

LA GUÍA MUJER AL VOLANTE

La Primer Guía Para Empoderar A
La Mujer En Manejo de Automóviles

Maneja Segura y
con Absoluta
Confianza

EDICION
2025

HECTOR JAYAT

MUJER AL VOLANTE

La Primer Guía Para Empoderar A La Mujer En
Manejo de Automóviles de Manera Segura y Con
Absoluta Confianza En La Jungla de Asfalto

Por Héctor Jayat

CONTENIDO

Prólogo.....	5
¿Para Quién Es Este libro?	7
¿Por Qué Esta Guía Es Para Ti?	8
Conducir Autos Hoy en Día.....	9
El Placer de Manejar	10
¿Qué tan Inteligentes Somos?	11
Mi Círculo de Control Al Manejar.....	16
Conoce Tu Auto.....	17
Ama a tu Bebé Como a Ti Misma.....	18
Conocimientos Básicos	
Documentación Para Conducir.....	24
Tipos de Transmisión.....	25
Cambiemos Ese Neumático.....	27
Manejo en Glorietas.....	33
Sistemas del Automóvil.....	36
Sistema Eléctrico.....	37
Sistema de Frenos.....	39
Sistema de Suspensión.....	40
Sistema de Transmisión.....	41
Sistema de Tracción.....	42
Sistema de Combustión.....	43
Sistema de Enfriamiento.....	44
Sistema de Alineación y Balanceo.....	45

Benditas Fallas	
¿Qué Hacer En Caso De Falla del Automóvil?..	47
Lidiar Con Accidentes	
Primeros Pasos En Caso de Accidente.....	54
Mantenimiento Básico	
Revisiones Básicas- Hazlo Como Pro.....	57
Buenas Prácticas De Manejo	
Todo Tiene Un como Sí.....	65
Fallas Comunes del Automóvil	
Si Esto Pasa, Es Esto y Haz Esto.....	69
Herramientas Básicas	
¿Qué Debo Conocer y Traer en Mi Auto?	76
Conclusión.....	77

Prólogo

Seamos sinceros, cualquiera puede subirse a un auto, girar la llave y apretar los pedales, hombres y mujeres, e incluso manejar bien, atender espejos, usar las luces adecuadamente, manejar a la defensiva y seguir todas las normas de tránsito verdad?

En el mundo machista en que vivimos, siempre se ha visto a las mujeres como seres que no son muy capaces en cuando al manejo de máquinas y/o herramientas, ¿Te ha pasado?, ¿Qué cosa más ridícula verdad?, pues sí, pero eso se acabó.

Bien, pues aunque esta guía habla un poco sobre esos temas, no es el tema principal del mismo, es decir, el enfoque no es enseñarte a manejar como tal, ya que seamos honestos, después de saber cómo encender el auto y saber girar el volante, meter los cambios, espejear, conocer las normas de tránsito y aplicar las buenas prácticas, el resto será la práctica lo que te ayudará a mejorar y volverte experta, te mostraremos algunas recomendaciones del buen manejo, pero aquí, en lo que me quiero centrar, es en como conocer tu auto y que sepas que hacer en casos y situaciones diversas por fallas y/o accidentes, abarcando todos los aspectos de seguridad.

El propósito es empoderarte a ti, mujer, para que conozcas bien tu automóvil, elimines todo tipo de miedos que pudieras tener para moverle a todos los

botones, palancas e interruptores, sepas interpretar bien el tablero, conozcas los básicos de tu automóvil, abrir el cofre, cambiar un neumático ponchado, que ningún mecánico te quiera ver la cara con sus terminologías extrañas y por sobre todo que conozcas y apliques todos los aspectos de seguridad, para que siempre llegues sana y salva a tu destino.

Estoy convencido de que encontrarás esta guía muy útil y que tú misma pondrás esa cara de, wow no lo sabía, o wow que fácil es, ok vamos, dominemos esa máquina!

Que lo disfrutes! Recuerda...

Todo Super Poder (Como Conducir un Vehículo) Conlleva Ciertas Responsabilidades, Mucha Suerte y Cero Miedos!

Héctor Jayat

¿Para Quién Es Este libro?

Aunque este libro está dedicado a las mujeres, nada impide que lo pueda leer algún hombre. La idea de escribir un libro así dedicado a las mujeres surgió ante la necesidad de poder **empoderar a cualquier mujer sobre este tema**, eliminar cualquier estereotipo del pasado y **darles algo sobre qué apoyarse**.

No existía, hasta este momento, una guía práctica que le enseñara a cualquier mujer detrás del volante los pasos a seguir en determinados eventos, todos ellos relacionados con la conducción de un automóvil, mantenimientos, identificación de desperfectos, en cualquier lugar, pero especialmente en la ciudad.



¿Por Qué Esta Guía Es Para Ti?

Esta guía no es para todo mundo, ni para toda mujer, pero creo que si puede serlo si contestas **Sí** a alguna o todas estas preguntas:

¿Tienes un automóvil o pretendes comprar uno?

¿Te ha nacido el deseo o la necesidad de manejar un auto?

¿Tienes auto pero aún no lo conoces?

¿Te desespera no saber dónde están las cosas?

¿Te desespera no saber cómo funciona algo?

¿Has usado un auto y ante situaciones de falla no has sabido cómo reaccionar?

¿Has sentido miedo al manejar, pero quieres dejarlo atrás?

¿Quieres empoderarte y saber qué hacer ante cualquiera o casi cualquier situación?

Prepárate para una estupenda aventura de conocimiento que te ayudará a **manejar segura y con absoluta confianza**. Espero que esta guía te resulte práctica.

Conducir Autos Hoy en Día

Lejos han quedado los tiempos en que conducir un vehículo por la ciudad era algo sencillo, hoy en día cualquier conductor tiene que lidiar con conductores que manejan demasiado rápido, algunos arriba de los límites de velocidad, malhumorados, agresivos, ofensivos, desesperados por el estrés del tráfico y hasta descuidados que van mirando su celular, escuchando música a muy alto volumen o hasta platicando con otros pasajeros del mismo auto sin percatarse de otros conductores.

Si a eso le agregamos que la cantidad de autos en las calles se ha incrementado en demasía en cualquier ciudad, eso sólo viene a complicar las cosas.

Y ojalá eso fuera lo único, pero en realidad las y los conductores de autos, también tienen que lidiar con peatones, ciclistas, motociclistas, camiones de todo tipo y hasta mascotas que pueden salir de cualquier lugar sin previo aviso.

No en vano se le conoce como **la jungla de asfalto**, un pseudónimo muy bien ganado.

El Placer de Manejar

Pero no todo tiene que ser negativo, aun en este mundo ajetreado, **podemos sentir placer al manejar**, después de todo, ¿Quién no siente placer de tener esa libertad de poder moverse libremente en un automóvil y poder trasladarse de un lugar a otro dentro de la ciudad o en carretera, **bajo sus propios términos**, es decir a la hora que nos dé la gana?



Pues sí, **es un verdadero placer el sentir esa libertad** de poder hacer las cosas con ese **Super poder de manejar**, y manejar bien, a la defensiva, con buenas prácticas y por sobre todo con la seguridad de que tenemos ese **conocimiento de causa para saber** cómo hacer las cosas y de cómo actuar ante casi cualquier situación.

¿Qué Tan Inteligentes Somos?

Conducir autos en la ciudad como ya lo mencionamos antes, puede no ser tan sencillo y no por el tema técnico, sino por el enorme tráfico con el que tenemos que lidiar todos los días y donde el momento menos indicado puede sacarnos de ese equilibrio.

Aplicar la **inteligencia emocional al conducir un automóvil** puede ser **una herramienta poderosa** para mejorar la experiencia de conducción, **aumentar la seguridad y reducir el estrés**. Aquí te dejo algunas recomendaciones sobre cómo hacerlo:

1. Reconoce y Maneja Tus Emociones

Antes de arrancar el auto, es importante hacer una breve pausa para reconocer tu estado emocional:

- **Si te sientes estresada o ansiosa, respira profundamente antes de comenzar a conducir.** Esto te ayudará a calmarte y evitar reacciones impulsivas.
- **Evita conducir si estás enojada** o emocionalmente alterada, ya que tus reacciones pueden ser menos precisas o más agresivas.
- **Respirar**, si sientes que algo te ha alterado y debes manejar, te recomiendo hacer un ejercicio de respiración, tipo zen antes de continuar.

2. Practica la Paciencia y la Empatía

El tráfico y las actitudes de otros conductores pueden ser irritantes, **pero mantener la calma y la empatía es clave:**

- **No tomes las acciones de otros conductores de manera personal.** Si alguien te corta el paso o comete un error, recuerda que todos podemos equivocarnos. **Responde de manera tranquila.**
- **Practica la paciencia en situaciones de tráfico lento** o cuando alguien está aprendiendo a conducir. Pensar en lo que el otro puede estar pasando puede reducir la frustración.
- **Evita el uso del claxon lo más que puedas.**

3. Controla Tus Impulsos

El autocontrol es fundamental para la seguridad vial:

- **Evita reaccionar con agresividad** ante conductores imprudentes. **No sigas o confrontes a otro conductor si te molesta su comportamiento.** Trata de dejarlo ir, no respondas igual.
- **Respetar los límites de velocidad** y sigue las reglas de tránsito, incluso si sientes prisa o presión de otros conductores.
- **Recuerda,** el comportamiento de otros está fuera de nuestro control, pero **sí podemos controlar como reaccionamos a ello.**

4. Maneja el Estrés de Manera Saludable

El tráfico y las largas jornadas de conducción pueden generar estrés. Utiliza técnicas de manejo del estrés mientras conduces:

- **Escucha música relajante** o podcast que te entretengan y te mantengan de buen humor.
- **Práctica la respiración consciente** cuando estés en un embotellamiento o en situaciones que te generen ansiedad.
- **Usa Rutas alternas** que te lleven al mismo lugar pero sin tanto tráfico.

