

# Conducir una moto por la noche. Todo lo que debes tener en cuenta



Sara Soria  
19 de febrero 2021

0

0

Conducir una moto por la noche no es lo más habitual pero hay ocasiones en las que nos tenemos más remedio, bien por el horario de nuestra jornada laboral, porque se nos ha hecho tarde regresando de un viaje o por cualquier otra necesidad. Hay que tener en cuenta que para muchos usuarios la moto es su único medio de desplazamiento, además, **en los meses de invierno, las horas de luz solar se reducen** de forma considerable y, muchas veces, van acompañadas de meteorología adversa.



Aunque, en general, por la noche ocurren menos accidentes, los que se producen suelen ser más graves.

En este reportaje te voy a contar los **riesgos que conlleva la conducción nocturna** y algunas recomendaciones para aumentar su seguridad cuando tengas que conducir una moto por la noche. Si te consideras un auténtico ave rapaz nocturna a los mandos de tu moto, sigue leyendo.

## Mayor riesgo por la noche, ¿cuáles son las razones?

Aunque, en general, por la noche ocurren menos accidentes, los que se producen suelen ser más graves. **Los conductores de motocicletas y ciclomotores, además, están más expuestos** porque su visibilidad es menor que la de un coche u otro vehículo de mayores dimensiones. No hay que olvidar que los motoristas están incluidos en el grupo de usuarios vulnerables. ¡Ojo al dato! En 2019 una de cada cuatro víctimas mortales fue un motorista.

Si nos toca conducir de noche, lo primero es pensar en **la salud visual del conductor**. ¿Revisamos nuestra vista periódicamente? Es algo fundamental porque el 90% de la reacción de un conductor depende de la visión y, como es lógico, por la noche vemos peor. **Perdemos agudeza visual, campo de visión y pueden quedar ocultos obstáculos o peligros** que sí vemos durante el día. A esto hay que añadir que hay conductores que padecen miopía nocturna, es decir, tienen dificultad para distinguir un peatón o animal sobre un fondo. El **riesgo de atropello** aumenta por la noche.



Por la noche perdemos agudeza visual y aumenta el riesgo de atropello. Si circulas por una carretera secundaria, estate muy atento ante la posible presencia de animales.

Además de encontrar zonas oscuras, también podemos sufrir **deslumbramiento** ocasionado por puntos intensos de luz como pueden ser los de una farola o las luces de otros vehículos.

Y si llueve, hay niebla o está el **suelo mojado**, estos problemas de visión se agravan porque el pavimento mojado absorbe una buena parte de las radiaciones lumínicas de los faros, además de que aumenta el **riesgo de deslizamiento** de la motocicleta o ciclomotor, especialmente si circulas por carretera secundaria con curvas. Consulta nuestras recomendaciones para [conducir una moto con lluvia, viento, nieve o hielo](#).

Un estudio elaborado por el Real Automóvil Club de España (RACE) y la Fundación Alain Afflelou nos recuerda que por la noche perdemos hasta el 20% de agudeza visual y **el cerebro tiene que realizar un mayor esfuerzo para actuar con rapidez y eficacia**. También hacen hincapié en las personas que utilizan **gafas** ya que pueden sufrir reflejos en los cristales. Para evitarlos recomiendan **usar lentes con recubrimiento anti-reflejante**.

También hay que tener muy en cuenta que cuando conducimos de noche hay más probabilidad de que aparezca la **fatiga o la somnolencia** a los mandos lo que conlleva una reducción de nuestro nivel de alerta.



La visibilidad de una moto es mucho menor que la de un coche y el motorista no cuentan con una carrocería que les proteja en caso de colisión o caída. De noche es importante ver y hacerte ver.

## Consejos para conducir de noche una moto

Estos factores de riesgo son comunes a todos los conductores de un vehículo, pero en el caso de los motoristas por su mayor vulnerabilidad, están más expuestos. No nos olvidemos que su **visibilidad es mucho menor que la de un coche y que no cuentan con una carrocería que**

