



SEGURANÇA NO TRÂNSITO



Órgãos da Administração Superior do MPDFT

Procuradoria-Geral de Justiça do Distrito Federal e Territórios

Procuradora de Justiça Eunice Pereira Amorim Carvalhido

Vice-Procuradoria-Geral de Justiça

Procuradora de Justiça Zenaide Souto Martins

Chefia de Gabinete

Promotora de Justiça Thaís Freire da Costa Flores

Promotor de Justiça Wagner de Castro Araújo

Diretoria-Geral

Promotor de Justiça Libanio Alves Rodrigues

Assessoria de Políticas Institucionais

Promotora de Justiça Ana Luiza Lobo Leão Osorio

Promotor de Justiça Dermeval Farias Gomes Filho

Esta é uma publicação da 2ª Promotoria de Justiça Criminal e dos Delitos de Trânsito do Paranoá.

Quadra 4, Grandes Areas, Lote 1, Paranoá-DF

Telefone: (61) 3369-9224 Fax: (61) 3369-2999

Promotor titular da 2ª Promotoria de Justiça Criminal e dos Delitos de Trânsito do Paranoá

Promotor de Justiça Delson Luiz Bastos Ferro

Texto e imagens:

Departamento de Trânsito do Distrito Federal – DETRAN-DF

Programação visual e diagramação:

Coordenadoria de Comunicação do MPDFT

© 2014 Ministério Público do Distrito Federal e Territórios – MPDFT

É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte.

Tiragem: 2ª edição - 2014 - 1000 exemplares

Julho/2014

APRESENTAÇÃO

Esta cartilha é uma iniciativa da Promotoria de Justiça do Paranoá em parceria com a Diretoria de Educação de Trânsito - DETRAN-DF, a fim de orientar a população para uma ação e direção defensiva no trânsito, para maior responsabilidade dos condutores e para a prevenção de acidentes.

A iniciativa por um trânsito mais seguro é, antes de tudo, uma iniciativa de todo e qualquer cidadão, no dia a dia, junto de seus familiares, de quem precisa andar, correr, pedalar, dirigir pelas ruas. Um trânsito mais seguro depende de todos, sem exceção, não só da ação de cada um, mas da conscientização de cada um, da necessidade de se evitar a todo custo o sofrimento das pessoas. Um dia acontece com um desconhecido, outro dia com um conhecido, no outro pode ser com você. Aquela ideia “isso nunca vai acontecer comigo” é tão equivocada quanto a “eu não tenho nada a ver com isso”, porque todos vivenciamos o trânsito diariamente.

Conscientizar no trânsito é tomar a decisão individual de pensar e agir dessa forma para ser autor de uma história com menos violência no trânsito.

SUMÁRIO

CONCEITO DE DIREÇÃO DEFENSIVA	7
ELEMENTOS DA DIREÇÃO DEFENSIVA	8
CONHECIMENTO.....	8
ATENÇÃO	8
PREVISÃO	9
DECISÃO	10
HABILIDADE.....	11
CONDIÇÕES ADVERSAS	13
CONDIÇÃO ADVERSA DE LUZ.....	13
CONDIÇÃO ADVERSA DE TEMPO	15
CONDIÇÃO ADVERSA DE VIA.....	18
CONDIÇÃO ADVERSA DE TRÂNSITO	18
CONDIÇÃO ADVERSA DE VEÍCULO	19
CONDIÇÃO ADVERSA DE CARGA	23
CONDIÇÃO ADVERSA DE PASSAGEIRO	23
CONDIÇÃO ADVERSA DE CONDUTOR	24
COMO EVITAR ACIDENTES	29
CLASSIFICAÇÃO DOS ACIDENTES.....	29
FATORES CAUSADORES DE ACIDENTES	29
MÉTODO BÁSICO DE PREVENÇÃO DE ACIDENTES	30

SITUAÇÕES DE RISCO	30
CINTO DE SEGURANÇA	31
ASSENTOS PRÓPRIOS PARA CRIANÇAS	31
REGULAGEM DOS RETROVISORES.....	33
POSICIONAMENTO DO CONDUTOR.....	33
CONDUZINDO EM SITUAÇÃO DE RISCO.....	34
VEÍCULOS DE DUAS E TRÊS RODAS	40
PROCEDIMENTOS GERAIS	41
ABORDAGEM TEÓRICA DA CONDUÇÃO DE MOTOCICLETAS COM PASSAGEIRO E OU CARGA.....	41
EQUIPAMENTOS DE SEGURANÇA MOTOCICLISTA.....	44
CUIDADOS COM OS DEMAIS USUÁRIOS DA VIA	45
RESPEITO MÚTUO ENTRE CONDUTORES.....	46
CONCLUSÃO	46
REFERÊNCIAS	47

DIREÇÃO DEFENSIVA



CONCEITO DE DIREÇÃO DEFENSIVA

A direção defensiva consiste em um conjunto de técnicas e procedimentos cuja finalidade é capacitar o condutor a dirigir com o máximo de eficiência e segurança, evitando acidentes e colisões, mesmo em condições adversas ou diante de ações incorretas de outros condutores ou pedestres.

O condutor defensivo é aquele que adota procedimentos preventivos no trânsito, sempre com cautela e civilidade, visando a sua segurança e a dos demais usuários da via.

O ato de dirigir apresenta riscos e pode gerar graves consequências, tanto físicas e psicológicas como financeiras. Por isso, dirigir exige aperfeiçoamento e atualização constantes para a melhoria do desempenho e dos resultados.

O condutor dirige um veículo que exige conhecimento e habilidade, passa por lugares diversos e complexos, nem sempre conhecidos, nos quais também circulam outros veículos, pessoas e animais. Por isso, tem muita responsabilidade sobre tudo o que faz ao volante. É muito importante para o condutor conhecer as regras de trânsito, a técnica de dirigir com segurança e saber como agir em situações de risco.

Vamos então conhecer um pouco os fatores que influenciam o desempenho do motorista na condução de um veículo.

ELEMENTOS DA DIREÇÃO DEFENSIVA

Para que um condutor possa praticar a condução defensiva, ele precisa de certos elementos e conhecimentos, não só da legislação de trânsito, mas também de comportamentos que devem ser praticados diariamente no uso do veículo. Para reduzir a possibilidade de envolvimento em acidentes de trânsito, deve adotar posturas defensivas ao conduzir seu veículo. Isso requer deste condutor, em cada situação enfrentada, fazer uso de um ou mais elementos da direção defensiva: conhecimento, atenção, previsão, decisão e habilidade.

CONHECIMENTO

O condutor defensivo deve obter o máximo de informações sobre legislação de trânsito (infrações e penalidades, normas gerais de circulação, sinalização e outras), condições da via (tipo de pavimentação, trajetos, adversidades e outras), seu veículo (as manutenções e os equipamentos) e o comportamento das pessoas (embriagados, crianças, motociclistas e idosos).

Conhecendo essas condições de riscos, o condutor consegue fazer um planejamento e estabelecer estratégias para se evitar os acidentes.

ATENÇÃO

Toda atenção é pouca! O condutor defensivo deve estar alerta o tempo inteiro. Precisa observar tudo que possa trazer informação ou causar um acidente.

O trânsito é muito dinâmico, as coisas surgem e mudam rapidamente: a criança que se aproxima do bordo da via, condições adversas, comportamento dos demais condutores e usuários da via etc. Se o condutor não estiver atento a essas situações, não terá tempo suficiente para evitar um possível acidente.

Entre os elementos da direção defensiva, a atenção é o que mais está presente no Código de Trânsito Brasileiro - CTB, como se verifica no art. 28 em que "O condutor deverá, a todo o momento, ter domínio de seu veículo, conduzindo-o com atenção e cuidados indispensáveis a segurança no trânsito"

Pontos em que o condutor defensivo deve ter atenção especial:

- Retrovisores
- Outros veículos
- Pedestres
- Sinalização
- Painel de instrumento



Condições da via Quando estiver dirigindo você não deve:

- Falar ao celular ou enviar mensagens
- Assistir ao DVD Player
- Lanchar
- Fumar

PREVISÃO

Na direção defensiva a previsão ocorre simultaneamente com a atenção. O trânsito propicia muitas eventualidades, e o condutor defensivo deve estar preparado para evitá-las antes mesmo que elas aconteçam. Prevenindo o perigo com antecedência, haverá mais tempo para reagir e obter resposta do veículo.

Na exata medida em que a atenção vai mapeando o terreno, o cérebro tenta prever e antecipar possíveis acontecimentos de modo a agir prontamente, se necessário, para não ser tomado de surpresa. A previsão pode ser exercida sobre um raio de ação próximo (imediata) ou distante (mediata).

Previsão imediata é exercida pelo condutor quando em movimento (trânsito). Exemplo: reduzir a velocidade do veículo próximo a escolas e hospitais.

Previsão mediata é exercida pelo condutor quando estiver fora de circulação. Exemplo: revisão do veículo e abastecimento.

A seguir alguns exemplos práticos da aplicação da previsão:

EXEMPLOS DE SITUAÇÕES DE PREVISÃO	CONDUTA DEFENSIVA
O motorista observa que o semáforo está aceso no verde há algum tempo.	Prever então que poderá ter que parar nesse cruzamento.
Ao se aproximar da época de chuva.	Prever que terá que usar no veículo os equipamentos de proteção para condição adversa de chuva, tais como: limpadores de pára-brisa, banda de rodagem dos pneus, desembaçadores.
Ao passar por um ponto de ônibus, observar vários coletivos parados.	Prever que algum pedestre poderá sair da frente do ônibus.
Transitando em frente a áreas escolares.	Prever a possibilidade de encontrar jovens e crianças com atitudes negligentes para o fluxo de veículos.
Em vias rurais	Prever a possibilidade de encontrar animais na pista.

DECISÃO

Ao conduzir um veículo, todo condutor precisa ser capaz de tomar uma decisão ao se deparar com um perigo imediato à sua frente. Uma boa escolha implica o reconhecimento das alternativas que se apresentam em qualquer situação de trânsito.

A seguir são ilustrados alguns exemplos de situações no trânsito em que o motorista é obrigado a tomar algum tipo de decisão:

Exemplos de Decisão	Conduta Defensiva
O motorista está parado em uma linha de retenção e precisa decidir o momento de entrar na via preferencial.	Aguardar, pacientemente, o momento de entrar na preferencial sem oferecer riscos para si e para os outros.
O motorista observa à frente uma barreira policial.	Diminuir a velocidade e observar com atenção a sinalização do policial.
O motorista escuta a sirene de uma viatura policial.	Deixar livre a passagem pela esquerda, indo para a direita da via e parar, se necessário.
Em condições de visibilidade limitada, um motorista segue um caminhão em um trecho com aclives e declives.	Não fazer a ultrapassagem, manter a distância de segurança e aguardar o momento adequado para a ultrapassagem.

