



ANEXO

**Elementos de Protección
Personal recomendados**

**PARA TRANSITAR
EN MOTO
BICI Y PATINETA**



**MI VIDA
SIGUE EN**

MOVIMIENTO



MOTOCICLISTA

ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL RECOMENDADOS



CASCO

Recomendaciones

- Deseable mínimo ranking 4 estrellas SHARP (<https://sharp.dft.gov.uk/>).
- La visera no debe ser coloreada.
- Aunque la norma permite varios tipos de casco, se sugiere casco tipo integral: brinda mayor seguridad (recubre la cabeza completamente, todas sus partes son fijas, por lo cual ninguna saldrá de su lugar en caso de accidente) y es más cómodo (disminuye el ruido del viento en los oídos y evita golpes del viento en la cara y ojos).
- Los fabricantes suelen situar la vida útil de un casco entre cinco y ocho años. Permanece atento al cumplimiento de este periodo para reemplazarlo oportunamente.
- El casco siempre debe portarse abrochado. No debe moverse fácilmente respecto a la cabeza del usuario, ni caer sobre los ojos, ni presionar en la frente. No debe obstaculizar la visión periférica del conductor ni presionar las gafas (si se llevan).
- Un casco que haya sido objeto de un impacto fuerte debe retirarse de la operación.
- Debe llevar en la parte posterior externa la placa del vehículo.

Certificaciones/Normas



Equivalente o voluntaria:

SNELL y DOT (USA) y ECE/ONU R22 (Europa)

Obligatoria: NTC 4533



CHAQUETA



Recomendaciones

- Chaqueta para motociclista en material resistente a la fricción. Si es posible, asegúrate de elegir un tejido con un peso importante (se mide en "denier"), prefiere al menos 500D.
- Prefiere colores fluorescentes que contrasten con el entorno de la carrera, que se vean, diferentes al negro.
- Que cuenten con paneles reflectantes que los hagan visibles al ser iluminados por otros vehículos.
- Deben contar, mínimo, con protecciones de impacto en codos, hombro y espalda.
- Deben ser lo bastante anchas para ir cómodo y lo bastante apretadas para mantener los protectores de impacto en su sitio.
- Pueden llevar correas para evitar que se salgan de las manos (el 56% de las heridas se producen en los brazos).
- En lo posible, usar chaqueta con airbag, que cada vez son más frecuentes por su eficacia al reducir la gravedad de las lesiones en un accidente, mediante el inflado rápido de recamaras de aire que cubren las zonas vitales.

Certificaciones/Normas



Equivalente o voluntaria:

EN 1621-1 , EN 1621-2

Ropa de protección frente a impactos mecánicos para motociclistas. Parte 1 articulaciones, parte 2 espalda.



CHALECO REFLECTIVO

Recomendaciones

- Debe ser usado entre las 6:00 p.m. y las 6:00 a.m., y cuando las condiciones climáticas lo ameriten.
- Si la chaqueta enunciada en el ítem anterior cuenta con los suficientes elementos reflectivos o es toda reflectiva, podría omitirse el uso de este chaleco pues ya estaría cumpliendo con la función que exige la norma de hacerlo visible en horarios de baja visibilidad.

Certificaciones/Normas



Obligatoria:

Art. 94 Código Nacional de Tránsito Terrestre



GUANTES

Recomendaciones

- Material: protección intermedia (cuero, piel fina o nylon), protección avanzada (telas alta tecnología, ejemplo, Kevlar, Nomex o piel gruesa).
- Deben proteger las manos y las muñecas sin dificultar el manejo del vehículo. Reforzados en la palma y con protección anti impacto en los nudillos.
- Ajustar perfecto a la mano del conductor y deben ser impermeables.

Certificaciones/Normas



Equivalente o voluntaria:

EN 13594 Guantes de protección para motociclistas.



RODILLERAS / ESPINILLERAS

Recomendaciones

- Deben ofrecer protección en rodilla y canilla mediante un diseño ergonómico que no dificulte el movimiento natural de la pierna.
- Portarse preferiblemente debajo de la ropa en contacto con la piel, así se desplazarán menos. En caso de postura sobre la ropa, el elemento deberá contar con bandas de silicona o similares que busquen evitar el desplazamiento.

Certificaciones/Normas



Equivalente o voluntaria:

EN 1621-1 Ropa de protección frente a impactos mecánicos para motociclistas. Parte 1 articulaciones.



BOTAS O ZAPATOS DE MOTOCICLISTA

Recomendaciones

- Deben cubrir, mínimo, todo el pie y el tobillo.
- Material impermeable y resistente al arrastre, suela antideslizante.
- Con protecciones para los dedos, tobillos y el empeine.
- Si tienen cordones y no se atan bien, pueden enredarse en las palancas de freno o cambio y provocar una caída. Prefiere la cremallera, los broches o el velcro.