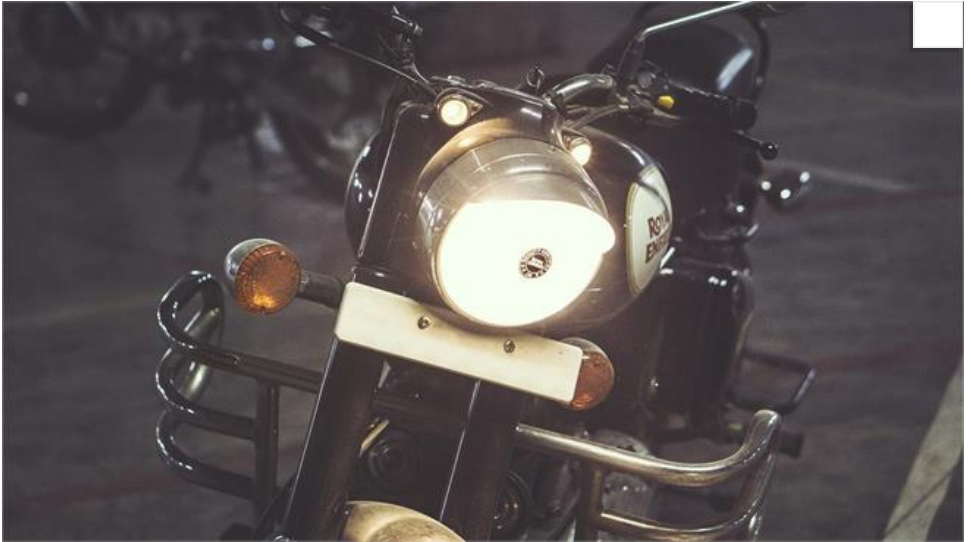
**les proteja** en caso de colisión o caída. Aquí van unas recomendaciones para que conduzcas de noche más seguro:

## Usa prendas reflectantes

Siempre es importante **ver y hacerse ver** pero más aun si vamos a conducir de noche. Para hacerte ver, utiliza un **chaleco reflectante o prendas y casco con elementos fluorescentes**. Elige preferentemente equipamiento de colores claros. Si tu moto va equipada con baúles o maletas, asegúrate que también incluyan algún adhesivo reflectante.

## Revisa las luces

Y para ver lo mejor posible, revisa las luces de tu moto: luz de cruce, largas o de carretera, intermitentes, freno y luz de la matrícula. **Deben funcionar correctamente y estar bien nivelados** para que iluminen correctamente y no deslumbren a otros conductores. Además, comprueba que los **faros y grupos ópticos traseros estén en buen estado y limpios**. Éstos últimos son muy importantes para que los conductores que circulan por detrás te vean. Hace poco te contábamos que, en el caso de las motocicletas y ciclomotores, [la mayoría de los rechazos en la inspección técnica de vehículo o ITV se producen por defectos en el alumbrado](#). Tampoco olvides revisar los catadióptricos -encargados de reflejar la luz de otros vehículos, de una farola...-. La normativa obliga a las motos a equipar un catadióptrico trasero y de forma opcional dos laterales.



Las luces deben funcionar correctamente y los faros estar bien nivelados para que iluminen correctamente y no deslumbren a otros conductores.

La **tecnología de iluminación en las motos** no ha evolucionado tanto como en los coches pero sí encontramos **iluminación LED o faros adaptativos** en motocicletas de alta gama. Algunas de las pioneras en iluminación LED fueron la [Ducati Panigale](#), la [Yamaha FJR 1300](#) o la [KTM 1290 Super Duke GT](#) en el año 2016 y actualmente BMW incluso ofrece iluminación LED en opción en su gama más económica. En el caso de los faros adaptativos, la primera moto en incorporarlos fue la [BMW K 1600 GT](#) en 2010. Si sueles conducir de noche y en moto con frecuencia, sería aconsejable valorar la compra de una moto con un sistema de iluminación avanzado.

## Visita al oftalmólogo

Si no usas gafas para ver no debes confiarte. Todos necesitamos **revisar nuestra vista de forma periódica** -los expertos recomiendan hacerlo una vez al año-. Y si usas gafas, con más necesidad tienes que acudir a la óptica o al oftalmólogo, especialmente si circulas de noche con frecuencia. Según el estudio del RACE y Alain Afflelou **sólo el 39% de los conductores reconoce visitar el oftalmólogo una vez al año**, mientras que un 17% afirma no haberse hecho nunca una revisión oftalmológica. ¡Tu salud es lo primero!

## Casco siempre obligatorio y con visera transparente

Otro detalle para ver lo mejor posible es la visera que utilices -además de estar limpia y sin arañazos-, debe ser transparente para conducir de noche. Si tienes un casco con visera ahumada u oscura para que no te moleste el sol cuando conduces de día -tiene que ser siempre homologada-,

debes saber que dicha visera no se puede usar por la noche porque resta mucha visibilidad. **El uso de estas viseras ahumadas por la noche está multado** con 200 euros y tres puntos menos en el carnet de conducir.