HABILIDADE

O condutor defensivo precisa conhecer o seu veículo e ter habilidade para realizar qualquer manobra necessária nas diversas situações de trânsito, como curvas, ultrapassagens, controle de velocidade, estacionar, correção de derrapagem etc. Esse requisito é desenvolvido com o conhecimento e a prática.

Algumas situações que requerem habilidade:

- Estouro de pneu: se for um dos dianteiros, o veículo puxará forte para o lado do pneu estourado: segure firme a direção, reduza a velocidade retirando o pé do acelerador. Se for um pneu traseiro, o carro derrapará na direção do pneu que estourou: tente consertar a derrapagem segurando firme e esterçando o volante para o mesmo lado do pneu estourado;
- Curvas fechadas: diminua a velocidade antes de entrar na curva e não freie no meio dela. Faça a curva mantendo a marcha e aceleração;
- Veículo vindo em sentido contrário (contramão): reduza a velocidade, sinalize com farol alto, ligue a seta para a direita, aproxime-se o máximo possível da margem direita da via e, se necessário, saia da pista;

O que deve ser feito ao passar por uma área alagada:



- passar com marcha forte, de preferência 1ª ou 2ª marchas, devagar, mas, com o carro acelerado (a aceleração do carro evita a entrada de água pelo escapamento);
- a altura limite para passar numa área alagada é a água estar no máximo até a metade da roda;
- se o carro desligar/apagar não tente religá-lo. Esse procedimento pode danificá-lo ainda mais. Abandone-o e peça ajuda para retirá-lo;
- cuidado com a passagem de outros veículos ao a seu lado, mesmo que em sentido contrário. A agitação da água gera ondas que poderão invadir o compartimento do moto do seu veículo.

Aquaplanagem (hidroplanagem)



É um fenômeno que ocorre quando os pneus perdem o contato com a pista e o veículo começa a deslizar sobre a camada de água. Pode acontecer com qualquer tipo de veículo e em qualquer tipo de pista, lembrando

que, dependendo das características do pavimento, os efeitos da aquaplanagem, especialmente em estradas lisas e planas, poderão ser potencializados. A principal causa do fenômeno é a alta velocidade aliada à quantidade de água na pista. Além disso, pneus muito desgastados ou com calibragem inadequada comprometem a aderência do veículo nesta situação.

Para diminuir a possibilidade de aquaplanar, tome as seguintes precauções:

- verifique sempre o desgaste dos pneus;
- diminua a velocidade;
- nunca ande com o veículo desengrenado.

Caso ocorra a aquaplanagem:

- alivie, de forma gradativa, o pé do acelerador e não pise o freio;
- segure firme o volante e não faça movimentos bruscos;
- não realize troca de marcha.

Cientes dos elementos que compõem uma direção defensiva, vamos identificar situações que podem influenciar a condução segura no trânsito e o que devemos fazer para superar possíveis obstáculos.

CONDIÇÕES ADVERSAS

Condições adversas são situações desfavoráveis para dirigir (situações de perigo). Por isso, o que se costuma chamar de condições adversas, a Associação Brasileira de Normas Técnicas - ABNT chama de fatores geradores de acidentes, que podem ser de luz, tempo, via, trânsito, veículo, carga, passageiro e condutor, entre outras. Vejamos como cada condição interfere na forma de conduzir seu veículo, lembrando que nem sempre elas ocorrem isoladamente.

CONDIÇÃO ADVERSA DE LUZ

Quando dirigimos é imprescindível ver e ser visto. Por isso as condições de iluminação são importantes. A falta de luz ou intensidade da luz natural (sol) ou artificial (iluminação pública e faróis) podem afetar a capacidade do condutor de enxergar os elementos do trânsito ou de ser percebido por outras pessoas.

Principais situações:

- Quando anoitece (Penumbra), siga as seguintes recomendações:
 - diminua a velocidade;
 - fique atento;
 - verifique os faróis, lanternas e luzes de freio;
 - evite usar óculos com lentes escurecidas;

- não faça “guerra” de faróis nas vias;
- siga a sinalização das vias.

b) Quando um veículo vier em sua direção com faróis altos (ofuscamento), tome as seguintes providências:

- diminua gradativamente a velocidade retirando o pé do acelerador;
- pisque os faróis para se comunicar com o motorista que vem em sentido contrário;
- não olhe diretamente para os faróis do outro veículo;
- dirija o foco da visão para a margem direita. A visão periférica acompanha o caminho que está sendo percorrido;
- não revide a luz alta.



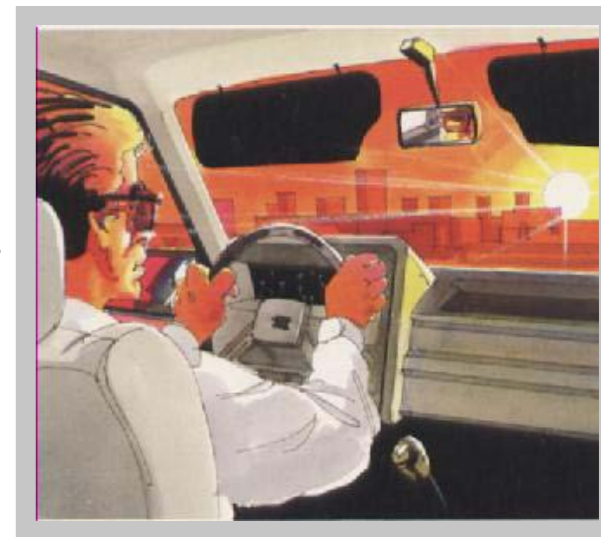
c) Quando o veículo de trás estiver com faróis altos:

- caso seu veículo não seja equipado com retrovisores “fotocrômicos”, regule-os de forma a evitar o ofuscamento;
- facilite a ultrapassagem, reduzindo a velocidade suavemente (aliviando o pé no acelerador). Quando for o caso, desloque-se para faixa mais à direita.

d) Durante o dia quando da incidência direta da luz solar:

- proteja seus olhos baixando a pala de proteção interna do veículo (pala de sol) ou use óculos protetores a fim de evitar o ofuscamento;
- redobre a atenção;
- mantenha o para-brisa sempre limpo.

Observação: caso a pala de sol obstrua a visão ou não ofereça a proteção esperada, faça a regulagem da altura do assento do banco (caso seja possível).



e) Passando dentro de túneis:

Entrando ou saindo de túneis, é necessário dar um tempo para as pupilas se adaptarem à luz. Ao entrar, reduza a velocidade, ligue os faróis do veículo e redobre a atenção; não faça ultrapassagens e, se for o caso, retire os óculos escuros. Uma boa dica é antes de entrar no túnel fechar um dos olhos e, ao ingressar, inverter. Se você entrou com o olho direito fechado, abra-o e feche o esquerdo, por exemplo. Ao sair do túnel, fique com os olhos semicerrados. Para maior segurança, aumente a distância do veículo da frente.



CONDIÇÃO ADVERSA DE TEMPO

São os fenômenos meteorológicos como frio, calor, chuva, vento, granizo e neblina. Essas condições afetam a capacidade visual do condutor, dificultando visualizar outros veículos, a sinalização horizontal e vertical, as margens da via etc.

Principais situações

a) Chuva

O início do período chuvoso é o mais perigoso. A água mistura-se aos resíduos (poeira, óleo e combustíveis) acumulados na via, formando uma fina camada deslizante.

Com chuva é necessário uma distância maior para parar o veículo (mais que o dobro que em pista seca), isso porque diminui a aderência dos pneus.

Vejam algumas recomendações:

- evite o embaçamento da área envidraçada do veículo;
- reduza a velocidade;
- acenda a luz de posição (faroletes e lanternas);
- nunca acione o pisca-alerta quando em movimento;
- acione o limpador de para-brisa;
- aumente a distância de seguimento
- evite fazer ultrapassagens.



Em situações extremas, sendo necessário parar, deixe a via e procure um local adequado onde você possa se proteger, até que as condições melhorem, sempre sinalizando suas ações.

O embaçamento dos vidros ocorre devido à diferença entre as temperaturas externa e interna do veículo. Para melhorar a visibilidade, feche todos os vidros, ligue o ar-condicionado e acione o desembaçador elétrico traseiro. Nos modelos sem esses equipamentos, recomenda-se abrir um pouco os vidros e deixar o ar circular pelo veículo. Se não resolver, pare num posto de combustível e compre um líquido desembaçante.

• b) Neblina

Ocorre quando o vapor d'água é submetido ao resfriamento, formando uma névoa parecida com uma nuvem. Nessas situações é preciso se adaptar à nova realidade, tomando alguns cuidados:

- reduza a velocidade;
- aumente a distância de seguimento;
- use o farol baixo ou de neblina (se tiver); não use farol alto, pois ele reflete a luz nas partículas de água,

o que reduz a visibilidade;

- utilize como referência, a sinalização da via (faixas e olhos-de-gato - catadióptrico), as lanternas dos carros que vão a sua frente e os faróis dos carros em sentido oposto. Se não existir sinalização, acompanhe a linha do acostamento;
- evite fazer ultrapassagens;
- ligue o limpador de para-brisa. Sob neblina é comum o acúmulo de água sobre o vidro;
- caso a neblina fique muito densa, pare e aguarde em um local seguro;

• evite parar na via, mesmo que seja no acostamento. Só faça isso se não tiver outra opção. Neste caso, ligue o pisca-alerta e sinalize com o triângulo de segurança, colocando-o a uma distância de acordo com a velocidade da via;

• Se não houver acostamento, não pare. Prossiga com atenção redobrada, utilizando apenas os faróis baixos ou de neblina e em velocidade reduzida até um local onde possa parar com segurança.

Apesar de não ser considerada uma condição adversa de tempo, a fumaça produzida por queimadas nos terrenos à margem da via ou emitidas por outros veículos provocam dificuldades de visibilidade semelhantes aos da neblina. Além disso, a fuligem proveniente da queimada pode reduzir a aderência do piso.

Nos casos de queimadas, redobre sua atenção, feche os vidros e reduza a velocidade. Ligue o farol baixo e, após entrar no trecho com fumaça, não pare o veículo na via, uma vez que a falta de visibilidade impede os outros motoristas de vê-lo e há ainda o risco de intoxicação.

c) Ventos Laterais

Ventos transversais à via podem prejudicar a estabilidade dos veículos que trafegam em alta velocidade, pois quanto maior a velocidade, mais leve fica o veículo (deve-se verificar que não estamos falando de veículos superesportivos projetados para andar a altíssimas velocidades), isso ocorre devido ao colchão de ar que se forma entre o assoalho e a pista. Nessa situação, o condutor pode perder o controle do veículo. Tomem os seguintes cuidados:

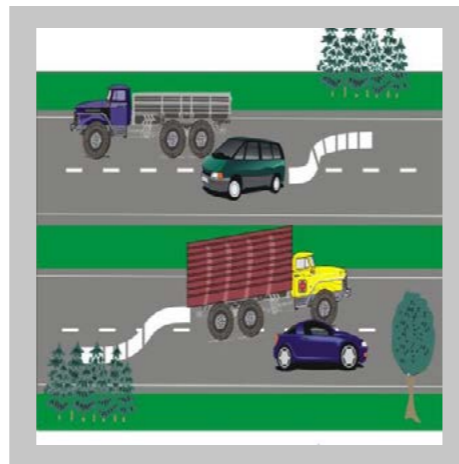
- segure firme o volante;
- reduza a velocidade;
- deixe os vidros abertos para diminuir a ação do vento (proteja os olhos);
- observar as árvores e capins balançando são bons indicadores da força do vento.