Certificaciones/Normas



Equivalente o voluntaria:

EN 13634 Calzado de protección para motoristas.



CICLISTA

ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL RECOMENDADOS



CASCO

Recomendaciones

- El Ministerio de Transporte recomienda el uso de casco siempre que se use una bicicleta, siendo obligatorio solamente cuando el conductor sea un menor de edad o cuando se trate de eventos deportivos, competitivos o en entrenamiento (Art. 18 Resol. 160 de 2017).
- El casco siempre debe portarse abrochado, no debe moverse fácilmente respecto a la cabeza del usuario, ni caer sobre los ojos.
- Los fabricantes suelen situar la vida útil de un casco entre cinco y seis años. Permanece atento al cumplimiento de este periodo para reemplazarlo oportunamente.
- Un casco que haya sido objeto de un impacto fuerte debe retirarse de la operación.
- Para desplazamientos en la noche, cascos de colores vivos o con franjas reflectivas facilitarán la visibilidad en la vía.

Certificaciones/Normas



Equivalente o voluntaria:

USA (SNELL: B-90A, B-95A, B-90C, B-95C).

Europa (EN 1078 Cascos para ciclistas y para usuarios de monopatines y patines de ruedas).



GAFAS

Recomendaciones

- Filtro 100% protección UV.
- Que permitan una visión nítida, muy ligeras y que presten buena resistencia a los impactos.
- Para circular en la noche, el lente no puede ser oscuro, es decir, que opaque y dificulte la vista nocturna. En estas situaciones es buena idea contar con gafas de lentes intercambiables.



GUANTES

Recomendaciones

- Se recomienda que sean ligeros, cómodos y que cuenten con una transpiración adecuada.
- Son fabricados en variados materiales y existen de medio dedo o dedo completo. Se deben escoger de acuerdo con la temperatura y la climatología con la que vayamos a rodar.
- Deben tener protecciones o una zona más acolchada en la palma de la mano.



LUCES

Recomendaciones

- Cuando circulen en horas nocturnas, deben llevar dispositivos en la parte delantera que proyecten luz blanca, y en la parte trasera que refleje luz roja.

Certificaciones/Normas



Obligatoria:
Artículo 9, Ley 1811 de 2016



SCOOTER O PATINETA CON MANUBRIO (ELÉCTRICA)

ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL RECOMENDADOS



CASCO

Recomendaciones

- El casco siempre debe portarse abrochado. No debe moverse fácilmente respecto a la cabeza del usuario, ni caer sobre los ojos.
- Los fabricantes suelen situar la vida útil de un casco entre cinco y seis años. Permanece atento al cumplimiento de este periodo para reemplazarlo oportunamente.
- Un casco que haya sido objeto de un impacto fuerte debe retirarse de la operación.
- Para desplazamientos en la noche, cascos de colores vivos o con franjas reflectivas facilitarán la visibilidad en la vía.

Certificaciones/Normas



Equivalente o voluntaria:

USA (SNELL: B-90A, B-95A, B-90C, B-95C).

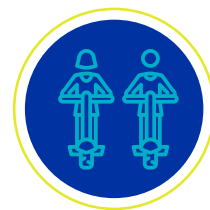
Europa (EN 1078 Cascos para ciclistas y para usuarios de monopatines y patines de ruedas).



GAFAS

Recomendaciones

- Filtro 100% protección UV.
- Que permitan una visión nítida, muy ligeras y que presten buena resistencia a los impactos.
- Para circular en la noche, el lente no puede ser oscuro, es decir, que opaque y dificulte la vista nocturna. En estas situaciones es buena idea contar con gafas de lentes intercambiables.



GUANTES

Recomendaciones

- Se recomienda que sean ligeros, cómodos y que cuenten con una transpiración adecuada.
- Son fabricados en variados materiales y existen de medio dedo o dedo completo. Se deben escoger de acuerdo con la temperatura y la climatología con la que vayamos a desplazarnos.
- Deben tener protecciones o una zona más acolchada en la palma de la mano.



RODILLERAS

Recomendaciones

- Deben ofrecer protección en rodilla mediante un diseño ergonómico que no dificulte el movimiento natural de la articulación.
- Portarse, preferiblemente, debajo de la ropa en contacto con la piel. Así se desplazarán menos. En caso de postura sobre la ropa, el elemento deberá contar con bandas de silicona o similares que busquen evitar el desplazamiento.
- Deseable que cumplan con norma EN 1621-1 (Ropa de protección frente a impactos mecánicos para motociclistas, parte 1 - Articulaciones).



LUCES

Recomendaciones

- Para circular en horas nocturnas, se deben portar dispositivos en la parte delantera que proyecten luz blanca, y en la parte trasera que emita luz roja (esta luz puede ir anclada en la parte posterior del casco).