Los neumáticos es un elemento clave en la seguridad de cualquier vehículo porque es el único punto de contacto con el asfalto. Elige los que ofrezcan un buen agarre.

## Por el centro del carril y con mayor distancia de seguridad

Cuando te pones a los mandos de un vehículo la concentración sobre la carretera y lo que ocurre a tu alrededor debe ser máxima, sobre todo por la noche, porque **vemos peor posibles obstáculos o baches, hay más zonas oscuras con peligros escondidos, charcos de agua, gravilla o hielo...** Para reducir riesgos es recomendable que circules por el centro de tu carril y que aumentes la distancia de seguridad respecto al vehículo que circula delante, así tendrás más espacio para frenar en caso de que surja un imprevisto. Recuerda que por la noche suele aumentar nuestro tiempo de reacción.

## Neumáticos en buen estado

Los neumáticos es un elemento clave en la seguridad de cualquier vehículo porque es el único punto de contacto con el asfalto, pero en el caso de las motos, son todavía más importantes porque la inestabilidad es mayor. Revísalos con frecuencia, al menos una vez al mes y siempre que vayas a salir de viaje: comprueba **que tengan la presión que recomienda el fabricante, que la profundidad del dibujo no sea inferior a 1,6 milímetros** y **que no presenten grietas** o cualquier otro desperfecto. No olvides que son muy importantes para tu seguridad por lo que elige unos neumáticos de buena calidad que garanticen un buen agarre.



Para conducir de noche es importante utilizar prendas de colores claros o fluorescentes y con elementos reflectantes.

## Protégete con un equipamiento adecuado

Siempre insistimos en lo importante que es el equipamiento para un motorista. De ello va a depender que sufras más o menos lesiones en caso de caída. Debes de usar un equipamiento con protecciones especialmente diseñado para montar en moto pero, además, si conduces de noche o con baja luminosidad, **debe llevar elementos reflectantes que te hagan más visible**. ¿Y si es invierno y hace frío? También es importante utilizar **ropa térmica que aisle tu cuerpo del frío**, de esta manera tu cuerpo estará más relajado y conducirás con más seguridad. En estos enlaces te contamos todos los detalles para [circular caliente en ciudad](#) y [de ruta por carretera sin pasar frío](#).

## Adapta la velocidad a las circunstancias

La velocidad inadecuada es el tercer factor más frecuente que está detrás de los accidentes de tráfico, por detrás de las distracciones y el consumo de alcohol. Tan importante es no exceder los límites de velocidad como **ser capaces de adaptar la velocidad a las circunstancias de la vía, de la meteorología y de la luminosidad**. Por tanto, cuando conduzcas de noche adapta la velocidad de tal manera que seas capaz de detectar posibles irregularidades en el asfalto, suciedad, gravilla, zonas con agua, manchas de aceite o pintura deslizante. Importante tener en cuenta que **durante las noches de invierno, aunque no llueva, el asfalto suele estar húmedo**.



La noche y las horas de baja luminosidad suponen un factor de riesgo. El mejor consejo es evitar conducir de noche y si no tienes más remedio, sigue los consejos de este reportaje.

## En un trayecto largo, descansa con frecuencia

La **monotonía** que provoca conducir por la noche y, sobre todo, por autovías o autopistas, puede provocar **fatiga y somnolencia**. Si nos enfrentamos a un viaje largo por carretera debemos realizar una parada como máximo cada dos horas. Necesitamos descansar, **estirar las piernas, relajar los músculos** que se han podido contraer y espabilarnos tomando alguna bebida refrescante (sin alcohol, por favor).

## Los trayectos en moto, mejor de día

La noche y las horas de baja luminosidad suponen un factor de riesgo para la siniestralidad vial. Tenlo en cuenta y conduce siempre con precaución y cumpliendo las normas. No te distraigas, no superes los límites de velocidad y **no te pongas a los mandos si has consumido alcohol o drogas**.

Te hemos dado muchos consejos, pero el más importante lo dejamos para el final. Si puedes evitarlo, **si no es necesario ni urgente, lo más responsable es no conducir de noche**, estarás evitando riesgos.

## En compañía de la noche (por David Remón)



En conducción nocturna, la calidad de los faros de LED, están fuera de toda duda.