Ônibus e caminhões também provocam um deslocamento de ar quando estão em alta velocidade, afetando a estabilidade dos veículos de menor porte. Se for o seu caso, tome as seguintes providências:

- segure firme o volante;
- se estiver ultrapassando, acelere;
- se estiver sendo ultrapassado, reduza a velocidade e facilite.

Nas situações apresentadas, o motociclista deve ter uma atenção especial, pois ele é o que está em maior desvantagem e risco, uma vez que a motocicleta é um veículo muito leve e vulnerável, estando mais propício a sofrer as ações dos ventos.



CONDIÇÃO ADVERSA DE VIA

Esta condição diz respeito a algumas características da via que podem representar perigos de acidentes de trânsito, como:

- traçado das curvas;
- elevações, lombadas, sonorizadores e depressões;
- largura e número de faixas de rolamento;
- buracos e obstáculos;
- vegetação às margens das vias;
- tipo de pavimentação;
- acostamento;
- vias com sujeira (barro, óleo, chorume, etc.);
- ausência de pavimentação;
- sinalização insuficiente, equivocada ou sua falta.

A melhor defesa é procurar obter o máximo de informação a respeito das condições da via, desta forma será possível montar um planejamento para passar com segurança nestas adversidades.

Previna-se e evite surpresas. Lembre-se de que as placas de sinalização apresentam os limites máximos de velocidade, o que não significa que você não possa andar em velocidade inferior, se necessário.

CONDIÇÃO ADVERSA DE TRÂNSITO

Trata-se das condições relacionadas a fluidez e circulação nas vias em determinados momentos, situações e locais. Nessas circunstâncias, o condutor precisa avaliar constantemente a presença de outros usuários da via e

a interação entre eles, adequando seu comportamento para evitar conflitos.

Alguns exemplos:

- congestionamento;
- veículos pesados;
- veículos lentos;
- veículos não motorizados;
- comportamento imprudente dos demais usuários da via;
- locais com aglomerações (eventos comemorativos, manifestações).

No início da manhã, no fim da tarde e durante os intervalos tradicionais para almoço, o trânsito tende a ficar mais congestionado, pois as pessoas se deslocam para o trabalho ou para casa. Nos centros urbanos, os pontos de maior concentração de pedestres e carros estacionados em desacordo com a sinalização e com a via também geram problemas ao trânsito.

Nestas ocasiões é recomendado:

- não buzinar; essa atitude além de não melhorar o fluxo, aumenta a poluição sonora;
- ser educado e dar passagem para outro veículo quando solicitado; isso evita conflitos;
- manter a distância de seguimento entre o seu veículo e o que segue a sua frente;
- sair mais cedo, evitando preocupações com atrasos;
- ter sempre caminhos alternativos; em caso de acidentes na via, não ficará refém do itinerário que costuma fazer.
- acompanhar as notícias pelo rádio, assim poderá se antecipar a possíveis pontos de contenção.

CONDIÇÃO ADVERSA DE VEÍCULO

Essa adversidade diz respeito à verificação dos itens obrigatórios e à falta de manutenção do veículo, ou seja, quando aquele não apresenta condições de segurança para circular nas vias públicas. Por exemplo, freios e pneus gastos, limpadores de para-brisa ressecados, faróis queimados e/ou desregulados, bateria descarregada, falta de cinto de segurança, mau funcionamento das luzes piloto etc. Todos os itens do automóvel devem estar em perfeito funcionamento.

Alguns cuidados que o condutor/proprietário do veículo deve ter:

I. Pneus

Os pneus possuem, entre outras, três funções importantes: impulsionar, frear e manter a dirigibilidade do veículo. Verifique o seu estado de conservação (bolhas, cortes e deformações, podem causar um estouro ou uma rápida perda de pressão) e calibragem, pelo menos uma vez por semana. Não se esqueça de verificar o estepe.

Com relação à calibragem, siga as recomendações do fabricante observando a condição de carga (mínima e máxima). Pneus murchos duram menos, prejudicam a estabilidade e aumenta o consumo de combustível; pneus muito cheios também duram menos e prejudicam a estabilidade, reduzem a aderência e danificam a suspensão. Se a pressão dos pneus não estiver de acordo com o recomendado pelo fabricante, será necessário ajustá-la. Procure realizar a aferição com os pneus ainda frios. As tampinhas das válvulas de ar não são simples enfeites, elas impedem vazamentos e a penetração de impurezas.



O desgaste do centro da banda de rodagem é causado por excesso de pressão, já o desgaste das bordas indica que a pressão está abaixo da recomendada.

A profundidade dos sulcos da banda de rodagem dos pneus deve ser de, pelo menos 1,6 mm. Para facilitar essa verificação, os pneus trazem indicadores de desgastes – um triângulo ou as letras TWI (Tread Wear Indicator) – impressos na lateral. Quando o desgaste atingir essa marca, é hora de trocá-los, pois serão considerados “carecas”, impróprios para o uso. A função dos sulcos é permitir o escoamento de água, resfriar e garantir uma melhor aderência à via.

Faça o rodízio dos pneus de acordo com a recomendação do fabricante, isso ajuda a compensar as diferenças de desgaste da borracha, aumentando a vida útil e melhorando a estabilidade do veículo. Não use pneus de modelo ou dimensões diferentes das recomendadas pelo fabricante, isso pode reduzir a estabilidade e desgastar outros componentes da suspensão.

É recomendado fazer o balanceamento das rodas sempre que realizar o rodízio ou quando trocar os pneus. Rodas desbalanceadas provocam instabilidade, trepidação no volante e desgaste da suspensão e dos pneus.

Sentir o carro puxar para um dos lados, dificuldade em virar o volante ou desgaste irregular nos pneus são sintomas de desalinhamento de rodas e direção. Para sua segurança, faça o alinhamento.

Observação: Todas estas recomendações também se aplicam ao pneu sobressalente (estepe), nos veículos em que ele é exigido.

II. Suspensão (Amortecedores e Molas)

A finalidade da suspensão é manter a estabilidade do veículo. Caso algum componente esteja desgastado, pode causar a perda de controle do veículo, especialmente em curvas e frenagens. Verifique periodicamente o estado de conservação e o funcionamento deles, usando como base o manual do fabricante.

III. Direção

A direção é um dos mais importantes componentes de segurança do veículo, um dos responsáveis pela dirigibilidade. Folgas no sistema de direção desestabilizam o veículo, podendo levar o condutor a perder o seu controle. Ao utilizar os freios esses efeitos aumentam.

Verifique o sistema de direção de acordo com o manual do veículo ou quando perceber alguma alteração no seu funcionamento.

IV. Iluminação

O sistema de iluminação e sinalização do veículo é fundamental tanto para ver quanto para ser visto pelos outros usuários da via. A falta de iluminação ou a sinalização incorreta aumentam consideravelmente os riscos de acidentes nas vias.

Confira e evite as principais ocorrências:

- faróis queimados, em mau estado de conservação (trincado, cheio de água etc) ou desregulado reduzem a visibilidade panorâmica do condutor, que não consegue ver tudo que deveria;
- lanternas de posição queimadas ou com defeito, à noite ou em ambientes escurecidos (chuva, penumbra), comprometem o reconhecimento do seu veículo pelos demais usuários da via;
- luz de freio queimada ou com mau funcionamento impede que outros condutores identifiquem de imediato a frenagem realizada, isso diminui o tempo de reação e pode ocasionar colisão traseira;
- luzes indicadoras de direção queimadas ou com mau funcionamento dificultam a compreensão dos outros condutores com relação a manobra desejada;
- Dessa forma é necessário que seja verificado periodicamente o estado e o funcionamento das luzes e lanternas.

V. Lubrificação do Motor

Troque o óleo do motor e substitua o filtro de óleo de acordo com o recomendado no manual do veículo. Registre as datas das trocas de óleo e do filtro. Uma vez por semana verifique o nível do óleo do motor.

VI. Sistema de Arrefecimento (refrigeração do motor)

Confira semanalmente o nível do líquido de arrefecimento do reservatório ligado ao radiador e, caso seja necessário completar, procure uma oficina. Verifique o manual do fabricante com relação à troca e limpeza desse sistema, importante para o bom funcionamento do seu veículo.

VII. Filtros, correia dentada e mangueiras

O filtro de ar é responsável por evitar que as impurezas do ar entrem no motor.

O filtro de óleo é responsável por reter partículas provenientes do atrito das engrenagens do motor.

O filtro de combustível, outro item de grande importância para o bom funcionamento do motor, impede que os resíduos depositados no fundo do tanque de combustível cheguem ao motor.

Todos devem ser trocados de acordo com o indicado no manual do proprietário.

A correia dentada estabelece uma ligação fixa entre o virabrequim e o comando de válvulas, mantendo sincronizados esses dois elementos. Em alguns carros, ela também é aproveitada para movimentar as bombas de óleo e água. Nem todos os motores utilizam correias

dentadas. Alguns utilizam engrenagens ou correntes para o mesmo fim. A correia dentada pode estragar do mesmo modo que as outras, a diferença é que, caso ela quebre, o motor para de funcionar e pode sofrer sérios danos internos: empenamento de válvulas e danos aos pistões são alguns dos problemas mais comuns causados pelo rompimento da correia dentada. Neste caso o conserto sai muito caro, no entanto, é fácil evitar que isso ocorra, basta realizar a troca da correia dentada de acordo com o manual do proprietário.

As mangueiras do combustível e do radiador nunca devem estar ressecadas, trincadas ou folgadas, nem podem apresentar sinais de vazamento. Se notar algum desses problemas, troque a mangueira danificada imediatamente.

Caso não tenha segurança para examinar os itens citados, procure um mecânico de sua confiança para verificá-los.

VIII. Freios

O perfeito estado de funcionamento do sistema de freio é de extrema importância para segurança do condutor e dos demais usuários da via. Esse sistema se desgasta com o uso, ficando com sua eficiência reduzida. Freios gastos exigem maiores distâncias para frear com segurança, podendo causar acidentes.

Ao dirigir, evite utilizar freadas bruscas e desnecessárias, pois isto desgasta mais rapidamente os componentes do sistema de freios. Basta ser defensivo, dirigindo com atenção, observando a sinalização, a legislação e as condições do trânsito.