5. Autoevaluación Continúa

Parte de la **inteligencia emocional** es tener autoconciencia sobre cómo reaccionamos en diversas situaciones:

- **Reflexiona después de conducir.** Si en algún momento te sientes molesta o ansiosa durante el trayecto, evalúa qué lo provocó y cómo podrías manejarlo mejor la próxima vez. **Olvida cualquier incidente rápidamente.**
- **Aprende de tus experiencias.** Si cometiste un error, **sé compasiva contigo misma y trabaja en mejorar.** La conducción es un proceso continuo de aprendizaje. No se lo cuentas a nadie, solo aprende y sigue adelante, **ánimo.**

6. Evita la Multitarea Emocional

Conducir requiere concentración y una mente clara:

- **Evita discutir en el auto** o llevar contigo problemas emocionales no resueltos. Si tienes una conversación difícil, **trata de posponerla para otro momento.**
- **Desconéctate de distracciones** que puedan aumentar tu estrés emocional, como mirar constantemente el teléfono o responder mensajes. **Todo puede esperar a un semáforo.** ¿A caso tu vida no lo vale?

7. Mantén un Ambiente Positivo

Crear un entorno cómodo en tu vehículo puede reducir el estrés emocional:

- Mantén tu auto limpio y organizado para reducir el desorden mental.
- Usa aromas suaves o fragancias que te calmen, como lavanda, para generar una atmósfera relajante.
- Tu auto es tu tercer lugar de control, después de tu casa y trabajo, **para algunos puede ser el primero** jajaja.

8. Desarrolla Resiliencia

Al conducir, muchas situaciones están fuera de tu control. La inteligencia emocional te permite adaptarte a lo inesperado con resiliencia:

- **Acepta lo que no puedes cambiar**, como el tráfico pesado o las condiciones meteorológicas adversas. En lugar de frustrarte, planifica y ajusta tu tiempo y expectativas. **Si no está en tu círculo de control, no pierdas tiempo en ello.**
- **Aprende de tus errores**, nadie nacimos expertos en nada, todo se aprende y es solo cuando nos equivocamos que aprendemos.

MI CIRCULO DE CONTROL AL MANEJAR

Fuera de Mi Control Al Manejar

Los Semáforos

El Tráfico

Las Causas de Accidentes

Los Comportamientos de Otros

La Reacción de Otros

Mi Pericia

El Tiempo

Cómo Reacciono Al Tráfico

Mi Atención

Mis Errores

Mi Tiempo

Mi Actitud

Mi Estado de Animo

Bajo Mi Control Al Manejar

Mi Estado Defensivo

Mi Preparación Ante Accidentes

Mis Miedos Por Eventos Pasados

Cómo Trato Mi Automóvil

El Estado General de Mi Auto

Mi Preparación Ante Fallas del Auto

La Pericia de Otros

Mis Documentos Al Día

Los Errores de Otros

El Clima

Los Miedos de Otros

La Atención de Otros

La Descortesía de Otros

SÓLO PREOCUPATE POR LO QUE SI PUEDES CONTROLAR

Conoce Tu Auto

Un requisito importante para sobre llevar cualquier contratiempo con el auto, **es conocer muy bien tu automóvil**, es importante tener muy claro el tipo de vehículo que manejas, tipo de transmisión, el tipo de gasolina a utilizar, la presión de aire adecuada de los neumáticos, los periodos recomendados de mantenimientos y visitas al mecánico.

La cantidad de velocidades que tiene nuestro auto es importante saberlas también, saber que hay debajo del cofre, así como revisar la cajuela del mismo, si es recién adquirido y verificar que accesorios vienen con el auto, como gato hidráulico, neumático de repuesto, llave de cruz, entre otras herramientas, etc.

Otro aspecto importante a conocer de tu auto es conocer todas las funciones que tienen palancas, botones o interruptores, así como la señalética de todos los indicadores del tablero.

Tener claro como activar cada luz del vehículo, como las luces frontales, traseras, las direccionales, la luz superior, etc. es de suma importancia también.

Ama a Tu Bebé Como a Ti Misma

Seamos honestos y honestas, un automóvil es un medio de transporte, que como ya lo mencionamos nos da ese **Super poder de libertad** y poder movernos a cualquier lugar, y para muchas personas se convierte es nuestro bebé, si así mero ¿verdad?

Tratar a tu automóvil como si fuera tu propio bebé implica una combinación de cuidado, atención, y un sentido de responsabilidad. Escucha las señales que te manda tu bebé. Si le damos, recibimos. Aquí tienes algunas formas de hacerlo:

1. Mantenimiento Regular: Las Revisiones Médicas de Tu Auto

Así como un bebé requiere visitas regulares al médico, tu auto necesita mantenimiento constante:

- **Revisa los niveles de aceite, líquidos y presión de los neumáticos regularmente.** Al igual que un bebé necesita nutrición y agua, tu auto requiere fluidos para funcionar correctamente.
- **Realiza las revisiones programadas** en el taller, como cambios de aceite, filtros, bujías. Es como hacer chequeos regulares para asegurarte de que todo está funcionando bien con tu bebé. **Yeah!**

2. Limpieza y Cuidado Externo: Mantenlo Impecable

Mantener limpio a tu auto es una señal de afecto y cuidado:

- **Lávalo con regularidad** y protégelo del polvo, la suciedad y el desgaste del tiempo. Tal como cuidarías la piel de tu bebé, protege la pintura y las partes externas de tu auto. **A nadie le motiva conducir un automóvil sucio.**
- **Cuida el interior del auto** como cuidarías la habitación de un bebé: mantén el tapizado, los asientos y el tablero limpios y en buen estado. Un ambiente limpio es crucial tanto para ti como para la "**salud**" de tu auto.

3. Protección Constante: Mantén a Tu Bebé Seguro

Así como protegerías a tu bebé de los peligros, haz lo mismo con tu auto:

- **Estaciona en lugares seguros** para evitar daños o robos. Busca sombra siempre que sea posible para proteger la pintura y los componentes internos del calor.
- **Usa cobertores** para proteger el coche de la lluvia, el sol y el polvo, como una manta que protege a un bebé del frío y del calor.

4. Conduce con Cuidado: Trátalo con Delicadeza

Cuando conduces, recuerda que tu auto es como un bebé que requiere manejo suave:

- **Evita frenazos bruscos y aceleraciones repentinas.** Manejar de forma suave y fluida reduce el desgaste de las piezas mecánicas y prolonga la vida del auto.
- **Respeta los límites de velocidad** y evita terrenos peligrosos o pasar los topes muy rápido.
- **Evita a toda costa los horribles baches del camino,** para no "lastimar" a tu bebé, siempre con mucha precaución al volantear.

5. Escucha y Observa: Presta Atención a las Señales

Así como los bebés no hablan pero dan señales cuando algo anda mal, tu auto también te manda "**mensajes**":

- **Escucha cualquier sonido inusual** o "quejido" (ruidos de motor, frenos o suspensión). Estos ruidos son signos de que algo podría necesitar atención.
- **Observa las luces del tablero,** que son como indicadores de salud. **No ignores las alertas,** ya que te indican cuándo es necesario revisar algo de inmediato. No esperes a hacer algo cuando ya tengas encima 2, 3 o más señales.

6. Anticípate a Sus Necesidades: Proactividad

Así como preverías lo que un bebé necesita antes de que lo pida, haz lo mismo con tu auto:

- **Cambia las piezas desgastadas antes de que se rompan.** Mantenimiento preventivo, como cambiar las llantas o las balatas de freno a tiempo, es crucial para evitar problemas mayores.
- **Llévalo de combustible antes de que esté en la reserva,** no esperes a que el tanque esté casi vacío.

7. Usa los Productos Correctos: Alimenta Bien a Tu Auto

Tal como a un bebé le das lo mejor en términos de alimentos y productos, dale a tu auto lo que necesita para estar en su mejor forma:

- **Usa aceites y líquidos de calidad** para el motor, frenos, y transmisión. Productos de mala calidad pueden causar daños a largo plazo.
- **Neumáticos adecuados y en buen estado** son esenciales, al igual que unos buenos zapatos para un bebé que empieza a caminar.

