
GUIA DE CONDUCCIÓN EFICIENTE

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

La conducción eficiente se rige por una serie de reglas sencillas y eficaces, que tratan de aprovechar las posibilidades que ofrecen los motores de los coches actuales. Durante años la eficiencia en la conducción ha sido la gran olvidada. En España el transporte quema más del 60% del petróleo que se consume. La relevancia de estas cifras hace plantearse la utilización del automóvil de manera más eficaz.

Ventajas de una conducción eficiente

Vamos a repasar algunos consejos generales que harán que lleguemos a nuestro destino de una manera más eficiente:

- **Mejora el confort de conducción y disminuye la tensión.** Para conducir de manera eficiente hay que evitar frenazos bruscos y acelerones, realizar el cambio de marchas de manera adecuada. Así los ruidos que proceden del motor se disminuyen. Este tipo de conducción impregna un estilo de tranquilidad que evita los estados de estrés producidos por el tráfico con lo que reduce el riesgo y la gravedad de los accidentes.
- **Ahorro económico de combustible.** El comportamiento del conductor influye sobre el consumo del carburante del vehículo. Hemos de tener especial cuidado al arrancar el coche o cuando utilizamos el acelerador. Debemos ser capaces de anticiparnos a las situaciones del tráfico con el fin de frenar lo menos posible. Mantener una velocidad adecuada y constante hará que el consumo se mantenga. Esto generará menos costes en el mantenimiento del vehículo (frenos, embrague, caja de cambios, motor, neumáticos...) pues están sometidos a un esfuerzo menor.
- **Reducción de contaminación.** La emisión de gases contaminantes se asocia a enfermedades como dificultades respiratorias, problemas oculares, enfermedades cardiovasculares y jaquecas. La reducción de estos gases contribuye además a mejorar los problemas de calentamiento de la atmósfera.
- **Incremento de la seguridad vial.** Los principios de la conducción eficiente hacen que se incremente la seguridad vial ya que logra:
 - Mantener una buena distancia de seguridad para disponer de tiempo de reacción suficiente.
 - Reducir la velocidad punta que se puede alcanzar en un determinado recorrido para conseguir una velocidad media constante.
 - Conducir anticipando y previniendo lo que puede suceder.

¿Qué elementos influyen en el consumo del combustible?

Circular a gran velocidad es uno de los factores que más influencia tienen el consumo de carburante. Para ahorrar tres minutos en un recorrido urbano de 10 Kilómetros, se puede consumir más de un 50% de carburante. Una velocidad adecuada y uniforme en la conducción, evitando variaciones bruscas de velocidad reduce considerablemente el consumo.

Otros factores que influyen el aumento del consumo son: circular con las ventanillas abiertas, transportar objetos en la baca o simplemente llevarla instalada, conectar el aire acondicionado, etc.

- **Uso del aire acondicionado.** Es uno de los accesorios con mayor incidencia en el consumo del combustible. Es recomendable mantener la temperatura entre 21-22 °C.
- **Las ventanillas.** Conducir con las ventanillas bajadas hace que se provoque una mayor oposición al movimiento del vehículo. La fuerza de rozamiento del vehículo y el aire aumenta. Para ventilar en vehículo mejor es utilizar los dispositivos de aireación.
- **Carga y equipaje.**
 - Una mala distribución de la carga puede ofrecer mayor resistencia al aire y mayor inestabilidad provocada por la disminución de adherencia del eje delantero.
 - La colocación de una baca en el vehículo supone una resistencia al aire, con lo que si además incorporamos equipaje en ella incrementa el consumo de carburante notablemente.
 - Debe evitarse llevar el vehículo sobrecargado sin necesidad.
- **El mantenimiento del vehículo.** Los principales factores que influyen sobre el consumo de carburante y las emisiones contaminantes son:
 - Diagnóstico del motor: Detecta averías ocultas que producen aumentos en el consumo y emisiones contaminantes.
 - Control de niveles y filtros: Los niveles y filtros son muy importantes para mantener un motor en condiciones óptimas.
 - Control de la presión de los neumáticos: La falta de presión provoca que el vehículo ofrezca mayor resistencia a la rodadura, con lo que el motor tiene que desarrollar mayor potencia para poner y mantener en movimiento al vehículo.
- **La antigüedad del vehículo.** La tecnología automovilista avanza hacia un menor consumo con un mayor rendimiento. La mala utilización del automóvil puede provocar que se anule la eficiencia lograda. Se estima que un vehículo nuevo contamina un 95% menos que los fabricados hace 20 años.