Em veículos com sistema de freio a tambor/lona, quando atravessam locais alagados ou com poças de água, pode ocorrer a perda de eficiência dos freios. Dessa forma, observe as condições do trânsito no local, reduza a velocidade e pise o pedal de freio algumas vezes para voltar à normalidade. Lembre-se de que o freio a disco não altera seu funcionamento sob os efeitos da água

IX. Limpeza

Além das condições de higiene, manter o veículo limpo também é importante para a segurança. Itens como para-brisa, retrovisores, faróis, lanternas e placas devem estar limpos para não prejudicar a visibilidade e identificação do veículo.

Fique atento à limpeza do motor, os veículos equipados com injeção eletrônica são mais sensíveis à água durante as lavagens. Água sob pressão pode infiltrar nos terminais e sensores do sistema de ignição e bloquear o contato elétrico, impedindo o motor de funcionar; por isso evite lavar o motor.

CONDIÇÃO ADVERSA DE CARGA

No transporte de cargas em geral, ou em qualquer situação que obrigue o condutor a dirigir transportando objetos (viagens ou mudanças, por exemplo), a carga transportada poderá transformar-se em uma condição adversa, comprometendo a segurança.

Os motivos mais comuns são:

- carga mal distribuída, mal embalada ou acondicionada inadequadamente;
- falha na imobilização e amarração dos volumes dentro do compartimento de cargas;
- desconhecimento do tipo de carga e das suas características;
- mau estado da carroceria ou do compartimento de carga.

Sempre que transportar cargas, o condutor deve observar os seguintes pontos:

- volume e peso devem ser compatíveis com a capacidade do veículo;
- não transportar passageiros nos compartimentos de carga ou vice-versa;
- certificar-se de que a carga está imobilizada e bem acondicionada.

CONDIÇÃO ADVERSA DE PASSAGEIRO

É preciso saber que, em algumas situações, o comportamento dos passageiros pode afetar diretamente a segurança no trânsito. Nesses casos, os passageiros tornam-se condições adversas:

- barulho, desordem ou brigas entre os ocupantes;
- passageiros machucados ou que passam mal durante a viagem;
- crianças pequenas desacompanhadas;
- excesso de passageiros;
- passageiros em estados psicológicos alterados (irritados, nervosos, inseguros, alcoolizados, drogados, etc.).

Os procedimentos nesses casos são os seguintes:

- não permitir que as pessoas ou o comportamento delas desviem a sua atenção;
- quando transportar crianças, tomar todas as precauções e exigências legais necessárias;
- o limite de passageiros de cada veículo deve ser respeitado.

Além de ser considerada a principal condição adversa, por ser a maior causadora de acidentes e estar diretamente relacionada às atitudes a serem tomadas frente às outras condições adversas, é também a mais fácil de ser evitada, por se tratar do estado em que o condutor se encontra física e mentalmente no momento em que irá fazer uso do veículo no trânsito. Dessa forma, cabe ao condutor uma atenção especial a esses assuntos.

Estado físico e mental do condutor

Entre os vários usuários da via, o condutor é, sem dúvida, um dos principais elementos para a segurança no trânsito. Ele é o responsável pela constante interação dos veículos nas mais variadas vias. Dessa forma, seu comportamento pode tornar o trânsito perigoso. Por isso, tão importante quanto à análise das vias e dos veículos, é fundamental observar os fatores que possam influenciar as condições de quem dirige o veículo.

O Código de Trânsito Brasileiro (CTB) diz que o condutor deverá, a todo o momento, ter domínio do seu veículo, dirigindo com atenção e cuidados necessários a segurança no trânsito. Isso quer dizer que o indivíduo deve considerar o equilíbrio físico e psicológico necessário para satisfazer a exigência da tarefa de dirigir e manter o controle do seu veículo.

Esse equilíbrio diz respeito às modificações nas condições físicas e mentais.

- Nas condições físicas: alterações de caráter permanente ou transitório no seu bem estar, ou na sua saúde;
- Nas condições mentais: alterações psicológicas do motorista.

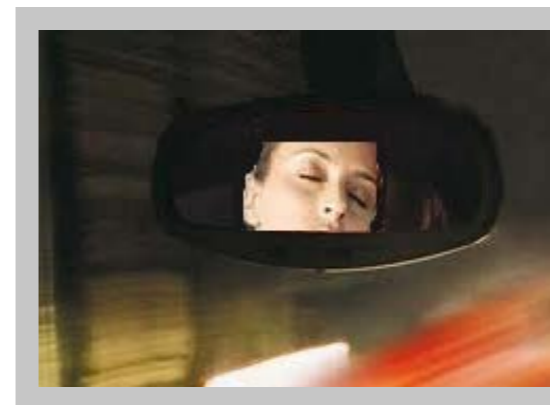
As modificações nas condições físicas e mentais mais comuns estão representadas no quadro:

Em todos os casos, o motorista defensivo jamais deverá chegar perto da direção de um veículo.

Vejamos o que fazer em algumas situações:

LIMITAÇÕES FÍSICAS	LIMITAÇÕES MENTAIS
Fadiga	Preocupação
Sono	
Deficiência na visão e audição	Medo
Efeito de bebida alcoólica	
Mal-estar físico	Ansiedade
Uso de medicamento	Agressividade
Uso de entorpecentes	

Fadiga e Sono



O condutor, ao iniciar a condução do veículo, precisa estar concentrado no trânsito. Como consequência, dependendo do tempo que estiver à frente da direção, isso poderá causar cansaço e sonolência, diminuindo consideravelmente o nível de atenção.

O condutor, por mais acostumado que esteja em dirigir, não é uma máquina. Em situações de cansaço, sono ou fadiga, deve-se primar pela sua segurança e dos demais usuários da via, mesmo que isso implique gastar mais tempo para chegar ao destino pretendido.

Estudos recomendam que, para cada duas horas na condução do veículo, é necessário um descanso mínimo de quinze minutos. No caso de motocicletas, o período de condução não deve passar de uma hora, com descanso mínimo de dez minutos. Desse modo é interessante que o condutor faça um planejamento dos principais pontos onde possa parar com segurança, de acordo com o percurso preestabelecido.

Condições de saúde

O Código de Trânsito Brasileiro prevê nos artigos 147 e 150 que todo condutor necessita realizar exames de aptidão física e mental, tanto para obter quanto para renovar a sua habilitação. Os exames são periódicos e podem variar de acordo com a idade e com a avaliação médica. Ocorre, porém, que entre esses intervalos o condutor pode adquirir algum problema de saúde temporário ou permanente que comprometa sua condição física ou mental. Nesse caso, mesmo que a data dos exames não esteja vencida, o condutor, ao perceber alguma alteração em sua saúde, deve imediatamente procurar um médico e saber desse especialista se há alguma contraindicação para dirigir.

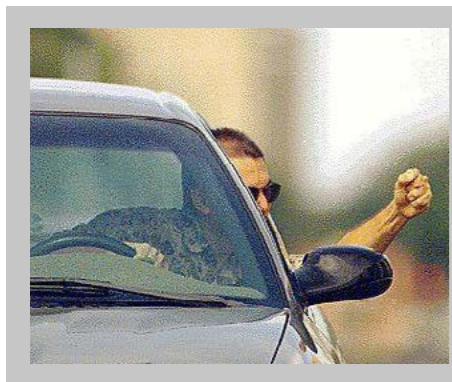
Outro fator que merece atenção por parte do condutor diz respeito à utilização de medicamentos, principalmente tranquilizantes, estimulantes e antialérgicos. Alguns medicamentos podem aumentar a fadiga, a sonolência, comprometer os reflexos ou até causar um mal súbito, devendo ser avaliado pelo condutor suas condições antes de dirigir.

Portanto, o condutor defensivo deve sempre consultar um médico especialista e ler a bula do medicamento para saber os eventuais efeitos colaterais que possam influenciar na condução do veículo.

Tensão

A tensão do motorista modifica a conduta no trânsito e sua postura durante a condução. Sobre a postura, a tensão leva o motorista a curvar-se, sem perceber, para frente, contraindo os músculos do corpo, diminuindo a dirigibilidade do automóvel e, por consequência, aumentando os riscos na direção veicular. A postura inadequada provoca dores na cabeça, no pescoço, nas costas e uma sensação de cansaço generalizado.

Para aliviar a tensão, o condutor deve sempre, ao iniciar o trajeto, sentar corretamente, numa posição



confortável, observando as distâncias entre os pés e os pedais além da distância dos braços em relação ao volante. Ao dirigir, os membros, tanto superiores quanto os inferiores, não devem ficar totalmente estendidos e tampouco muito flexionados. Essa postura torna a direção mais confortável e aumenta o domínio na direção veicular, logo, diminui os riscos durante o trajeto.

Caso seja necessário, quando o condutor se deparar com uma sensação de extrema fadiga, o mais adequado a se fazer é dar uma pausa na direção do veículo para promover um alongamento no corpo, em especial nas pernas e nos braços; e descansar um pouco.

Um condutor defensivo prefere gastar um tempo maior na recomposição do bem-estar físico e no descanso a se arriscar tentando adiantar o percurso com a atenção e os reflexos comprometidos.

Ansiedade

Assim como na tensão, o motorista ansioso fica predisposto a irritar-se com mais facilidade e por qualquer motivo. No trânsito, a ansiedade faz do condutor um motorista impaciente, podendo gerar conflitos desnecessários como excesso de velocidade e discussões agressivas com outros usuários da via pública, além de fazer com que o condutor provoque manobras arriscadas com mais frequência.

Posturas geradas pela ansiedade são extremamente arriscadas e causadoras de uma grande quantidade de acidentes e de violência no trânsito. Infelizmente é comum a mídia em geral divulgar fatos em que a ansiedade de alguns motoristas foi responsável por um acidente ou até mesmo por mortes ocasionadas pela discussão no trânsito.

O condutor defensivo não pode deixar a ansiedade estragar o passeio. O trânsito é responsável por uma série de interações entre as pessoas e é comum que existam situações de conflito, mas essas ocorrências não podem tirar a serenidade do condutor a ponto de correr riscos desnecessários na direção do veículo. Pare para apreciar a paisagem, descubra locais pitorescos e mantenha o bom humor, mesmo que surjam contratemplos.

Estresse e Agressividade

Existem condutores que acreditam que seu veículo é um símbolo de poder e status ou um instrumento de competição. Por trás do volante, muitas vezes se acham indestrutíveis e em condições de superioridade em relação aos demais usuários da via. Nesse momento é que se evidencia a agressividade desse tipo de condutor, uma vez que o ser humano passa a reagir de forma irracional, levando por água abaixo todos os princípios de civilidade e boas maneiras e, por consequência, princípios de direção defensiva. Agressividade no trânsito desencadeia uma série de reações, tornando os condutores estressados, mal-humorados e cada vez mais impacientes, em que às ve-



zes acabam se agredindo por motivos banais.