8. Acarícialo: Sé Afectuosa

Aunque suene simbólico, tratar a tu auto con cariño te hará cuidarlo mejor y tenerlo por muchos años:

- **Sé gentil al abrir y cerrar las puertas.** Evita los golpes y tirones bruscos.
- **No lo sobrecargues.** Evita poner demasiado peso en el auto, igual que no cargarías más de lo que un bebé puede soportar.
- **Escúchalo.** Cuando tu auto quiere hablar contigo, lo hace a través de las indicaciones de sus sensores y se refleja en las luces en el tablero, así como en los ruidos que pueden provenir de cualquier parte del mismo. Es momento de atenderlo a tiempo como lo harías con tu bebé

9. Dale Descanso: No lo Forces

Como un bebé necesita dormir de vez en cuando, tu auto necesita periodos de descanso:

- **No lo exijas al máximo constantemente.** Si realizas largos viajes, dale tiempo para "enfriarse". Evita conducir largas distancias sin parar, ya que esto puede sobrecalentar el motor. **La temperatura es la muerte para cualquier motor.**
- **Aliméntalo.** Dale todos sus alimentos y líquidos necesarios, aceites, líquidos, agua y lubricantes, los cuales siempre deben estar en sus niveles óptimos.

10. Sé Atenta a los Cambios Climáticos: Abrígalo

Al igual que proteges a un bebé de las condiciones climáticas, haz lo mismo con tu coche:

- **En invierno**, arranca el auto y déjalo calentarse antes de conducir.
- **En verano**, protege los sistemas internos del calor excesivo. Usa parasoles para evitar que se recaliente el interior.
- **Temperatura**, utiliza el refrigerante correcto para climas fríos o muy calientes.

Trata a tu auto como tu propio bebé, esto significa darle cuidados constantes, prever problemas y, sobre todo, darle el mejor trato para que siempre funcione en su mejor forma y te acompañe durante muchos años.

Conocimientos Básicos

Documentación Necesaria Para Conducir

Todos sabemos que para conducir un vehículo sin problemas, tu documentación debe estar en regla, para evitar sorpresas y/o multas cuando por algún motivo tengamos algún incidente de tránsito y sea haga presente la autoridad.

Esta documentación es:

- Licencia de conducir
- Tarjeta de circulación y calcomanía de refrendo pegada en algún vidrio.
- Tarjeta o calca de última verificación vehicular
- Seguro contra accidentes

El no contar con alguno de estos documentos es causa de multa y pérdida de mucho tiempo, el no contar con seguro contra accidentes puede ser un dolor de cabeza y para nuestro bolsillo en caso de un accidente, **NO recomiendo conducir un vehículo sin él,** es mil veces mejor tenerlo y no utilizarlo que necesitarlo y no tenerlo.

Tipos de Transmisión

Existen 2 tipos de vehículos en cuanto a tipo de transmisión:

Automático y Manual(o Estándar)

Diferencia entre una y otra.

Automática:

Los cambios se realizan de manera automática al presionar el pedal del acelerador.

La palanca de cambios tiene 4 posiciones:

P – Cuando está estacionado y apagado.

N – Neutral, ninguna velocidad

F – Hacia adelante para conducción normal

R – Reversa para conducir hacia atrás.

Se tienen 2 pedales para pies:

Pedal Izquierdo: **Freno**, se pisa con **pie derecho**

Pedal Derecho: **Acelerador**: se pisa con **pie derecho**

Un pedal a la vez

Manual o Estándar:

Tiene la palanca de cambios en el piso de chasis un poco al frente entre ambos asientos. Todos los cambios Neutral, Parking (una velocidad cuando está estacionado, cada cambio de velocidad, 1ra, 2da, 3ra, 4ta se meten en secuencia ascendente en ese orden para acelerar y en orden inverso para frenar “con motor” y la Reversa, todas bajo el control del conductor.

Cada cambio lo realiza y decide el conductor y debe meterse **en coordinación con el pedal del embrague**. Se pisa embrague y se realiza el cambio de velocidad y se suelta el embrague lentamente a la vez que se acelera con suavidad. Esto se repite para cualquier velocidad ascendente y al llegar a un semáforo en coordinación con el freno, se pisa el embrague y se mueve la palanca a neutral mientras se mantiene el pedal del freno presionado (en caso de piso no nivelado), para volver a iniciar con primera cuando cambia a verde.

Este tipo de autos tienen 3 pedales para pies:

Pedal izquierdo: **Embrague**, se pisa con **pie izquierdo**

Pedal Central: **Freno**, se pisa con **pie derecho**

Pedal Derecho: **Acelerador**, se pisa con **pie derecho**

Todo sistema de velocidades, ya sea manual o automático, también requiere de su mantenimiento preventivo periódico (afinación) (**se recomienda anualmente**)

Cambiamos Ese Neumático

De que un neumático se nos dañe nadie nos salvamos, por eso es importante saber cómo hacerlo, sobre todo cuando manejas sola y/o no tienes alguien cerca que pueda asistirte.

Asegúrate de tener siempre en tu auto lo siguiente:

- **Un neumático de repuesto.**
- **Un gato hidráulico o mecánico.**
- **Una llave de cruz o de birlos.**
- **Bloques o cuñas de seguridad** (si es posible), para colocar detrás de las ruedas y evitar que el coche se mueva.
- **Triángulo de Señalización**, para alertar a los autos que llegan por detrás.

Cambiar un neumático ponchado puede parecer intimidante, pero siguiendo estos pasos con calma y precaución, puedes hacerlo sin problemas. Síguelos en ese orden, veamos:

1. Encuentra un Lugar Seguro para Detenerte

- **Busca un área plana y estable** fuera de la carretera o calle, lejos del tráfico. Lo ideal es una zona pavimentada y nivelada.

2. Alerta a Otros Conductores

- **Enciende las luces intermitentes (de emergencia)** para que otros conductores te vean. Puede no siempre aplicar esto, usa tu criterio.

3. Aplica Freno Manual

- **Aplica el freno de mano** una vez que te detengas.

4. Evita Se Mueva El Auto

- **Coloca un objeto sólido o cuña detrás de una de los neumáticos buenos** para prevenir que el auto se mueva mientras trabajas, especialmente si estás en una pendiente.

5. Afloja un Poco Los Birlos

- **Con la llave de cruz, afloja los birlos del neumático, sólo un poco** antes de levantar el coche con el gato. En un auto **TODO** se afloja girando hacia la izquierda y se aprieta girando a la derecha. No las quites completamente aún, solo afloja lo suficiente para que puedas quitarlas más tarde.

6. Levanta el Auto con el Gato

- **Coloca el gato en el punto de elevación adecuado** cerca de la llanta que vas a cambiar (consulta el manual de tu coche si no estás segura de dónde colocarlo).
- **Levanta el auto** hasta que la llanta pinchada esté a unos 5-7 cm del suelo. Asegúrate de que el coche esté estable en el gato.

7. Quita los Birlos y el Neumático Pochado

- **Termina de quitar todos los birlos** y guárdalos en un lugar seguro (cerca del área).
- **Saca el neumático pochado** tirando de él hacia ti con firmeza.

8. Saca el Neumático de Repuesto

- **Acerca el neumático de repuesto** y revisa si su estado de aire es óptimo.

9. Coloca el Neumático de Repuesto

- **Alinea los orificios del neumático de repuesto** con los tornillos y colócalo en su lugar.
- **Vuelve a colocar los birlos** con las manos primero, apretándolos lo suficiente para mantener el neumático en su lugar.

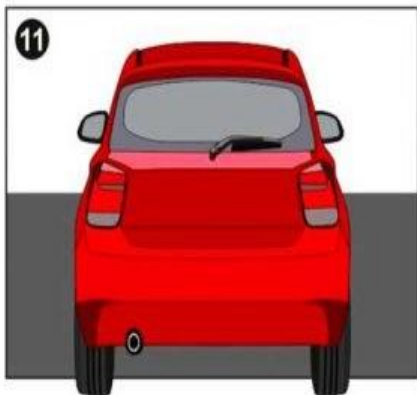
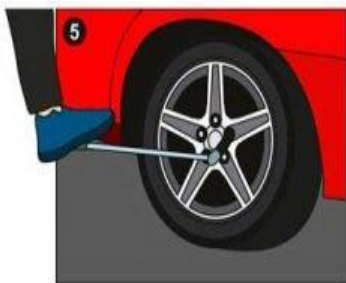
10. Baja el Auto

- **Usa el gato para bajar el coche** hasta que el neumático toque el suelo, pero sin bajar completamente el peso del coche sobre la rueda.
- **Aprieta los birlos con la llave**, en forma de cruz, para asegurarte de que estén ajustados de manera uniforme.
- **Baja el auto por completo** con el gato hasta que el coche esté apoyado en el suelo.
- **Aprieta nuevamente los birlos** para asegurarte de que estén bien ajustados con fuerza.

11. Guarda las Herramientas y el Neumático Ponchado

- **Guarda el neumático ponchado** y las herramientas en la cajuela.
- **Retira el bloque o cuña** que hayas colocado detrás de algún neumático bueno.
- Si el tiempo lo permite, haz que te reparen el neumático inmediatamente y regresa el de refacción al maletero, si es que es sólo para uso temporal.
- Si el neumático de repuesto es uno temporal, no superes los 80 km/h y reemplázalo lo antes posible por un neumático de tamaño normal.

¿Lo ves?, realmente no es difícil si sabes los pasos a seguir, siempre utiliza el criterio en el manejo seguro de herramientas o artículos pesados, **antepón siempre la seguridad ante todo** y haz las cosas de manera segura, **evita las condiciones inseguras y los actos inseguros**, no sientas miedo de pedir asistencia a alguien que pueda pasar cerca, estos pasos son sólo para cuando de plano estas sola o nadie puede asistirte.