Hay sistemas en los propios vehículos que favorecen la reducción de consumo de combustible, por ejemplo:

- Los cambios automáticos antiguos ahorran esfuerzos al conductor, pero consumen más que los cambios manuales, mientras que los modernos pueden ayudar al conductor a economizar.

- Los turbocompresores aumentan la potencia y el rendimiento de los motores.
- El control electrónico del motor optimiza su rendimiento.

Consejos para una conducción eficiente

Haz un uso racional del vehículo, utilizando el transporte público siempre que te sea posible, especialmente en trayectos cortos. Muchas veces resulta mucho más cómodo, práctico e incluso rápido que utilizar nuestro vehículo particular.

Trata de compartir en la medida de lo posible tu vehículo. Por ejemplo, intenta ir al trabajo o salir de vacaciones en grupo, reduciendo el número de vehículos necesarios para ello.

A la hora de comprar un vehículo, elige entre aquellos con menor índice de consumo de combustible y de emisiones contaminantes. Además, nunca compra un vehículo cuyo tamaño, capacidad o potencia sean mayores de lo que realmente necesitas.

Arranque y puesta en marcha

- Arrancar el motor sin pisar el acelerador.
 - En los motores diesel, esperar unos segundos antes de iniciar la marcha de esta manera el aceite llegará en condiciones adecuadas a la zona de lubricación.
 - En los vehículos propulsados por gasolina la marcha debe iniciarse inmediatamente después de arrancar el motor.
 - En ambos motores el calentamiento se realiza en movimiento. Acelerar un motor que está frío lo desgasta mucho y consume mucho combustible.
- Usar la primera velocidad para el inicio de la marcha, cambiando lo antes posible a segunda.
- No cargar el coche en exceso y procurar no utilizar, en lo posible, la baca portaequipajes, pues se estima que aumenta el consumo hasta un 35% más.

Durante la circulación

Hay una serie de consejos generales que debes de tener en cuenta a la hora de circular de manera eficiente:

- Planear bien la ruta previamente o con ayuda de un GPS hace siempre que recorramos menos kilómetros y consumamos menos. Informarse previamente de las zonas de atasco en las vías urbanas e interurbanas y así evitarlas.
- Apagar el motor en paradas prolongadas e intentar no dar acelerones antes de parar el motor.
- Una buena anticipación y una distancia de seguridad adecuada harán que la conducción sea mucho más eficiente. Nos permitirá advertir con suficiente antelación los imprevistos que puedan surgir en la carretera y así adoptar medidas para evitar situaciones inminentes. Para esto tendremos que circular ampliando al máximo nuestro campo visual dentro de la vía.
- Circular siempre a una velocidad adecuada es un hábito que te permite ahorrar dinero, además de reducir sensiblemente la contaminación. La velocidad es uno de los factores que más influyen en el consumo.
- Circular el mayor tiempo posible en las marchas más largas y a bajas revoluciones pues el vehículo de esta manera consume menos.
- Buscar la fluidez en la circulación, evitando los frenazos. En el momento en que se detecte un obstáculo o una reducción de la velocidad de circulación en la vía, levantaremos el pie del acelerador intentando evitar la frenada brusca. Esto es, frenar con el motor. Se trata de mantener el vehículo en movimiento por su propia inercia con una marcha engranada. Normalmente es el motor el que hace girar las ruedas pero en este caso (acelerador sin pisar y marcha engranada) son las ruedas las que arrastran al motor.
- Guardar una distancia de seguridad suficiente, hará que no tengamos que utilizar los frenos y por tanto un menor uso de las aceleraciones posteriores a las frenadas.

Además, para determinadas condiciones hay una serie de consejos prácticos específicos:

- **Tramos en pendiente.** Si son descendientes debemos levantar el pie del acelerador sin reducir de marcha y dejar bajar al coche por su propia inercia, si la aceleración no se mantuviera aceleraríamos lo justo para conseguir la velocidad de cruce pretendida.

Nunca bajar la pendiente con el coche en punto muerto pues además de incrementar el consumo y la contaminación resulta extremadamente peligroso.