No ideal da direção defensiva, a melhor forma de diminuir as ocorrências de estresse e de violência no trânsito é procurar evitar, ao máximo, discussões desnecessárias nas vias públicas a ponto de não se envolver em problemas dos outros e aceitar que todos são passíveis de cometer erros. Faz-se necessário sempre ser tolerante e compreensivo ao entrar no veículo para iniciar a direção.

O condutor que se preocupa com a direção defensiva deve evitar que os seus problemas interfiram na sua condução, tendo sempre em vista que o veículo é um meio de transporte e serve para auxiliar nos deslocamentos e nas tarefas do dia a dia, e não um

instrumento capaz de transformar condutores em pessoas violentas.

Consequências da ingestão e consumo de bebidas alcoólicas e substâncias psicoativas:

I - Abuso na ingestão de bebidas alcoólicas

Segundo dados do Ministério da Saúde (2011), o álcool está relacionado a 21% dos acidentes de trânsito. Isso faz com que a combinação de ingestão de bebida alcoólica e direção seja uma das maiores causas de acidentes de trânsito no Brasil, o que pode ser facilmente comprovado nos noticiários, em que boa parte dos acidentes fatais se dá com a presença de um ou mais condutores embriagados.



Entre as principais consequências da ingestão de bebida alcoólica ao volante estão a diminuição do reflexo, o excesso de autoconfiança ao dirigir, a redução do campo de visão do condutor, alteração na audição, modificação da fala, da coordenação e do equilíbrio de quem dirige, além de diminuir o senso crítico e a noção de distância do motorista.

Esses não são os únicos problemas relacionados à mistura álcool e direção. Além dessas situações físicas e mentais, que geram um grande perigo no trânsito, em relação à parte administrativa, dirigir alcoolizado é uma das cinco infrações mais severas do Código de Trânsito Brasileiro (CTB), prevista no artigo 165 e, dependendo da concentração de álcool no sangue, torna-se crime, previsto no artigo 306, também do CTB.

Contudo, o principal problema de dirigir alcoolizado está ligado à questão de segurança, ou seja, o fato de expor pessoas inocentes a riscos desnecessários e danos irreparáveis.

Portanto, o fato é que bebida e direção simplesmente não combinam! O resultado dessa mistura é quase sempre fatal. E o risco não é só para quem bebe. Não pegue carona em um veículo conduzido por um motorista alcoolizado. Você passageiro pode ser vítima. E se você for o condutor do veículo, não faça ingestão de bebida

alcoólica. Seja prudente!

II - Uso de entorpecentes (drogas)

Além do álcool, existem outras drogas que o condutor defensivo também deve ficar distante. Porém, não é isso que se verifica nas vias nacionais. Infelizmente, as drogas estão presentes em todos os **níveis da sociedade** e o trânsito não fica fora.

As drogas são divididas basicamente em três classes distintas: depressoras, estimulantes e perturbadoras. Todas alteram o funcionamento do sistema nervoso central, retardando, acelerando ou desgovernando. Dificultam a coordenação motora, mental e emocional. Os sintomas variam de acordo com vários fatores: grau de pureza da droga, quantidade da substância usada e indivíduo, dentre outros.

Classificação das drogas		
Depressoras	Estimuladoras	Perturbadoras
Bebidas alcoólicas	Anfetaminas	Maconha
Calmanes	Anorexígenos - Ecstasy	Dietilamida do ácido
Ansiolíticos	Cocaína	Lisérgico (LSD)
Opiáceos (codeína)	Merla - Crack	Cogumelos
Barbitúricos	Cafeína	Mescalina
Inalantes	Nicotina	Ayahuasca
		Anticolinérgicos

Drogas Depressoras

São as drogas que baixam ou reduzem a atividade mental, diminuindo a disposição psicológica geral, intelectual e a capacidade de vigilância.

- Drogas Estimuladoras

Agem como estimulantes no sistema nervoso central, iniciando-se os efeitos por euforia, bem-estar, disposição pronta, aumento de atividade e outros. Provocam também excitação, irritabilidade e insônia. Após a fase estimulante, geralmente surge uma fase depressiva.

- Drogas Perturbadoras

Estas drogas causam alucinações, alterações ilusórias, isto é, alterações de ordem psicológica do sistema sensorial do ser humano. As pessoas veem imagens distorcidas criadas pela mente, imagens inexistentes no mundo real, alucinações auditivas, perseguições e sensação de bichos andando sobre a pele.

Ingerir bebida alcoólica ou usar drogas, além de reduzir a concentração, afeta a coordenação motora, altera o comportamento e diminui o desempenho, limitando a percepção de situações de perigo e reduzindo a capacidade de ação e reação.

Agora você já é capaz de perceber quais são os fatores capazes de influenciar a segurança do trânsito e de entender qual a sua parcela de responsabilidade na construção de um trânsito livre de acidentes.

COMO EVITAR ACIDENTES

Segundo a Associação Brasileira de Normas Técnicas – ABNT (Norma 10697/89) acidente de trânsito é “Todo evento não premeditado de que resulte dano em veículo ou na sua carga e/ou lesões em pessoas e/ou animais, em que pelo menos uma das partes está em movimento nas vias terrestres ou áreas abertas ao público. Pode originar-se, terminar ou envolver veículo parcialmente na via pública”.

CLASSIFICAÇÃO DOS ACIDENTES

Todo acidente de trânsito pode ser classificado em evitável e inevitável.

a) Acidente evitável: é aquele em que alguém deixou de fazer algo que poderia ter feito para evitá-lo. Exemplos: Acidentes causados por não se considerar a distância de seguimento (segurança), causados pelo mau estado de conservação do veículo, por um buraco na via, por condutor alcoolizado ou que fez uso de substância entorpecente.

b) Acidente inevitável: é aquele que acontece mesmo com todos os cuidados indispensáveis para um trânsito seguro. Tem como causa os efeitos da natureza, do tipo fenômenos CATASTRÓFICOS. Muitas pessoas acham que por se prever tal acontecimento este também seria considerado evitável, no entanto existe uma grande diferença entre prever e evitar que tal acontecimento ocorra. Prever é no campo da suposição e evitar é no campo da ação. Exemplos: Acidentes causados em função de fenômenos da natureza (terremotos, maremotos, tsunamis, tempestades, furacões).

FATORES CAUSADORES DE ACIDENTES

Podem estar relacionados às falhas humanas e às falhas mecânicas dos veículos. O clima, as vias e o trânsito também são responsáveis para que ocorram acidentes de trânsito. Entre os fatores causadores de acidentes relacionados às falhas humanas, podemos destacar a negligência, a imprudência e a imperícia.

a) Negligência: É a falta de cuidado, descaso ou desleixo do condutor, em situações que ele deixa de fazer algo, apesar de capaz e em condições de fazê-lo. Exemplo: conduzir veículo que apresente equipamento obrigatório inoperante.

b) Imprudência: É não tomar o devido cuidado, é o comportamento arriscado, de precipitação, no qual o condutor viola a legislação de trânsito e as normas de boa conduta, colocando a si e os demais usuários da via em risco. Exemplo: trafegar a uma velocidade de 100Km/h em uma via de 40Km/h, avançar o sinal vermelho, entre outras.

c) Imperícia: é a incapacidade, a falta de habilidade específica na condução de um veículo, levada pela

inexperiência/falta de domínio em certas situações no trânsito. Exemplo: não conseguir manter o veículo parado em um aclive (controle de embreagem), estando o trânsito congestionado.

É importante entender que essas falhas, isoladas ou combinadas entre si, estão presentes na maioria dos acidentes de trânsito e, por isso, devem ser evitadas, de modo que pratiquemos atitudes que protejam a vida.

MÉTODO BÁSICO DE PREVENÇÃO DE ACIDENTES

Tão importante quanto conhecer as condições adversas e entender os fatores causadores de acidentes, é aplicá-los com intuito de evitar os acidentes de trânsito. Para isso, é de suma importância respeitar as leis de trânsito e fazer uso das normas de segurança, utilizando o método básico de prevenção de acidentes.

Esse método é uma estratégia para evitar ou minimizar a gravidade dos acidentes. Vale ressaltar que as ações devem ser tomadas em um curto período de tempo e consistem em três momentos distintos.

- Ver, identificar o perigo: estar atento e se antecipar é primordial para se evitar um acidente. Se o condutor não visualizar os acontecimentos no trânsito, não terá tempo hábil para tomar uma atitude.
- Pensar, analisar o cenário: verificar quais possíveis alternativas para evitar o acidente. Na maioria das vezes, os acidentes resultam de um erro do motorista. O mesmo erro que produz um acidente leve pode causar um acidente fatal. A gravidade é determinada por uma atitude errada ou mal pensada.
- Agir, tomar uma atitude: uma vez detectado o perigo e qual atitude deverá ser tomada, é hora de agir. Tenha confiança e execute a ação desejada. Lembre-se de que “esperar e ver no que dá” pode não ser uma boa ideia.

Grande parte dos acidentes ocorre porque os motoristas, mesmo percebendo o perigo, esperam que o outro envolvido na situação tome as providências. Sendo assim, aja de forma consciente e decidida, demonstre qual atitude irá tomar.

SITUAÇÕES DE RISCO

O trânsito é feito pelas pessoas e, como nas outras atividades humanas, ele nos impõem cuidados específicos para uma melhor convivência social.

As atitudes necessárias para um convívio harmônico entre condutores e pedestres estão diretamente ligadas ao cumprimento e ao respeito à legislação de trânsito, da qual derivam os direitos e deveres dos usuários desse sistema. Essas normatizações têm um papel fundamental na segurança do trânsito, são elas que especificam os equipamentos de segurança obrigatórios nos veículos, os componentes que devem ser utilizados em cada situação e as atitudes dos condutores.

É fato que muitas atividades humanas envolvem riscos, em maior ou menor grau, seja em casa, no trabalho ou no trânsito. No entanto, é possível reduzi-los com a adoção de atitudes e equipamentos corretos.

O condutor defensivo está sempre atento e procura utilizar, de acordo com a situação, os equipamentos

que o próprio Código de Trânsito Brasileiro estipula como obrigatórios.

CINTO DE SEGURANÇA



Assim como o capacete é destinado para um pedreiro, os óculos para um soldador ou a luva para um médico, o cinto de segurança é um equipamento obrigatório para os ocupantes de um veículo.

A função do cinto de segurança é evitar que a pessoa seja projetada contra as partes fixas do automóvel ou mesmo para fora do veículo. Testes de colisão mostram que batidas a apenas 20 Km/h já podem ocasionar a morte de quem não o utiliza.

Por isso, os cintos de segurança devem ser utilizados por todos os ocupantes de um automóvel, independente de seu uso ser obrigatório por lei.