Manejo en Glorietas

De acuerdo con el Reglamento de Tránsito de México y de la mayoría de países, en las glorietas, **todo vehículo que se encuentre dentro de la misma tiene preferencia de paso** sobre el que pretenda acceder a ella; en aquellas glorietas de varios carriles tienen preferencia aquellos vehículos que realicen movimiento para salir de ella.

¿Cómo circular correctamente?

Si la glorieta está compuesta por un solo carril, no habrá mayor problema si ingresas utilizando las direccionales, con precaución y dando prioridad, como ya lo mencionamos, a los que ya circulan dentro de la misma.

Ahora bien, el reto viene cuando la glorieta se compone de varios carriles, que **es aquí donde se cometen más errores**, no solo por los que intentan ingresar, sino también por aquellos que salen de la rotonda, pero por el carril equivocado, exponiéndose a un accidente y a otros vehículos.

En algunas ocasiones **entrar a una glorieta se facilita cuando te encuentras con un semáforo**, el cual no solo facilita el acceso, sino que permite que el tránsito dentro fluya mejor.

Sin importar la salida que vayas a tomar, **debes hacerlo por el carril de la derecha**, sin embargo, no significa que debas mantenerte en ese mismo carril en

todo momento. Usa siempre las direccionales para cambiarte de carril, **la palanca se activa en un segundo con la mano izquierda**, y mucha gente se lo ahorra, no seas como ellos.

Por ejemplo, **si entras a la glorieta y tu salida es la intersección número tres**, puedes entrar, colocarte en los carriles del centro, permitir que los vehículos que saldrán antes que tú lo hagan correctamente, y ya que se acerque tu salida, ahora sí, tomar el carril exterior, **usa tus direccionales**.

En caso de que la salida se te complique por el exceso de vehículos, **puedes girar una vez más y buscar nuevamente tu salida**, con responsabilidad y siempre utilizando las direccionales.

Así que, ahora que sabes que **la armonía en las rotondas se logrará siempre y cuando se permita circular primero a los que ya se encuentran en ella**, que a los que intentan ingresar.

Coche A

La actuación del conductor en cualquiera de las dos situaciones que se muestran en el gráfico es correcta: utiliza el carril exterior y señala adecuadamente la salida.

Coche B

El conductor ha optado por utilizar uno de los carriles interiores para circular por la glorieta; efectúa una trayectoria correcta y se sitúa en el carril exterior con la debida antelación para salir de la rotonda.

Coche C

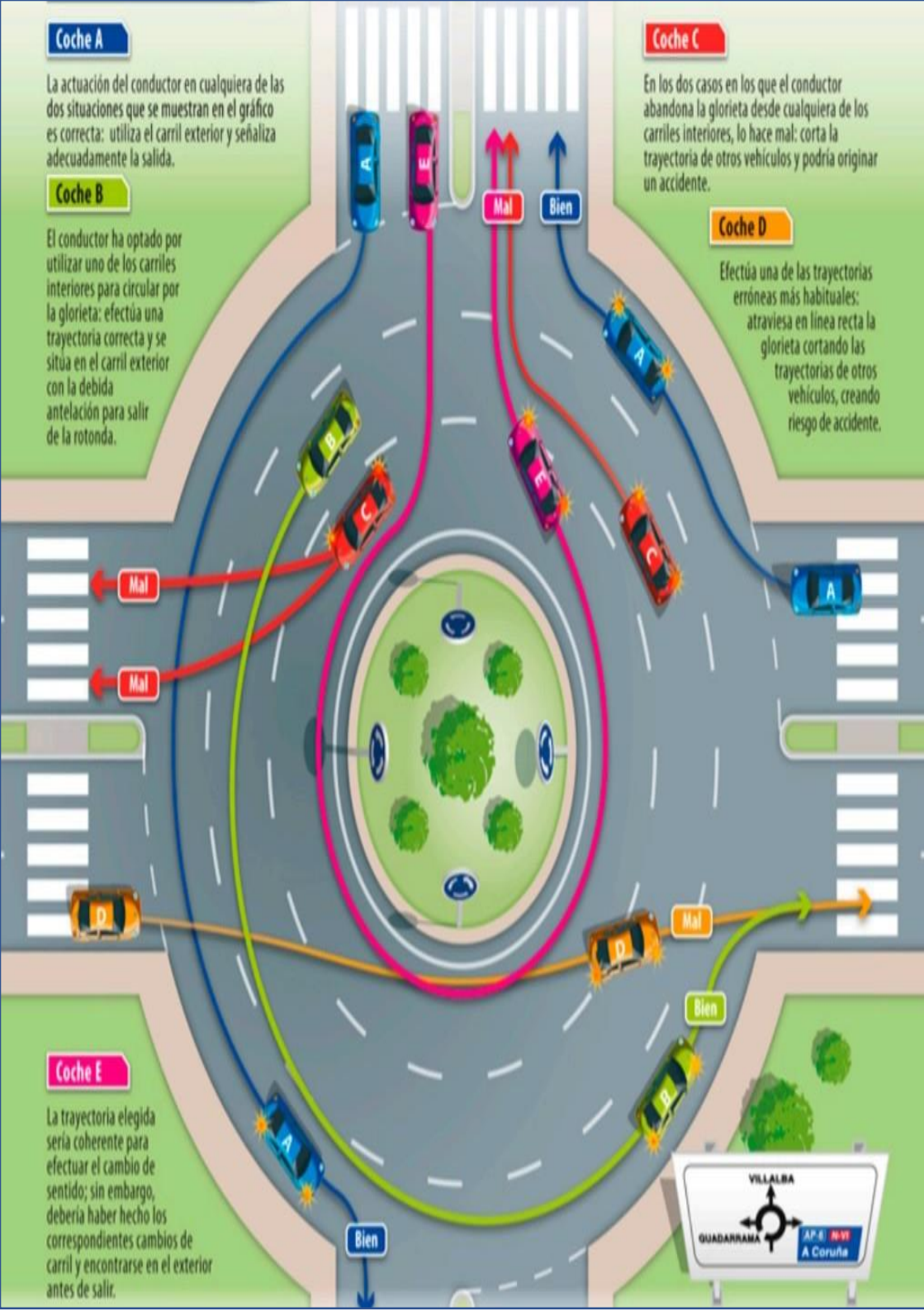
En los dos casos en los que el conductor abandona la glorieta desde cualquiera de los carriles interiores, lo hace mal: corta la trayectoria de otros vehículos y podría originar un accidente.

Coche D

Efectúa una de las trayectorias erróneas más habituales: atraviesa en línea recta la glorieta cortando las trayectorias de otros vehículos, creando riesgo de accidente.

Coche E

La trayectoria elegida sería coherente para efectuar el cambio de sentido; sin embargo, debería haber hecho los correspondientes cambios de carril y encontrarse en el exterior antes de salir.



Sistemas del Automóvil

En esta sección nuestra intención no es convertirte en un mecánico de autos, sino que tengas el conocimiento básico sobre cada sistema que conforma un automóvil, en parte es para que no te dejes engañar por un mecánico y sepas el conocimiento de causa.

Un automóvil, bien se puede comparar con el cuerpo humano que también se compone de varios subsistemas, así entonces el automóvil, como cualquier máquina, se compone de varios sistemas y subsistemas y aunque no queremos ser expertos y conocer de la A a la Z cada uno de ellos, al menos debemos de saber cuáles son y para qué sirve cada uno de ellos.

Para coordinar todos estos sistemas, todo automóvil se apoya de varios sensores y de una computadora que recibe las señales de entrada y que manda las señales de salida a los demás subsistemas y al tablero del panel para alertar al conductor de lo que está sucediendo, es necesario entonces, **estar atenta a todas estas señales de nuestro automóvil y atenderlas oportunamente cuando sean indicadores de servicio o alguna alarma.**

Aquí los principales sistemas:

Sistema Eléctrico

Es el encargado de todo el conjunto de luces como las que ya mencionamos arriba, así como el responsable para el funcionamiento del sistema de calefacción y/o aire acondicionado, el sistema de sonido, las luces del tablero, los limpia brisas para limpieza de cristales, los interruptores y elevadores de ventanas y muy importante proporcionar la “chispa” de arranque del vehículo por medio de la batería.

Este sistema se compone de una batería que almacena la corriente, un alternador que recarga la batería mientras el vehículo está prendido, una marcha que ayuda con el encendido del vehículo, todo un sistema de arneses de cables que van a todos los sensores, luces, seguros, tablero y ventanas, este sistema cuenta también con un sistema de seguridad en base a fusibles que se funden en caso de una sobre carga para proteger el sistema y evitar un posible incendio del cableado.

Cuando se gira la llave, la batería alimenta un motor conocido como “la marcha” que provoca un impulso en una rueda engranada y que a su vez da el primer impulso al motor.

La batería también alimenta una computadora, que es la encargada de monitorear señales de los sensores y controlar TODOS los sistemas del auto, esta computadora normalmente es libre de mantenimiento y está oculta en algún lugar debajo del tablero o debajo de la guantera en el lado del pasajero frontal.

La batería alimenta prácticamente todo lo eléctrico como estéreo o radio del vehículo, sistemas de calefacción o ventilación, ventilador de radiador, entre algunos otros dispositivos.