Si las pendientes fuesen ascendentes hay que procurar circular en la marcha más elevada posible aunque tengamos que pisar más el acelerador.

- **En curvas.** Antes de entrar en la curva hay que adaptar la velocidad del vehículo, se hará exactamente igual que en cualquier deceleración.

Levantaremos el pie del acelerador y dejaremos rodar el coche por su propia inercia. Si fuera necesario reduciríamos a la marcha que precisemos para tomar la curva.

- **En rotondas.** En las rotondas tenemos que adaptar la velocidad del vehículo. Hay que realizar un reconocimiento a la entrada de la rotonda y anticiparse a las características de esta:

- Anchura de la calzada.
- Tamaño de la glorieta.

- La existencia de otro vehículo en circulación o en espera.
- **Circulación lenta o en caravana.** Procuraremos por todos los medios circular en la marcha más larga posible que nos permita mantener la distancia de seguridad con los vehículos que nos preceden. Evitaremos en todo caso acelerar para después tener que volver a frenar, así evitaremos desgastes que no son necesarios para nuestro vehículo, además de ahorrar combustible y contaminar menos. Como consecuencia de esto, los vehículos que circulan detrás nuestra podrán hacer lo mismo y habrá más fluidez en el tráfico.
- **Paradas durante la marcha.** Para paradas superiores a 60 segundos hay que apagar el motor. El coche parado funciona a ralentí y aunque el consumo no es muy alto, existe, si se computan todas las paradas el consumo es elevado.
- **Adelantamientos.** Adelantar tiene que ser algo funcional, es decir, si adelantamos para ganar únicamente un puesto o dos la ganancia en tiempo es prácticamente nula pero el consumo de combustible es alto. El adelantamiento ha de ser siempre seguro, sin comprometer a otros conductores, es importante que haya suficiente espacio y tiempo para realizarlo adecuadamente. Puede hacerse a una velocidad relativamente alta y con marchas similares, si hemos elegido bien el momento y el lugar.
- **Medidas de ahorro no efectivas.** Algunos conductores adoptan algunas medias para ahorrar combustible que no sólo son erróneas sino algunas pueden ser peligrosas.
 - Bajar las pendientes o puertos en punto muerto o con el contacto quitado. Esto no debe hacerse nunca ya que puede comprometer la estabilidad del vehículo, deja el motor sin control y obliga a un uso excesivo del freno, estos pueden calentarse y perder su eficacia.
 - Apagar las luces innecesariamente, aunque es cierto que el sistema de alumbrado incrementa el consumo un 2%

Combustibles alternativos

En Europa existe el firme propósito de reducir la contaminación que provocan los vehículos, dos puntos importantes además de la conducción eficiente para la reducción de la contaminación son:

- Potenciar los vehículos eléctricos: A pesar de que ya son parte de nuestro presente aún no se han instalado completamente. Estos coches crean una menor polución por lo que son una alternativa menos contaminante, y además son más silenciosos con lo que también consiguen reducir la contaminación acústica. Estos vehículos funcionan con baterías eléctricas que se alimentan con corriente eléctrica en lugar de gasolina/gasóleo. Para recargarlos solo necesitaríamos enchufar la batería a un enchufe convencional pudiéndose recargar en cualquier momento sin necesidad de tener que esperar a que la batería se cargue por completo.
 - Uso de biocombustibles: son combustibles obtenidos de manera renovable a partir de restos orgánicos. A menudo son mezclados con otros combustibles en pequeñas proporciones como 5% o 10% proporcionando un combustible útil pero limitado de gases de efecto invernadero. Los cuatro más conocidos son:

- Biodiesel: Es un biocombustible que se fabrica a partir de grasa animal o aceites vegetales, que pueden ser ya usados o sin usar. Se suele utilizar girasol, soja etc. Puede ser, puro o mezclado con gasoil en cualquier proporción en motores diésel.
- Bioetanol o etanol de biomasa: es un alcohol que se obtiene a partir de maíz, sorgo, caña de azúcar o remolacha. Permite sustituir las gasolinas.
- Biogás: Es el resultado de la fermentación de los desechos orgánicos.
- Biomasa: Es la materia orgánica que se origina en un proceso biológico, espontáneo o provocado, utilizable como fuente de energía.