Para maior segurança, faça sempre uma inspeção dos cintos de segurança:

- verifique se os cintos não têm cortes, para não se romperem numa emergência;
 - confira se não existem dobras que impeçam a perfeita elasticidade;
 - teste o travamento para ver se está funcionando perfeitamente;
 - verifique se os cintos dos bancos traseiros estão disponíveis para serem utilizados por todos os ocupantes.
- Uso correto do cinto de segurança:
- ajuste firmemente ao corpo, sem deixar folgas;
 - a faixa superior não deverá ficar muito acima ou abaixo do ombro, tendo em vista que pode prejudicar na condução;
 - a faixa inferior deverá ficar abaixo do abdome, sobretudo para as gestantes.

ASSENTOS PRÓPRIOS PARA CRIANÇAS

As crianças devem utilizar o assento de acordo com a idade/peso/altura. Em 2008 o Conselho Nacional de Trânsito – Contran estabeleceu o modo como as crianças devem ser transportadas (Vide Resolução nº 277/08 - Contran), passando a ser obrigatório o uso dos equipamentos de segurança a partir de 1º de setembro de 2010. É importante que os condutores entendam que, da mesma forma que o cinto de segurança, o assento próprio para criança é um item de segurança muito eficaz, sendo imprescindível seu uso independente da obrigatoriedade.

Não basta a criança utilizar uma cadeira apropriada, esta deve ser certificada pelo Instituto Nacional de Metrologia, Qualidade e Tecnologia - Inmetro.

a) Bebê conforto ou conversível

As crianças com até um ano de idade deverão utilizar, obrigatoriamente, o dispositivo de retenção denominado “bebê conforto ou conversível”.

Peso e Idade – Desde o nascimento até 13 Kg, conforme recomendação do fabricante, ou até 1 ano de idade.

Posição – Voltada para o vidro traseiro, com leve inclinação, conforme instruções do fabricante, sempre no banco de trás.



b) Cadeira de segurança

As crianças com idade superior a um ano e inferior ou igual a quatro anos deverão utilizar, obrigatoriamente, o dispositivo de retenção denominado “cadeirinha”.

Peso e Idade – De 9 a 18 Kg aproximadamente, de 1 a 4 anos de idade.

Posição – Voltada para frente, na posição vertical, no banco de trás.



c) Assento de elevação

As crianças com idade superior a quatro anos e inferior ou igual a sete anos e meio deverão utilizar o dispositivo de retenção denominado “assento de elevação”.

Peso e Idade - De 18 até 36 Kg aproximadamente, de 4 a 7 anos e meio de idade.

Posição - No banco traseiro com cinto de três pontos.

(Vide Resolução nº 391/11 - Contran, quanto ao uso do “BOOSTER”).



d) Cinto de segurança de três pontos

As crianças com idade superior a sete anos e meio e inferior ou igual a dez anos deverão utilizar o cinto de segurança do veículo.

Peso e Idade - Acima de 36 Kg e no mínimo 1,45m de altura – aproximadamente 10 anos de idade

Posição – Até 10 anos de idade, no banco traseiro do carro, com cinto de três pontos, preferencialmente.



Nos veículos dotados exclusivamente de banco dianteiro, o transporte de crianças com até dez anos de idade poderá ser realizado neste banco, utilizando-se sempre o dispositivo de retenção adequado ao peso e altura da criança.

Excepcionalmente, as crianças com idade superior a quatro anos e inferior a sete anos e meio poderão ser transportadas utilizando cinto de segurança de dois pontos sem o dispositivo denominado assento de elevação, nos bancos traseiros, quando o veículo for dotado originalmente destes cintos.

REGULAGEM DOS RETROVISORES



Saber ajustar corretamente os espelhos retrovisores - principalmente os laterais - é um bom começo para evitar acidentes no trânsito, especialmente quando envolvem pedestres ou motocicletas.

Não se esqueça de verificar o posicionamento dos retrovisores sempre que entrar no veículo. Ao ajustá-los, procure reduzir ao máximo os pontos cegos.

POSICIONAMENTO DO CONDUTOR

O posicionamento do condutor ao dirigir pode influenciar no seu desgaste físico e consequentemente causar possíveis problemas na condução do veículo. Conhecimentos relativos à postura, regulagens (assento, encosto e volante) também são de extrema importância para o condutor defensivo. A figura abaixo ilustra a forma correta para se conduzir um veículo.



Existem muitas situações no trânsito que colocam os condutores em situações de risco. A seguir algumas dessas circunstâncias e as condutas adequadas a serem utilizadas pelo condutor, considerando-se o Método Básico de Prevenção de Acidentes e a Direção Defensiva.

Ultrapassagens

Ultrapassagens mal feitas, aliadas a excesso de velocidade, ocasionam os acidentes mais graves e normalmente com vítimas fatais. Imprudência e falta de conhecimento/habilidade agravam ainda mais as consequências.

Para ultrapassar com segurança são necessários alguns cuidados:

- ultrapasse somente em locais onde seja permitido, em plenas condições de segurança e visibilidade;
- ultrapasse somente pela esquerda, salvo se o condutor do veículo à frente demonstrar intenção de convergir à esquerda;
- antes de ultrapassar, evite ficar muito próximo do veículo à frente, isso reduz a visibilidade;
- sinalize sua intenção;
- certifique-se de que há espaço suficiente para executar a manobra;
- verifique a situação do trânsito pelos retrovisores, não esqueça os pontos cegos;
- se outro condutor já estiver iniciando a ultrapassagem, facilite e aguarde sua vez;
- se todas as condições forem favoráveis, realize a ultrapassagem;
- para retornar à sua faixa de origem, confira pelo retrovisor da direita; não retorne até ter certeza que concluiu a manobra e não se esqueça de sinalizar;
- jamais ultrapasse em curvas, túneis, viadutos, aclives, lombadas, cruzamentos e outros pontos que você não veja e seja visto.

Só faça uma ultrapassagem com absoluta certeza de que conseguirá completá-la sem colocar em risco sua segurança e a dos demais usuários da via. Ao ser ultrapassado, não tente apostar corrida e facilite a manobra diminuindo sua velocidade até que o outro carro passe e atinja uma distância segura.

Derrapagem

Qualquer um pode se assustar e perder o controle do veículo ao perceber que o mesmo derrapou repentinamente, seja por detritos jogados ao longo da via, por uma curva mal feita ou até por um pneu que esvazia ou estoura repentinamente. O que fazer nestas situações? Primeiramente, mantenha a calma e considere as seguintes sugestões:

- veículos com tração no eixo dianteiro costumam derrapar com a frente para fora da curva. Ao derrapar, tire o pé do acelerador e evite pisar no freio. Caso não esteja muito rápido, esta ação será o suficiente para

retomar o controle do veículo. Respeite os limites de velocidade e terá mais chance nesses casos;

- para recuperar a direção do veículo que saiu de traseira, alivie o pé do acelerador e, sem frear, gire o volante para o mesmo lado que a traseira estiver indo. Se girar o volante para o lado contrário, as chances de o carro capotar são grandes. E quando estiver recuperando o controle volte o volante à posição desejada, acelerando gradativamente. Evite movimentos bruscos.

Com as novas tecnologias de fabricação de pneus, a ocorrência de estouros tornou-se algo muito raro. Mesmo assim, não se deve desprezar uma boa manutenção dos pneumáticos, examine-os em busca de bolhas ou rachaduras (geralmente causadas pelo impacto em buracos ou guias das calçadas). Se mesmo assim ocorrer um incidente, proceda da seguinte forma:

- não freie bruscamente;
- mantenha o veículo em linha reta (ele tenderá a virar para o lado do pneu afetado) e reduza a velocidade;
- quando tiver certeza de que tem domínio do veículo, sinalize para os outros motoristas e saia da via, para um local seguro;
- não se esqueça de sinalizar o local onde estiver parado.

Ondulações e buracos

Ondulações, buracos, elevações, inclinações ou alterações do tipo de piso podem desestabilizar o veículo e provocar a perda do controle. Passar por buracos, depressões ou lombadas, em alta velocidade, pode causar desequilíbrio em seu veículo, danificar componentes ou ainda fazer você perder a dirigibilidade. O condutor pode agravar o problema se usar incorretamente os freios ou se fizer um movimento brusco com a direção.

Ao perceber antecipadamente essas ocorrências na via, reduza a velocidade com antecedência. Evite frear durante a passagem pelas irregularidades, isso pode danificar ainda mais os componentes da suspensão e pneus, além de aumentar o desequilíbrio de todo o conjunto, podendo ocasionar um capotamento.

O melhor procedimento para uma direção segura em qualquer tipo de piso é manter uma velocidade adequada às condições da via. Na medida do possível, deve-se evitar dirigir à noite, principalmente em rodovias em más condições.

Cruzamentos e curvas

Em cruzamentos os acidentes podem ocorrer de várias maneiras: nas manobras de convergir à direita ou esquerda, inobservância do semáforo ou da preferência de passagem no local, assim como na travessia de pedestres. Aguarde com calma e só realize a manobra nos locais e momentos permitidos e com segurança. Na maior parte desses acidentes, por força do impacto, o condutor ou os ocupantes é projetado para fora do veículo,



através do para-brisa ou portas do veículo. Mas isso dificilmente ocorre se eles usarem o cinto de segurança.

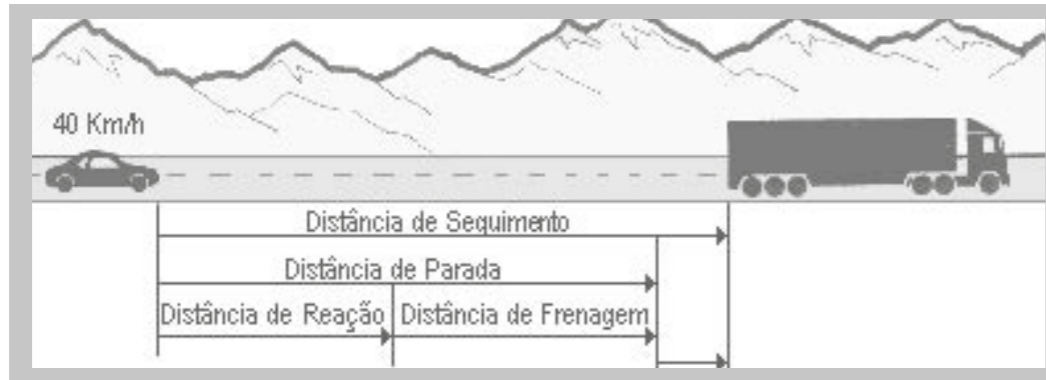
Em curvas é preciso estar atento: velocidade, tipo de pavimento, ângulo da curva, condições do veículo e condutor podem determinar a saída do veículo de sua faixa de rolamento, fazendo com que venha a sair da via ou até chocar-se com outro veículo. Ao se aproximar de uma curva, procure reduzir a velocidade antes e não freie dentro da curva. Se frear na curva, o carro pode derrapar ou até capotar caso as rodas travem.