Por mi **experiencia en el sector** y probando motos desde hace tantos años, he vivido en mis propias carnes la evolución del sector de la motocicleta. Las nuevas tecnologías han venido para quedarse y actualmente tenemos muchos avances que son muy importantes, porque hoy y aunque algunos todavía sean feudo de algunos pocos privilegiados modelos por el elevado coste de los avances, es bien cierto que la tecnología se ha popularizado hasta puntos insospechables gracias a la industria asiática. **Personalmente le doy más importancia a una moto equipada con buena calidad de luz**, a que aporte un ordenador en el que te pierdas entre sus datos, muchos de ellos innecesarios, o que mi Smartphone esté informándome de quien me llama o qué música escucho...

Todos **los consejos que Sara nos da en este reportaje** son muy importantes llevarlos a cabo y más, cuando uno es consciente de que la media española de usuarios de moto grande rondamos los 50... De poco sirve llevar la mejor moto del mercado en iluminación, sino llevas las gafas necesitándolas; muchos de espíritu joven hemos de ser conscientes de que el "chasis y motor" de **nuestro cuerpo va acumulando óxido...**

Siempre fui un **amante de la conducción nocturna**, dado que si es verdad que la menor visibilidad condiciona, también es verdad que una moto con buena calidad de luz consigue que el disfrute por la noche sea total. La paz, el silencio, los olores más húmedos y frescos, así como alguna noche curvando en luna llena, son sensaciones indescriptibles. **Es algo así como la lluvia**. Antes la odiaba, pero ahora, con gomas de óptimas características para el líquido elemento y un buen mono de agua para no calarme, no tengo problema alguno en que la ruta transcurra bajo tormenta.

Volviendo a lo que hablábamos. La calidad de luz nunca fue una gran aliada de las motos. En todos estos años he visto como ha habido **modelos que pasaban de puntillas la nota de aprobado**, unas veces por dar preferencia al diseño y en otras porque la homologación española obligaba a que aquellas motos diseñadas de doble óptica, en luces de cruce, solo pudieran llevar una de las ópticas conectadas.... Heredado de la tendencia de los automóviles deportivos que quitaron los faros escamoteables de los '80 para pasarse a **los faros elipsoidales**, menos coste y más aerodinámicos, al llegar también en los '90 al sector de las dos ruedas, el salto en calidad en la mayoría de las novedades fue de retroceso. Sin duda, menor peso y espacio, dando paso a carenados de aerodinámicas de ensueño, pero motos donde rodar de noche era un suplicio.

Hoy **los LED han abierto un gran camino** para aquellos que valoramos la conducción nocturna, incluso en el formato elipsoidal que también los hay, pero que nada ha de ver con aquel funcionamiento en formato bombilla de incandescencia. En las motos, **hemos ganado mucho más que los coches con la llegada de esta tecnología**, primero porque la superficie frontal de las motos es más reducida y segundo porque la capacidad de las baterías es mucho menor y los LED, además, consumen muchísimo menos aun brindando más potencia lumínica y luz más blanca. **El espectro es superior y además más nítido** que aquellos comentados elipsoidales de bombillas H3 o H4. Teniendo en cuenta que con los años se pierde definición visual, a los moteros maduros de hoy en día, nos ha venido muy bien su desembarco.

No se si llegará **el láser a las motos** y si llega creo que todavía tardará por costes. Esa tecnología es bastante más compleja que el simple LED, pero contentos ya estamos el colectivo motero porque a precios sostenibles y en gamas medio e incluso bajas, podemos obtener hasta

13/5/2021

Conducir una moto por la noche. Consejos | Noticias | M

intermitentes dinámicos, otra herencia automovilística.

Si además sumamos que existen **faros dinámicos que iluminan los ángulos muertos** cuando la motocicleta se inclina al tomar la curvas, todavía recupero con más ilusión conducir de noche por carreteras secundarias con motos modernas.

Hoy **la calidad de luz es envidiable respecto a muchas motos de los '90** e incluso de la generación de 2000. Sigo conduciendo de noche, sobre todo por comarcales donde es más fácil **ver cuando hay movimiento de vehículos delante de ti** por la luz que generan. Pero como dice Sara, firmante del reportaje, con mucho cuidado y con conducción relajada, porque los animales que se puedan cruzar en tu camino pueden ser un problema, sobre todo si es un jabalí en vez de un ratón.