Es importante estar al tanto de alguna luz que ya no encienda, tenga intermitencia o algún sensor que comience a indicar su estado en el tablero. Cualquier evento de falla de este tipo debe ser revisado por tu seguridad. **Revisar cada mes preferentemente.**

Sistema de Frenos

Este sistema se encarga de frenar el avance del automóvil después de que ha sido acelerado durante el manejo normal. Por su naturaleza no se puede permitir ninguna falla en este sistema dado que podríamos tener un accidente grave por colisión.

Se componen de un sistema de balatas en cada rueda y un sistema neumático que con ayuda del pedal del freno ejerce la fuerza en cada balata haciendo frenar el vehículo. Cuando se presiona el pedal de los frenos, se aplica la presión hidráulica en las cuatro ruedas y el frenado debe ser uniforme, si detectas que el auto de 'se colea', o simplemente no frena bien, **esto es una señal de que uno o algunos de los frenos no está funcionando y se debe atender de inmediato.**

Existe un depósito debajo del cofre para el líquido de frenos que debe ser revisado periódicamente para mantener su nivel. **Revisar cada mes preferentemente**

Sistema de Suspensión

Este sistema se encarga de soportar toda la carrocería a manera que las vibraciones del vehículo durante el manejo y por imperfecciones del camino como baches o topes no sean recibidas por el cuerpo de los ocupantes del vehículo.

Con esto se tiene un viaje placentero a pesar de los inconvenientes físicos del camino, **el auto no debe brincar cuando viajas en línea recta ni tampoco se debe sentir en seco el golpe cuando caes en un bache que no se pudo evitar**, escuchar ruidos extraños en alguna rueda o parte inferior del vehículo son señales de que se debe revisar para detectar algún desperfecto.

Se compone de soportes diversos, muelles, gomas y amortiguadores en las 4 ruedas o solo en las 2 delanteras, todos estos componentes deben ser revisados periódicamente durante el mantenimiento preventivo. **Revisar cada 4 meses preferentemente**

Sistema de Transmisión

Este sistema se encarga de transmitir la fuerza de tracción producida por el motor hacia el sistema de tracción para mover el vehículo.

Se compone de una caja de transmisión que son las velocidades e incluida la reversa, recordando que en un sistema de transmisión estándar o manual, es el conductor quien elige que velocidad seleccionar, que normalmente son Neutral, Reversa 1ra, 2da, 3ra y 4ta y un sistema de transmisión automático, se controla por una serie de sensores de velocidad que ayudan a controlar la caja de velocidades. En este sistema la palanca de velocidades solo tiene 5 posiciones: (1) primera, (2) Segunda (F) hacia adelante, (P) Parking o estacionado y (R) Reversa. **Para cambio automático hacia adelante se deja en letra F.** La Denominación de letras puede variar de marca a marca de autos.

Este sistema también requiere sus chequeos periódicos de mantenimiento preventivo y/o cuando detectes que un cambio no entra bien. **Revisar cada 6 meses preferentemente.**

Sistema de Tracción

Este sistema se encarga de mover el vehículo en base a un mecanismo que al recibir la fuerza del motor la transfiere a este sistema que hace girar las ruedas, existen de tracción delantera en el que la fuerza del motor es transmitida a las ruedas delanteras o tracción trasera cuando son las traseras quienes reciben el impulso del sistema para mover el vehículo.

Se compone de un sistema tubular, un cigüeñal que mueve las ruedas traseras a través de un eje rotativo o un sistema de juntas CV que hacen lo propio para las ruedas delanteras. Ruidos o “traqueteos” al dar una vuelta muy cerrada pueden provenir de algún CV y **se deben revisar a la primera oportunidad para evitar daños mayores**, como recomendación, evita dar vueltas muy cerradas y a alta velocidad.

Este sistema también necesita ser revisado periódicamente en los mantenimientos preventivos. **Revisar cada 6 meses preferentemente.**

Sistema de Combustión

Este sistema se encarga de utilizar el combustible, ya sea gasolina o gas LP en la cámara de cada pistón del vehículo y con la combinación del aire y una chispa, convertirlo en una explosión (de ahí el término **combustión interna**) que se convierte en movimiento de los pistones, todo esto en el interior del motor. Este proceso al final impulsará el sistema de tracción del vehículo.

Se compone del motor principal bajo el cofre, en cuyo interior están todos estos elementos como válvulas, pistones y engranajes. De manera externa pero conectadas al interior del motor se encuentran las bujías, responsables de provocar la chispa que provoca la combustión interna con ayuda del sistema eléctrico. También se involucran una infinidad de sensores y entran en función tanto los filtros de aire y aceite.

Como todo motor que utiliza aceite internamente, éste sufre desgaste y debe ser revisado periódicamente para ser reemplazado cuando el aceite pierde viscosidad, así como el cambio de los filtros cuando ya están sucios, este mantenimiento conocido como afinación, involucra el reemplazo de todos o algunos de estos componentes como son: Aceite, Filtros y Bujías.

Revisar cada mes preferentemente por nivel y estado de aceite y 4-5 meses para afinación.

Sistema de Enfriamiento

Como era de imaginar, cualquier motor de combustión interna transforma una gran cantidad térmica, lo cual calienta todo el motor. El sistema de enfriamiento se encarga de hacer circular agua por el interior del motor con ayuda de una bomba de agua que lleva el agua fresca del radiador quien enfría la misma con ayuda de un ventilador eléctrico, al motor y hacer llegar el agua caliente desde el motor hacia el radiador hasta repetir el ciclo durante todo el tiempo que el vehículo está en funcionamiento.

Se compone del Radiador, ventilador, conjunto de mangueras de goma o tuberías de metal, depósito de agua adicional y bomba de agua, toda el agua pasa a través de un termostato que actúa como indicador de la temperatura del agua.

Como era de esperarse este sistema, al manejar agua caliente está presurizado y se debe revisar periódicamente para detectar posibles fugas o pérdida de agua o líquido de enfriamiento, **ya que la vida del motor depende de este sistema.** Nunca se debe intentar retirar el tapón del radiador con el motor caliente para evitar quemaduras.

Revisar cada semana por fugas y/o nivel de depósito de agua y radiador.

Sistema de Alineación y Balanceo de Ruedas

Este sistema se encarga de mantener el peso de todo el vehículo como su nombre lo indica balanceado para que el peso se distribuya y el movimiento del vehículo no se sienta pesado. Se componen principalmente de las cuatro ruedas y el sistema de dirección hidráulica que gira las ruedas con ayuda del volante y un sistema de mecanismos y soportes hacia las ruedas, **un vehículo bien alineado y balanceado, no se siente pesado y no se va de lado al momento de conducirlo.** Si se siente pesado por algún problema de un neumático, **esto provocará mayor esfuerzo al motor, mayor consumo de combustible y mayor desgaste de uno o más neumáticos.**

Para un primer conocimiento sobre cómo se observa un neumático con presión correcta, pide asesoría a alguien sobre la medición de la presión con ayuda de un gage y graba, de ser posible la imagen del neumático con respecto a el piso, Si detectas que la forma o tamaño ha cambiado o tiene de achatare contra el piso y/o por otro lado el vehículo tiene a sentirse más pesado ahora o a inclinarse hacia una esquina, eso será un buen indicativo de medir la presión del aire.

Recuerda que un neumático bajo, hará que el vehículo ruede más pesado y por consiguiente el desgaste del neumático sea mayor y que se produzca un mayor

consumo de gasolina, por lo que debes revisarlo de inmediato.

Rota los neumáticos traseros por los delanteros si detectas un mayor desgaste en unos que otros, puedes hacerlo cada 6 meses. Recuerdas que el balanceo de ruedas es individual y ayuda a que el neumático mantenga su peso uniformemente.

Se recomienda revisarlo cada 6 meses en el mantenimiento preventivo.

Benditas Fallas

Todo vehículo puede fallar en cualquier momento, pero saber cómo reaccionar es lo que hace la diferencia.

¿Qué Hacer En Caso De Falla del Automóvil?

Si tu automóvil falla mientras estás conduciendo, es crucial **mantener la calma y seguir estos pasos básicos para garantizar tu seguridad**, la de tus acompañantes y la de los demás en la vía. Aquí te doy una guía sobre cómo actuar en esas situaciones:

1. Mantén la Calma

- Lo más importante es no entrar en pánico. Mantén la calma para poder tomar decisiones lógicas y seguras. Los accidentes pasan en cuestión de segundos, y nos pasan a todo mundo.

2. Enciende las Luces de Emergencia (Intermitentes)- Normalmente botón ubicado sobre el volante.

- Tan pronto como notes el problema, activa las luces intermitentes para advertir a los demás conductores de que algo anda mal con tu vehículo.

- Mira el espejo trasero para advertir con luces de freno de manera intermitente y no brusca al conductor trasero, de ser necesario en caso de que vayas perdiendo velocidad.

3. Evalúa la Situación

- Si el motor comienza a fallar, sientes que el vehículo pierde potencia o notas cualquier otra señal inusual, evalúa rápidamente si puedes continuar unos metros más o si necesitas detenerte de inmediato.
- Si debes detenerte de inmediato revisa tu espejo trasero y tu derecho para ver si puedes cambiarte de carril de modo seguro, utiliza las luces de cambio o tu mano izquierda para indicarlo y hazlo con precaución.
- Si observas que tu vehículo interrumpirá el tráfico o que puede incluso provocar otro accidente utiliza las luces y tu mano izquierda para alertar a otros conductores.