Não faça a curva dando golpes bruscos ou “soquinhos” no volante, gire-o com suavidade até o ângulo desejado. Enquanto estiver contornando a curva, mantenha a aceleração, deixando para retomar a velocidade somente no final da curva, dessa forma mantem-se o controle e estabilidade do veículo.

Frenagem normal e de emergência

Antes de iniciar a frenagem, deve ser verificado um ponto de extrema importância, que é da distância de segurança ou de seguimento. Trata-se do espaço que o condutor deve manter entre o seu veículo e o veículo da frente. É bom saber que, do ponto que o condutor decide frear até o momento em que aciona o freio, decorre um tempo chamado de tempo de reação. A partir do acionamento dos freios, o veículo começa a desacelerar, percorrendo a distância de frenagem.

O condutor defensivo deve conhecer os tipos de paradas do veículo, tempo e distância necessários para cada uma delas.



Distância de seguimento/segurança: é aquela que se deve manter entre o seu veículo e o que vai à frente, de forma que você possa parar, mesmo numa emergência, sem colidir com a traseira do outro.

Distância de reação: é aquela que o veículo percorre, desde o momento que você vê a situação de perigo, até o momento em que pisa o freio. Ou seja, desde o momento em que o condutor tira o pé do acelerador até colocá-lo no freio.

Distância de frenagem: é aquela que o veículo percorre depois de você pisar o freio até o momento da parada total. O veículo não para de imediato, lembre-se disso!

Distância de parada: é aquela que o veículo percorre desde o momento em que você vê o perigo e decide parar até a parada total do veículo, ficando a uma distância segura do outro veículo, pedestre ou qualquer objeto na via.

Importante: a distância de parada é a soma da distância de reação mais a distância de frenagem.

Para saber se está a uma distância de segurança dos outros veículos, é preciso considerar fatores como: tempo (sol, chuva, neblina), velocidade, condições da via, pneus, o próprio veículo e sua capacidade de reagir diante do perigo. Com tantas variáveis fica difícil determinar uma distância mínima, dessa forma é preciso experiência e ter bastante atenção.

Existem tabelas e fórmulas para se calcular essa distância, principalmente nas rodovias, mas como elas variam muito e dependem, além do tipo e peso do veículo, de outros fatores citados, o melhor é manter-se o mais longe possível (dentro do bom senso), para garantir a sua segurança.

Porém, para manter uma distância segura entre os veículos nas rodovias, sem a utilização de cálculos,



fórmulas ou tabelas, vamos lhe ensinar a usar “o ponto de referência fixo”:

Observe a estrada e escolha um ponto fixo para referência (à margem da rodovia) como uma árvore, placa, poste, casa etc.

Quando o veículo que está à frente passar por este ponto, comece a contar pausadamente: cinquenta e um, cinquenta e dois. (o que equivale mais ou menos a dois segundos).

Se o seu veículo passar pelo ponto de referência antes que termine de contar, aumente a distância. Se passar pelo ponto de referência após a contagem, significa que a distância é segura.

Esse procedimento ajuda a manter o condutor longe o suficiente dos outros veículos em trânsito, possibilitando fazer manobras de emergência ou paradas emergenciais, com o risco de colisão bastante reduzido.

Atenção! Essa contagem só é válida em condições normais de veículo, tempo e via. O condutor deve evitar frenagens com arrastamentos de pneus por que aumentam o espaço de parada.

Colisões

Infelizmente o condutor nem sempre consegue evitar o acidente, independente da situação enfrentada. Tipos de colisões que podem ocorrer:

a) Colisão frontal

É a pior das colisões, pois, as velocidades dos veículos se somam. Considerando-se uma colisão frontal em uma via onde a velocidade regulamentada é 80km/h, os ocupante dos veículos podem chegar a sofrer uma força resultante de um impacto a 160km/h. Esse tipo de colisão pode ocorrer em qualquer tipo de via, sendo mais comum em pistas de duplo sentido de circulação, principalmente, durante ultrapassagens, em curvas e onde a visibilidade é ruim.

b) Colisão com o veículo da frente

É aquela em que o condutor bate no veículo que está à sua frente e diz: “não foi possível parar porque o veículo à frente parou de repente”. O condutor defensivo evitaria facilmente o acidente, utilizando-se corretamente da distância de segurança, que significa evitar dirigir muito próximo ao veículo da frente.

Deixar de guardar distância de segurança lateral e frontal entre o seu veículo e os demais, bem como em relação ao bordo da pista, resulta em multa, sendo considerada infração grave. Art. 192 - CTB.

c) Colisão com o veículo de trás

Tipo de colisão causado, principalmente, por motoristas que dirigem “colados”. Nem sempre se pode escapar da colisão com o veículo de trás, principalmente numa parada emergencial. Também não adianta alegar que quem bate na traseira é culpado. Independente de culpa, as consequências são graves, como no caso de trauma na coluna cervical (efeito chicote) e podem até matar,

O condutor que vai à frente deve facilitar a ultrapassagem de quem o segue a curta distância, reduzindo a velocidade e/ou deslocando-se para faixa de rolamento mais a direita.

d) Colisão com objetos fixos

Ocasionado geralmente por descuido do próprio condutor, quando dirige cansado ou com sono, sob influência de álcool ou medicamentos, em excesso de velocidade, desrespeitando as leis e a sinalização de trânsito.

Pode ser causada também a partir de uma fechada de um condutor desatento e até mesmo no momento que se tenta desviar de alguma irregularidade da via, apesar de, nestes casos, ser algo que foge ao seu domínio, mas, se estiver atento, poderá ser possível minimizar os danos.

e) Colisão com trens

Ocorrem, principalmente, por falta de atenção ou pressa do condutor. Tomando alguns cuidados, são facilmente evitáveis. Respeite a sinalização existente, se tiver, e esteja atento na hora de transpor a linha férrea (passagem de nível). Lembre-se de que o trem não para da mesma forma que os veículos de passeio. Um trem percorre em média 1 (um) Km para conseguir parar. Sendo assim, nunca se esqueça: Pare – Olhe – Escute.

f) Colisão com bicicletas

Muitos ciclistas desconhecem as leis de trânsito ou sentem receio em pedalar conforme as orientações do CTB e acabam por gerar situações de risco. Porém, para evitar que você se envolva em um acidente, o melhor é ficar atento, principalmente à noite, e tomar precaução quando perceber um ciclista por perto.

Certifique-se de que o ciclista viu e entendeu sua sinalização; mantenha distância e cuidado ao efetuar manobras ou abrir a porta do veículo.

g) Colisão com motocicletas

Motocicletas e similares são partes integrantes do trânsito e seus condutores devem obedecer sempre à sinalização e as leis de trânsito, no entanto, isso nem sempre ocorre. A motocicleta é um veículo como qualquer outro (caminhão, carro, ônibus), estando o motociclista sujeito a direitos e deveres da mesma forma que outro condutor.

Muitos condutores desse tipo de veículo costumam ter comportamentos que põem em risco sua segurança e a dos usuários da via. Não importa de quem é o erro, neste tipo de colisão o motociclista fica mais exposto e sujeito a sofrer lesões.

Independente das atitudes dos motociclistas, os condutores dos demais veículos devem zelar por eles, até por que os veículos de porte maior devem prezar pela segurança dos menores.

h) Colisões envolvendo vários veículos

Estes acidentes, conhecidos como engavetamento, geralmente ocorrem em condições de pouca visibilidade, resíduos acumulados, obstáculos/irregularidades na via ou por imprudência de alguns condutores e pedestres. Diante dessas circunstâncias, o condutor defensivo deve ter o cuidado de se conservar a uma distância de segurança, manter a calma e sinalizar sempre com bastante antecedência.

Atropelamento

a) Pedestres

Gozam do direito de livre circulação, porém devem estar atentos aos locais corretos para transitarem em segurança. Muitas vezes um comportamento imprevisível geram acidentes e nessas situações a melhor regra para o condutor é ser cauteloso com o pedestre e dar-lhe sempre o direito de passagem, principalmente nos locais sinalizados (faixas de pedestres, área de cruzamento, área escolar).

Lembre-se de que o dano ocasionado ao pedestre sempre é maior, ele não tem o veículo para protegê-lo. Em caso de acidente, não deixe de prestar socorro.

Importante! Prestar socorro é providenciar todo atendimento possível a vítima, isolar o local e entrar em contato com pessoas capacitadas na execução do pronto atendimento. Evite remover a vítima do local, poderá agravar as lesões. Movimentar a vítima do local do acidente somente em situações extremas, tais como incêndio do veículo, queda de rede de energizada. Faça isso de forma rápida e segura.

b) Animais

Ocorrem com mais frequência nas zonas rurais, pois os animais muitas vezes rompem as cercas e invadem a estrada. Lembre-se de que um animal dificilmente tomará a atitude correta ou

a que você espera. Portanto, assim que perceber qualquer animal na via, reduza a marcha até que o tenha ultrapassado e evite usar a buzina, pois poderá assustá-lo e fazer com que se volte contra o seu veículo.

O farol alto nem sempre surte o efeito desejado, às vezes causa cegueira momentânea no animal e o impede de sair da via para que você passe. Mantenha sempre a calma, analise a situação e procure tomar a melhor atitude.

Como nem sempre é possível evitar situações de perigo no trânsito, algumas atitudes podem auxiliar o condutor na tomada de decisões:

- planeje o que fazer: não fique indeciso quanto ao percurso, entradas ou saídas que irá usar. Esquematize antes o seu trajeto para não confundir os outros condutores com manobras bruscas; pesquise antes o percurso em mapas atualizados e as sinalizações que irá encontrar, não seja surpreendido com vias em reformas ou em situações precárias.
- sinalize suas atitudes: informe através da sinalização correta e antecipada o que você pretende fazer; certifique-se de que todos viram sua sinalização e a entenderam, dessa forma os outros condutores terão tempo para se planejar.

VEÍCULOS DE DUAS E TRÊS RODAS

Inicialmente os cuidados são os mesmos que se deve ter com os demais veículos, no entanto, pelas próprias características da motocicleta, o motociclista deve ficar atento a alguns detalhes na prática da direção defensiva:

- nunca dispute espaços com os carros e permita sempre a ultrapassagem;
- nas viagens longas o ideal é usar motocicletas de no mínimo 250 cilindradas;
- nas rodovias é melhor trafegar próximo à faixa central, onde há menos perigo de a pista estar suja de óleo (veículos de duas rodas);
- usar sempre os equipamentos de segurança, como capacete com viseira;
- evite trafegar entre os demais veículos quando estiverem em movimento;
- trafegue sempre com o farol aceso. Além de ser obrigatório auxilia na visibilidade por parte dos outros condutores;
- conheça bem o equipamento que utiliza e faça sempre sua manutenção;
- veja e seja visto;
- não pegue “carona/vácuo” de outros veículos;
- indique com sinalização adequada sua intenção de manobra;
- não mude constantemente de faixa de rolamento.

