión de neumáticos**, la falta de presión provoca que el vehículo ofrezca mayor resistencia a la rodadura, el motor tiene que desarrollar mayor potencia para poner y mantener en movimiento al vehículo.
- ✘ **Una mala distribución de LA CARGA** puede ofrecer mayor resistencia al aire y mayor inestabilidad provocada por la disminución de la adherencia del eje delantero.



El estilo de conducción influye en gran medida en el consumo de cualquier automóvil, determinadas costumbres aumentan el gasto en el combustible, contaminan más e incluso provocan el deterioro prematuro de los vehículos.



## ¿QUÉ ES LA CONDUCCIÓN EFICIENTE?

Es un modo de conducir el vehículo que tiene como objetivo lograr un bajo consumo de carburante a la vez que reducir la contaminación ambiental. A su vez se obtiene un mayor confort en la conducción y una disminución en los riesgos en la carretera..

## ¿QUE VENTAJAS TIENE?

- ✘ Mejora el confort de conducción y disminuye la tensión: se evitan frenazos bruscos y aceleraciones, cambios de marchas adecuados...estilo de conducción que impregna tranquilidad.
- ✘ Ahorro económico de combustible.
- ✘ Reducción de contaminación urbana que mejora la calidad del aire respirado.
- ✘ Incremento de la seguridad vial:
  - Mantener una buena distancia de seguridad para disponer de tiempo de reacción suficiente
  - Reducir la velocidad punta que se puede alcanzar en un determinado recorrido para conseguir una velocidad media constante
  - Conducir anticipando y previniendo lo que puede suceder



[www.larioja.org/prevencionderiesgos](http://www.larioja.org/prevencionderiesgos)

## CLAVES PARA UNA CONDUCCIÓN EFICIENTE

Para tener en cuenta

### ✘ ARRANQUE Y PUESTA EN MARCHA

- Arrancar el motor sin pisar el acelerador
- **Diésel:** esperar unos segundos antes de iniciar la marcha
- **Gasolina:** La marcha puede iniciarse inmediatamente después de arrancar el motor

✘ **VELOCIDAD DE CIRCULACIÓN:** Mantén una velocidad lo más uniforme posible, evitando frenazos, acelerones, y cambios de marchas innecesarios.

### ✘ UTILIZACIÓN DE MARCHAS

- Primera: sólo para el inicio de la marcha, cambia a segunda lo antes posible, a los 2 segundos o 6 metros recorridos aproximadamente.
- Uso racional de las marchas: Circula preferentemente en marchas largas y a bajas revoluciones pues el vehículo así consume menor. Circulando con marchas más largas se obtiene un ahorro comparativo del orden del 20% en el número de cambios realizados, lo que significa un ahorro en el uso del embrague, de los frenos, de la caja de cambios y del motor.

✘ **AIRE ACONDICIONADO O CLIMATIZADOR:** es uno de los accesorios con mayor incidencia en el consumo del automóvil. Es recomendable mantener una temperatura interior del vehículo constante.

✘ **BUENA ANTICIPACIÓN Y DISTANCIA DE SEGURIDAD ADECUADAS:** evita frenazos y aceleraciones bruscas.

✘ **DECELERACIÓN:** Levante el pie del acelerador y dejar rodar el vehículo con la marcha metida en ese momento, frenar de forma suave, y reducir de marcha lo más tarde posible.

✘ **DETENCIÓN:** Siempre que la velocidad y el espacio lo permitan detener el coche sin reducir previamente de marcha.