4. Dirígete Hacia un Lugar Seguro

- Si es posible, intenta salir del tráfico de manera segura:
 - **Autopistas:** Intenta llegar al carril de emergencia o a un área de descanso.
 - **Carreteras o calles locales:** Trata de estacionar en el acotamiento o en una zona donde no interrumpas el tráfico, como una calle lateral o un estacionamiento.

- Si tu vehículo pierde potencia pero aún puede moverse, haz lo posible por salir de la vía antes de que se detenga completamente.

5. Evita Frenar Bruscamente

- Si puedes, evita frenar de manera brusca, a menos que sea absolutamente necesario. Desacelera gradualmente para no provocar un accidente con los vehículos que vienen detrás.

6. Mantente Dentro del Vehículo (si es seguro)

- En una autopista o carretera, es más seguro permanecer dentro del vehículo con el cinturón de seguridad puesto hasta que llegue la ayuda. **Pero siempre con las luces preventivas encendidas.**
- Si debes salir, hazlo solo si el tráfico es bajo y puedes moverte hacia un lugar seguro rápidamente.
- Uno puede asumir que todo vehículo que llega por atrás observará tus luces intermitentes, o tu mano agitándose, pero nunca asumas que lo hacen, **puede aparecer un conductor distraído que NO las vea y golpearte por atrás**, lo cual puede ser muy lamentable para ambos, por eso si es posible abandona el vehículo y ve a una banqueta o camellón seguro.

7. Coloca Triángulos de Emergencia o Conos

- Si tienes triángulos de emergencia o conos en tu vehículo, colócalos detrás del coche para advertir a los otros conductores. La distancia ideal es de unos 30 a 50 metros detrás del vehículo.
- Esto es especialmente importante si te detienes en una curva, colina o en una zona de baja visibilidad.
- Si de plano no tienes eso, puedes tu misma hacer señales a otros conductores sobre el riesgo, utiliza una prenda o trapo para agitarlo con las manos durante el tiempo en que llega una posible asistencia de seguro.

8. Revisa el Problema (si es seguro hacerlo)

- Si la situación lo permite y estás en un lugar seguro, puedes intentar revisar problemas sencillos:
 - **Falla del motor:** Verifica si hay algo suelto bajo el cofre, como los cables de la batería.
 - **Neumáticos pinchados:** Si llevas un kit para cambiar una llanta, podrías intentar hacerlo si es seguro.
 - **Recalentamiento del motor:** Si ves humo o vapor como una señal de sobrecalentamiento, apaga el motor y espera que se enfríe antes de revisar el

cofre y el nivel de refrigerante. **NUNCA** intentes trabajar cerca del radiador en un vehículo que a leguas se ve que está caliente, deja que se enfríe solo, pide asistencia a alguien, no debes de sentir vergüenza, a todo mundo se nos puede descomponer el vehículo.

9. Llama a un Servicio de Asistencia

- Si no puedes solucionar el problema por ti misma, llama a una grúa o servicio de asistencia vial o a una persona conocida.
- Si lo cubre tu seguro, pide asistencia mientras estas en un lugar seguro.
- Asegúrate de comunicar tu ubicación exacta para que puedan encontrarte fácilmente. **Siempre avisa a un conocido sobre este evento para que alguien tenga la referencia.**

10. Mantente Visible y Protegida

- Si decides salir del vehículo, usa un chaleco reflectante si tienes uno.
- No te quedes cerca del tráfico. Aléjate del vehículo y mantente en un lugar seguro, como detrás de una barrera o alejado de la vía.

11. Si el Vehículo se Queda sin Frenos

- Si notas que los frenos no responden, usa el freno de mano gradualmente para reducir la velocidad.
- Baja de velocidad para desacelerar el vehículo. Esto sólo se puede hacer en un vehículo de transmisión manual. Se le conoce como **“frenar con motor”**.
- Intenta maniobrar hacia un área libre de obstáculos o fuera del tráfico para minimizar el impacto.

12. Si el Vehículo Pierde Dirección

- Si la dirección se vuelve pesada o pierdes el control del volante, reduce la velocidad gradualmente y usa el freno de mano para detenerte en un lugar seguro.

13. Si el Vehículo Se Queda Sin Potencia

- En caso de pérdida de potencia o si el motor se apaga mientras conduces, intenta llevar el vehículo hacia el borde de la carretera. **Mover la palanca a posición Neutral N será necesario rápidamente para que no se pare en seco.**
- No intentes reiniciar el vehículo si sospechas una falla eléctrica importante o un problema con el motor.
- Intenta al menos una vez echarlo a andar y detecta cualquier sonido o comportamiento

extraño. **Si en uno o dos intento no enciende, no insistas porque podrías descargar la batería.**

- Si es posible abre el cofre y trata de detectar algo anormal como temperatura excesiva, vapor o algún olor extraño.
- Pide ayuda a un conocido o a tu servicio de asistencia del seguro, si cuentas con él.

14. Avisar a Otros Conductores

- Si te ves obligada a detenerte en un lugar peligroso, intenta salir del vehículo con precaución y colocarte en un área segura. Usa tus señales o un chaleco reflectante para aumentar tu visibilidad mientras esperas ayuda.

Recuerda a todos nos puede suceder que nuestro vehículo se descomponga en los lugares y momentos menos esperados, pero no es para sentir vergüenza, siempre considera como primeros pasos: **ponerte segura y evitar accidentes o lesiones a ti, acompañantes y/o a terceros.**

Lidiar Con Accidentes

Primeros Pasos En Caso de Accidente

Saber qué hacer en el evento de un accidente es muy importante ya que nuestra propia vida, la de nuestros acompañantes y/o la del conductor(a) del otro vehículo puede depender de ello, a todos nos puede ocurrir un accidente, así que veamos:

1. Mantén la Calma

- Lo más importante es no entrar en pánico. Mantén la calma para poder tomar decisiones lógicas y seguras.

2. Evalúa Si Tienes Alguna Lesión Física

- Intenta revisar y dependiendo de qué tan grave haya sido el accidente, si sufriste alguna lesión física o no. Si es afirmativo intenta ver si alguien se acerca y puedes pedir asistencia de alguna manera. **No te muevas o salgas del vehículo así, espera por asistencia.**
- Si percibes que no tienes ninguna lesión, revisa si es seguro abandonar el vehículo pero antes de hacerlo lleva contigo tu bolsa, celular y los papeles del seguro vehicular. Mira los espejos

siempre antes de abandonar el vehículo para hacerlo de manera segura.

- Activa las luces intermitentes inmediatamente antes de salir.

3. Evalúa Por Posibles Personas Lesionadas Acompañantes o En El Otro u Otros Vehículos

- Independiente de lo material o los daños, siempre la integridad tuya y la de otras personas, debe ponerse en primer lugar ante todo, no es momento ahora de buscar culpables, ni de ver que tanto se dañó el vehículo.
- Si el, la o los ocupantes del otro vehículo no se han bajado de su vehículo, intenta acercarte, si es seguro, por el tráfico, y proporciona asistencia, al menos oral, ver si esta están bien.

4. Solicita Asistencia de Tu Servicio de Seguro Vehicular

- Localiza una zona segura en banqueta o camellón donde puedas hacer una llama a un familiar y al servicio de seguro.
- En lo que se espera la asistencia, intenta hacer algún recuento de cómo sucedieron las cosas o pedir información a posibles testigos, toma fotos de los vehículos para cualquier cosa futura.

- Puede ser evidente quien tuvo la culpa, pero no intentes negociar con él o la conductor(a) del otro vehículo, es posible que el culpable no acepte la culpa. Deja que sea el personal de seguros el que haga ese trabajo, apóyate de algún testigo.

5. Entrevista con Personal del Seguro

- Siempre conviene decir la verdad de los hechos, si la culpa fue del otro conductor, solicita ayuda de un testigo de los hechos.
- Llena el reporte con los hechos según observaste y sentiste, no aceptes ninguna culpabilidad hasta que se haga el peritaje.
- Si tuviste alguna lesión pide servicio de asistencia y/o revisión física como parte del seguro del auto contrario.
- Si no podrás usar tu vehículo para actividades diarias y rutinarias, no olvides pedir el servicio de uber por varios días a costo del seguro contrario por los días que lleve el peritaje y arreglo de tu vehículo.
- Da el seguimiento al caso de acuerdo a indicaciones del personal del seguro.

Mantenimiento Básico

Revisiones Básicas- Hazlo Como Pro

Hay varias revisiones que cualquier conductor puede hacer, para asegurarse de que su vehículo esté en buen estado sin necesidad de acudir a un mecánico. No tengas miedo ni vergüenza de preguntar a una persona de confianza, te ayude a ubicar las partes o depósitos debajo del cofre, en el tablero o volante, la puerta o incluso debajo del tablero. Aquí tienes algunos puntos clave que puedes verificar regularmente:

1. Nivel de Aceite

- Usa la varilla medidora, bajo el cofre y pegada al motor para comprobar el nivel de aceite del motor.
- Asegúrate de que esté entre las marcas de “mínimo” y “máximo”. **No caigas en la trampa de los despachadores de gasolineras**, ya que revisar el nivel de aceite con el motor caliente puede indicar que le falta, pero eso es porque el aceite no ha bajado. Tip Pro, siempre debe revisarse este nivel con el motor en frío.
- Revisa el color del aceite, que no debe ser muy oscuro ni tener partículas sólidas como arena.
- Toca el aceite pasando la varilla entre dedo índice y pulgar, el aceite debe sentirse viscoso y su color debe tener un tono amarillento. Si lo ves muy oscuro y/o demasiado líquido, debes de actuar de inmediato con su reemplazo para evitar un daño al motor, que

comúnmente se conoce como desvielar, lo cual provocará un fuerte daño al motor y muchos gastos.

2. Revisión de los Neumáticos

- Verifica la presión de los neumáticos con un medidor de presión (gage); es importante que coincida con la recomendada en el manual del vehículo o en el mismo neumático. Pide ayuda la primera vez sin sentir pena.
- Inspecciona el desgaste de las llantas. Deben tener una profundidad adecuada de la banda de rodadura (mínimo 1.6 mm).
- Revisa si hay señales de desgaste irregular, abultamientos o cortes.
- Rotar los neumáticos delanteros por los traseros también es recomendable si detectas mayor desgaste en una zona, lo cual también pudiera indicar que el peso del vehículo no está bien nivelado.

3. Líquido de Frenos

- Localiza el depósito de líquido de frenos bajo el cofre y verifica que esté entre los niveles “mínimo” y “máximo”.
- Si el nivel es bajo, podría ser un indicio de desgaste de las balatas de freno o una posible fuga.
- Puedes conseguir líquido de frenos en cualquier refaccionaria y dejar el depósito en su nivel correcto, verifica ese nivel en una

semana por disminución, si no notas nada raro, puedes hacer una segunda revisión en un mes.

- Nunca pases por alto las señales que te indica tu vehículo como frenar tarde al presionar el pedal y/o tener que presionarlo casi hasta el fondo para frenar, tu vida puede estar en juego. Debes corregir ese problema a la brevedad.

4. Líquido Refrigerante

- Revisa el nivel del líquido refrigerante en el radiador o en el depósito de expansión.
- El nivel debe estar entre las marcas de “mínimo” y “máximo” cuando el motor esté frío.
- Este líquido refrigerante es diferente al agua simple de la llave y tiene un color amarillo o verdoso y mucho más recomendable que el agua y sobre todo altamente recomendable en ciudades o zonas muy calientes o muy frías, **ya que la vida del motor dependerá de mantener la temperatura adecuada.**

5. Líquido Limpiaparabrisas

- Asegúrate de que el depósito del líquido limpiaparabrisas localizado bajo el cofre, esté lleno.
- Este líquido es esencial para mantener una buena visibilidad en el parabrisas, ya que lo limpia mejor que el agua común de la llave.

6. Estado de las Luces

- Verifica que todas las luces exteriores funcionen correctamente (luces delanteras, traseras, intermitentes, luces de freno y luces de emergencia).
- Identifica todos los botones para luces localizados en el volante, tablero y la puerta del conductor para no perder tiempo en intentar localizarlos cuando se necesiten.
- Pide a alguien que te ayude a revisar las luces traseras mientras tú las activas desde el interior, lo mismo aplica para las luces frontales.

7. Limpieza y Estado de los Limpiaparabrisas

- Revisa las escobillas de los limpiaparabrisas. Si están desgastadas o no limpian adecuadamente, es hora de cambiarlas, sobre todo si ya se acerca el periodo de lluvia en tu ciudad.
- Asegúrate de que los brazos de los limpiaparabrisas se muevan sin problemas.

8. Filtro de Aire

- Inspecciona el filtro de aire del motor, que generalmente se encuentra en un depósito plástico fácil de abrir bajo el cofre, ubícala por primera vez con ayuda de alguien.
- Si está muy sucio, puedes soplearlo con aire para eliminar el polvo o reemplazarlo tú

misma, es un componente relativamente barato.

9. Correas y Mangueras

- Revisa las correas y mangueras del motor en busca de desgaste, grietas o aflojamiento.
- Las correas deben estar tensas, pero no demasiado rígidas, y las mangueras deben estar firmes, no blandas.
- Cualquier rastro de fuga de algún líquido que detectes en las mismas o en la huella que deja tu vehículo donde lo estacionas, **repórtala a tu mecánico.**

10. Batería

- Asegúrate de que los terminales de la batería estén limpios y sin corrosión.
- Si notas corrosión, puedes limpiarla con una mezcla de agua y bicarbonato de sodio usando un cepillo de dientes viejo.
- Verifica la carga de la batería con un voltímetro si tienes uno.
- Todo esto entra dentro del mantenimiento preventivo que puede hacer tu mecánico de confianza.

11. Frenos

- Escucha por sonidos inusuales al frenar, como chirridos o ruidos metálicos.
- Si el pedal de freno está más bajo o blando de lo habitual, podría ser un indicador de un problema que necesite atención profesional.
- Si al frenar sientes que el auto se carga hacia un lado o frena parejo es un indicador de problema.
- Huellas de líquido en el piso donde lo estacionas, reporta la zona a tu mecánico.
- Este sistema **es donde tu integridad física puede estar en juego, no hagas caso omiso a las señales.**

12. Revisión de Fugas

- Inspecciona debajo del vehículo para asegurarte de que no haya manchas de líquidos (aceite, refrigerante, líquido de transmisión, etc.), como ya lo mencionamos arriba, un buen ejercicio es lavar el piso para revisar al día siguiente y ver si la mancha tiene indicios de volver a crearse, también para no lavar puedes simplemente colocar un cartón grande debajo del vehículo durante la noche y revisar por la mañana. Haz esta revisión por manchas en tu domicilio y/o en tu lugar de trabajo si acostumbras a dejarlo en el mismo lugar todos los días.

13. Espejos, Ventanas y Seguros de Puertas

- Asegúrate de que todos los espejos (retrovisores y laterales) estén bien ajustados y limpios.
- Verifica que las ventanas suban y bajen sin problemas.
- Verifica que todos los seguros funcionen al ser activados manual o eléctricamente según sea el caso.

14. Neumático de Refacción y Herramienta Básica

- Asegúrate de revisar el estado de tu neumático de refacción en la cajuela, si aún no lo tienes es buen momento para hacerte de uno, revisa su estado de aire de vez en cuando, **ya que por falta de uso pudiera perder poco aire.**
- Asegúrate de contar con su gato hidráulico o mecánico para cambiar un neumático
- Si eres precavida, es buena idea tener al menos un kit de herramienta básica como pinzas de mecánico, un par de desarmadores plano y de cruz en el kit.
- Si quieres ir un poco más lejos, también es buena idea tener **unos cables para pasaje de corriente** por si fue el caso que dejaste estacionado tu vehículo con una luz encendida por mucho tiempo y al querer encenderlo simplemente no enciende, es casi seguro que necesitarás que otro vehículo te pase corriente, es de muy mal gusto pedir este favor y ni

siquiera traer cables para ello; carga con ellos en tu maleta siempre.

Estas revisiones básicas son sencillas de realizar y pueden **ayudarte a identificar problemas antes de que se conviertan en averías más graves**. También te darán más confianza al saber que tu vehículo está en buenas condiciones.

Buenas Prácticas de Manejo

Todo Tiene Un Cómo Sí

Todos y todas podemos conducir de una manera defensiva, amable y cordial por las calles, el exceso de tráfico, las prisas y las preocupaciones pueden contribuir a que maneemos con malhumor o de malas, pero independientemente de eso, **debemos conducir aplicando las buenas prácticas de manejo.**

1. Mantener la Concentración

- Evita distracciones, como el uso del teléfono móvil.
- Mantén los ojos en la carretera, calle o camino y las manos en el volante.
- Usa espejos frecuentemente para estar al tanto del entorno. Ajústalos a que mires muy bien sin despegar tu espalda del asiento.

2. Seguir las Normas de Tránsito

- Respeta los límites de velocidad, especialmente en zonas escolares y áreas residenciales. Así como los señalamientos de tránsito.
- Detente completamente en los semáforos en rojo y señales de alto.

- Da prioridad a los peatones y ciclistas en las intersecciones.

3. Mantener la Distancia de Seguridad

- Guarda suficiente espacio entre tu vehículo y el de adelante para evitar accidentes.
- Esto es especialmente importante en condiciones de tráfico intenso o clima adverso.

4. Usar las Luces y Señalización Adecuadamente

- Usa las luces direccionales al cambiar de carril o al girar, **es tan fácil de hacerlo** y es sorprendente ver cuantos conductores no las usa, no seas como ellos(as).
- Enciende las luces delanteras al conducir en condiciones de baja visibilidad, como lluvia o niebla.

5. Anticiparse a las Condiciones del Tráfico

- Observa el flujo del tráfico y prepárate para detenerte o reducir la velocidad de manera gradual.
- Sé consciente de los vehículos, como motocicletas o bicicletas en los puntos ciegos.

6. Mantener una Velocidad Adecuada

- Adapta tu velocidad a las condiciones de la carretera y el clima.

- Evita acelerar bruscamente en calles congestionadas o al aproximarte a semáforos.

7. Ser Paciente y Mantener la Calma

- Evita maniobras agresivas, como cambios bruscos de carril o acelerar en exceso. Siempre debes indicarlo con las luces direccionales o mínimo con tu mano izquierda.
- El tráfico en las ciudades puede ser frustrante, pero mantener la calma reduce el riesgo de accidentes.
- Siempre calcula tus viajes con tiempo, considera el tráfico de la zona a dónde vas, esto hará que no manejes rápido y seas más prudente.

8. Planificar la Ruta con Anticipación

- Usa herramientas de navegación para evitar zonas congestionadas o en construcción.
- Planificar tu viaje con anticipación también te ayuda a reducir el estrés al volante.

9. Respetar las Ciclo vías y Carriles Preferenciales

- No invadas carriles destinados a ciclistas, autobuses o vehículos de emergencia.
- Respetar las zonas peatonales y da siempre prioridad a los peatones.

10. Conducir a la Defensiva

- Prepárate para las acciones inesperadas de otros conductores, peatones o ciclistas.
- Evita confrontaciones y permanece atento a las señales de otros vehículos.

Estas prácticas no solo mejoran tu seguridad y la de los demás, sino que también **contribuyen a una experiencia de conducción más eficiente y tranquila.**

Fallas Comunes del Automóvil

Cualquier vehículo puede presentar fallas, dependiendo de su antigüedad y si se le ha dado o no mantenimiento regular.

Aunque para algunas de las fallas se puede hacer la revisión sin la necesidad de un mecánico, siempre debe hacer juicio y conocimiento de causa.

Se debe tener sobre todo el criterio y sobre todo el cuidado para evitar cualquier lesión.

Si Esto Pasa, Puede Ser Esto y Haz Esto

Aquí algunas de las fallas más comunes de un vehículo.

1. Motor no arranca

- **Posible causa:** Si al girar la llave no se escucha ningún ruido o si el tablero no enciende, o si al activar las luces no encienden, **puede ser que la batería este descargada o defectuosa.**
- **Solución:** Verifica la batería, limpia los bornes, revisa que las terminales no estén flojas, intenta arrancar con cables o cambia la batería si está en mal estado.

2. Luces del tablero no encienden

- **Posible causa:** Si otras luces si funcionan o se verifica que la batería está en buen estado, es posible que se cuente con Fusibles quemados.
- **Solución:** Revisa si las luces externas o interior encienden, si es así, revisar el panel de fusibles y cambiar el fusible defectuoso.

3. Luces delanteras o traseras no funcionan

- **Posible causa:** Bombilla fundida o fusible quemado.
- **Solución:** Revisa si el problema es en ambas o sólo en una. Si es el caso cambia la bombilla fundida pero primero revisa y reemplaza el fusible

4. Vibraciones al frenar

- **Posible causa:** Discos de freno desgastados o deformados.
- **Solución:** Revisar discos y balatas de freno, reemplazarlos si es necesario.

5. Consumo excesivo de combustible

- **Posible causa:** Filtros de aire sucios o problemas en los inyectores, ruedas no bien balanceadas o falta de aire en algún neumático.
- **Solución:** Cambiar el filtro de aire si está sucio, revisar y limpiar los inyectores si no se

les ha dado mantenimiento. Revisar estado de neumáticos, nivel de aire y/o balancear si es el caso.

6. Frenos blandos o poco efectivos

- **Posible causa:** Posible fugas en el sistema de frenos o desgaste en las balatas.
- **Solución:** Revisar nivel de líquido de frenos, buscar fugas, si no hay fugas, revisar y/o reemplazar la(s) balatas.

7. Olor a combustible dentro del vehículo

- **Posible causa:** Fuga en el sistema de combustible.
- **Solución:** Inspeccionar posibles fugas de gasolina, especialmente en la manguera del tanque y la línea de combustible.

8. Sobrecalentamiento del motor

- **Posible causa:** Falta de refrigerante por fugas, termostato defectuoso, radiador bloqueado, posible daño en bomba de agua.
- **Solución:** Revisar niveles de refrigerante, llevar a verificar el termostato y/o la bomba, limpiar el radiador.

9. Ruidos extraños en el motor (golpeteo)

- **Posible causa:** Problema en las bujías o en el sistema de encendido.
- **Solución:** Revisar y cambiar las bujías, o revisar el distribuidor.

10. Dirección dura o imprecisa

- **Posible causa:** Falta de líquido de dirección o fallo en la bomba de dirección asistida.
- **Solución:** Revisar y rellenar el líquido de dirección asistida, y/o llevar a verificar la bomba.

11. El motor pierde potencia

- **Posible causa:** Problemas con el filtro de combustible, problemas en el sistema de inyección, un posible problema con una bujía o cable de bujía flojo.
- **Solución:** Cambiar el filtro de combustible, limpiar los inyectores y/o revisar los cables hacia las bujías, si todo está bien puedes revisar por último las bujías en el motor.

12. Escape de humo negro

- **Posible causa:** Mezcla de aire-combustible muy rica (demasiado combustible).
- **Solución:** Revisar el filtro de aire, los inyectores y la sonda lambda.

13. Escape de humo azul

- **Posible causa:** Posible consumo de aceite por parte del motor. **La vida del motor puede estar en peligro.**
- **Solución:** Revisar niveles de aceite, buscar fugas y/o llevar a verificar sellos de válvulas.

14. Falla en los limpiaparabrisas

- **Posible causa:** Motor de limpiaparabrisas defectuoso o fusible quemado.
- **Solución:** Cambiar el fusible o verificar el motor del limpiaparabrisas.

15. El vehículo tiembla a alta velocidad

- **Posible causa:** Problemas de alineación o balanceo de las llantas.
- **Solución:** Llevar a alinear y balancear las llantas.

16. Dificultad para cambiar de marcha

- **Posible causa:** Nivel bajo de líquido de transmisión o embrague desgastado.
- **Solución:** Revisar y rellenar el líquido de transmisión, o reemplazar el embrague.

17. Luces de advertencia en el tablero (check engine)

- **Posible causa:** Sensores defectuosos o fallos en el sistema electrónico.
- **Solución:** Escanear el sistema con un equipo OBD y solucionar según el código de error.

18. Ruido metálico en la suspensión

- **Posible causa:** Amortiguadores desgastados o rotulas sueltas.
- **Solución:** Revisar y cambiar amortiguadores, y ajustar o reemplazar las rotulas.

19. Pedal del acelerador duro o atascado

- **Posible causa:** Cable del acelerador desgastado o sucio.
- **Solución:** Lubricar o cambiar el cable del acelerador.

20. Dificultad para encender el auto en climas fríos

- **Posible causa:** Bujías frías o batería débil.
- **Solución:** Revisar las bujías y la batería, e intentar encender el auto usando anticongelante adecuado.

-

21. Batería se descarga continuamente

- **Posible causa:** Alternador con mal funcionamiento, bornes de baterías sucios o batería ya con problemas.
- **Solución:** Revisar el alternador, revisar los bornes de la batería reemplazarla.

22. Traqueteo en zona de las ruedas delanteras al girar en una esquina

- **Posible causa:** Juntura CV y/o componentes internos en mal estado
- **Solución:** Intenta identificar que neumático se escucha el sonido y lleva a revisar la juntura CV antes de que sea demasiado tarde o se dañe por completo.

23. En el tablero aparece la luz de Check Engine.

- **Posible causa:** Pueden ser una o varias causas, un posible sensor dañado o que indica otro problema mayor.
- **Solución:** No hay una solución rápida, pero si se debe llevar a un taller para que le pasen el escáner y nos arroje un código que indica un diagnóstico exacto.

Herramientas Básicas

Conocer cuáles son las herramientas básicas que debemos conocer, saber y usar y sobre todo contar con ellas en tu vehículo.

Debemos contar con ellas a la mano porque **no hay nada más frustrante que el hecho de necesitarlas y no tenerlas.**

¿Qué Debo Conocer y Traer en Mi Auto?

Bien, aquí te indico cuáles son esas herramientas y/o accesorios:

- Pinzas de Mecánico
- Desarmador de tornillos cabeza de cruz
- Desarmador de tornillos cabeza plana o ranura
- Gato Hidráulico o mecánico
- Llave de cruz
- Triangulo de señalización
- Cuña para ruedas
- Rueda de refacción
- Cables para pasar corriente

Todas las herramientas deben manejarse con la mano diestra para evitar lesiones. **Todos los tornillos se aprietan hacia la derecha y aflojan hacia la izquierda.** La llave de cruz se debe manejar con ambas manos.

Puedes inclusive utiliza el pie con el peso del cuerpo, pero siempre con absoluta seguridad cuando algún birlo esté muy apretado. No tengas miedo de manejar estas u otras herramientas, incluso pueden ser utilizadas en actividades en la casa.

Mantén todas las herramientas juntas en un solo lugar en la cajuela, puede ser en una bolsa o caja de herramientas pequeña.



Pinzas
Mecánico



Desarmadores



Triángulo De
Señalización



Cables para
Corriente



Cuña



Gato
Mecánico



Llave de Cruz



Neumático Refacción



Gato
Hidráulico

Conclusión

Si has llegado hasta este punto significa que has adquirido todo el conocimiento que te he querido transmitir en esta guía.

Este conocimiento, que es como un seguro de auto, que puedes tenerlo y no necesitarlo, **es muy valioso cuando lo necesitas y lo tienes a la mano.**

Es muy importante, leas y vuelvas a leer toda la guía o las secciones que no te hayan quedado claras.

Si conoces a una amiga o familiar al que le puede ser útil, te otorgo en este momento el derecho para que puedas enviarle una copia, para se siga transmitiendo el mensaje de educación y empoderamiento de la mujer.

Un cordial saludo

Tu amigo Héctor Jayat