PROCEDIMENTOS GERAIS

O condutor de motocicletas deve conhecer as particularidades desse tipo de veículo.

a) Frenagem

Utilizar sempre os dois freios ao mesmo tempo, apesar de terem acionamentos distintos (mão direita – freio dianteiro / pé direito – freio traseiro), devem ser utilizados em conjunto.

No momento da frenagem, o condutor deve verificar as condições adversas de tempo e de via e acionar progressivamente os freios, sempre evitando o travamento dos mesmos. Freios travados ampliam a distância de parada além de aumentar o risco de acidentes.

Para complementar, sempre use o freio motor, ele ajuda a manter a estabilidade da motocicleta.

b) Cruzamentos e conversões

Atenção nas conversões e cruzamentos. Nunca se esqueça de sinalizar sua intenção e esteja sempre preparado para parar ou desviar em caso de emergência. Por ser um veículo pequeno, os demais condutores podem não vê-lo.

c) Curvas e obstáculos

Muito cuidado quando for realizar uma curva, por mais fácil que possa parecer, é durante essa manobra que ocorre boa parte dos acidentes envolvendo motocicletas. Fique atento às condições da via e do tempo, e lembre-se de fazer tudo (reduzir a marcha, frear, acelerar, ligar seta etc.) antes de iniciar a curva, pois, enquanto estiver contornando-a, sua única preocupação deve ser manter a trajetória correta e aceleração constante. O motociclista tende a ir para onde fixa sua visão, portanto procure olhar para o ponto onde deseja passar. Isso também vale para os obstáculos que possam aparecer a sua frente. Nesse caso procure olhar para o caminho seguro e não para o obstáculo.

É necessário conhecer as leis de trânsito, dirigir em permanente estado de alerta, prevenindo possíveis atos irresponsáveis de outros condutores, a fim de decidir a melhor alternativa e ter habilidade suficiente para evitar o acidente.

ABORDAGEM TEÓRICA DA CONDUÇÃO DE MOTOCICLETAS COM PASSAGEIRO E OU CARGA

O motociclista deve estar atento para manter seu veículo em condições seguras, criar o hábito de fazer periodicamente a manutenção preventiva, ficar atento aos prazos e orientações do manual do proprietário e, sempre que necessário, procurar profissionais habilitados. Esses cuidados ajudam a minimizar o risco de acidentes de trânsito além de evitar quebras e reduzir custos com consertos da motocicleta.

Antes de iniciar a condução da motocicleta o condutor precisa verificar a sua postura na condução deste veículo, seguindo dicas simples é possível evitar fadiga, dores nas costas e membros e até possíveis acidentes.

- Ombros: Arqueados/curvados com naturalidade;

- Olhos: Olhar sempre adiante evitando mantê-lo fixo em um mesmo ponto;
- Cotovelos: Braços relaxados com os cotovelos flexionados;
- Mãos: punhos abaixados em relação às mãos centralizadas em relação à manopla;
- Joelhos: Apertando, a todo o momento, o tanque de gasolina, ajuda a manter o equilíbrio da motocicleta;
- Pés: paralelos ao solo, com salto encaixado nas pedaleiras. Pé direito próximo ao pedal de freio (sem aciona-lo desnecessariamente);
- Quadril: junto ao tanque em posição que permita virar o guidão sem esforço dos ombros.



O motociclista deve também lembrar-se de que nem sempre estará sozinho na motocicleta ou ainda poderá estar carregando algum tipo de carga, para tanto, deve estar atento à mudança de comportamento do veículo de acordo com a pessoa ou carga que esteja conduzindo. O condutor deve sempre explicar ao garupa os procedimentos de segurança a serem tomados, pois a responsabilidade é dele.

Para andar na garupa de uma motocicleta é necessário atenção e sincronia com o condutor, isso é muito importante para a segurança, pois um garupa desatento ou que não tenha um comportamento adequado pode causar um acidente levando ambos ao chão.

Como o condutor, o garupa deve utilizar roupas de tonalidades claras (de preferência com dispositivos refletivos) e adequadas, como jaqueta, calça, botas e luvas, sem esquecer o capacete, que deve estar de acordo com a Resolução nº 203/06 do Contran.



Quando for subir ou descer da motocicleta, o garupa deve comunicar ao condutor e efetuar o movimento de modo a não desequilibrá-lo e utilizar sempre o lado oposto ao escapamento (para evita queimaduras). Caso seja necessário usar a pedaleira, a força deve ser aplicada de cima para baixo e nunca lateralmente.



Nas freadas e arrancadas, o garupa deve segurar-se nas alças (e não no condutor), compensar o desequilíbrio momentâneo com leves inclinações do corpo e pressionar os joelhos ao quadril do condutor. Nas motos com encosto, basta o garupa encostar-se ali e manter as mãos apoiadas sobre os joelhos. Em motos esportivas, o garupa também tem a possibilidade de apoiar as mãos no tanque de combustível.



Nas curvas, o condutor deve passar segurança para o garupa e instruí-lo a não inclinar-se para o lado contrário, pois desequilibra a moto e atrapalha o piloto. O ideal é ficar relaxado e acompanhar a movimentação/inclinação do condutor. Garupas tensos tornam a condução difícil e perigosa para ambos. Deve ainda evitar ao máximo fazer movimentos bruscos, dependendo da velocidade e do porte da motocicleta por que essas oscilações podem ocasionar um acidente.



Com relação ao transporte de cargas em motocicletas, é importante verificar as mudanças provocadas de acordo com o volume e peso da carga, sempre verificando a carga útil que possa ser conduzida, seja na própria garupa ou em compartimento instalado no veículo.



EQUIPAMENTOS DE SEGURANÇA MOTOCICLISTA

Com o aumento do uso da motocicleta e crescente índice de acidentes com este veículo, este tema vem sendo bastante discutido por especialistas, no entanto, apesar de ser tão importante, muitos motociclistas ainda não demonstram a preocupação necessária com ele.

Existem diversas variáveis em relação à segurança que precisam ser identificadas pelo motociclista na condução da motocicleta. Nesse veículo, em primeiro lugar, a preocupação deve ser com a segurança pessoal, incluindo o garupa.

O motociclista deve estar devidamente equipado, no mínimo com os equipamentos obrigatórios pela legislação de trânsito brasileira, observando suas necessidades e levando em consideração as características de cada modelo, como velocidade, posição do condutor, finalidade, dentre outras.

Equipamentos Principais:

- capacete (de acordo com Resolução nº 203/06 do Contran);
- jaqueta (couro, cordura);
- calça (jeans, couro, cordura);
- botas (cano médio/longo, impermeável);
- luvas (com proteções).
- Equipamentos Complementares:
- joelheiras, caneleiras e cotoveleiras (material deslizante);
- protetor de coluna (de acordo com a altura);
- cinta abdominal (justa e confortável);
- meias (impermeável).



A habilidade na condução da motocicleta, aliada ao conhecimento do trânsito, deve ser somada aos valores da prevenção e da consciência social, base para um trânsito mais seguro.

CUIDADOS COM OS DEMAIS USUÁRIOS DA VIA

O Código de Trânsito Brasileiro em seu parágrafo 2º estabelece: "O trânsito, em condições seguras, é um direito de todos e dever dos órgãos e entidades componentes do Sistema Nacional de Trânsito, a estes cabendo, no âmbito das respectivas competências, adotar as medidas destinadas a assegurar esse direito".

O Código se refere aos pedestres, carroças, motocicletas e bicicletas, caminhões, automóveis e os animais. As estradas, ruas e avenidas foram abertas à circulação de TODOS. Ao conduzir um veículo, tenha em mente que você é apenas um usuário daquele meio de transporte e está sujeito à disciplina legal das vias públicas. A maior regra para o bom relacionamento no trânsito é o condutor se comportar como gostaria que os outros se comportassem com ele. É preferível, muitas vezes, ceder a entrar em competição/disputa por uma preferência, o que quase sempre resulta em situação de risco.

Dirigir um veículo na via pública, principalmente os de grande porte e pesados, é um risco que pode ser reduzido através da conscientização com relação ao veículo e ao próprio ato de dirigir. No momento em que está na direção, o condutor pode fazer amigos ou inimigos, depende apenas das suas atitudes.

Dirigir com cuidado significa:

- realizar cada viagem sem desrespeitar os demais usuários da via;
- sem abusos do veículo;
- sem faltar com a cortesia;
- sem cometer infrações de trânsito.

Lembre-se: no trânsito as pessoas assumem diferentes papéis, ora são motoristas, ora são pedestres, motociclistas, ciclistas, ora são passageiros. Portanto, assuma atitudes adequadas, conceda sempre o direito de passagem ao usuário em situação de desvantagem no trânsito. Zelar pela integridade dos usuários da via é um dever de todos os condutores defensivos.

RESPEITO MÚTUO ENTRE CONDUTORES

Ao observarmos a história da humanidade, notamos que o ser humano é um ser social e que algumas de suas necessidades só são satisfeitas quando compartilhadas com outras pessoas. É o caso da necessidade de ser aceito pelo grupo e de se sentir parte dele.

Um dos meios sociais em que o homem está inserido é o trânsito, local onde compartilhamos o espaço com os demais atores do trânsito, mesmo sem conhecê-los e sem escolher. Por isso, devemos utilizar esse espaço de forma educada, segura e solidária. O condutor defensivo deve observar alguns conceitos, que tornam esse espaço de convivência mais agradável:

- dignidade da pessoa humana – Princípio universal do qual derivam os Direitos Humanos e os valores e atitudes fundamentais para o convívio social democrático.
- igualdade de direitos – É a possibilidade de exercer a cidadania plenamente por meio da igualdade, isto é, a necessidade de considerar as diferenças das pessoas para garantir a igualdade, fundamentando a solidariedade.
- participação – É o princípio que fundamenta a mobilização das pessoas para se organizarem em torno dos problemas do trânsito e suas consequências para a sociedade.
- corresponsabilidade pela vida social – Valorizar comportamentos necessários à segurança no trânsito e à efetivação do direito de mobilidade a todos os cidadãos. Tanto o Governo quanto a população têm sua parcela de contribuição para um trânsito melhor e mais seguro.

Utilizando-se desses conceitos, construiremos uma sociedade em que os valores e os princípios transformarão o trânsito em um espaço mais humano, harmonioso, seguro e justo.

CONCLUSÃO

É incontestável que os acidentes de trânsito aumentaram, trazendo grandes prejuízos humanos e materiais. As estatísticas comprovam esse fato, que precisa urgentemente ser revertido. Para diminuir esses índices, faz-se necessário um conjunto integrado de ações de policiamento, engenharia de trânsito e fiscalização, mas também de esforços na área da educação e especialmente um empenho dos condutores e usuários da via pública.

Você pode estar pensando que essa mudança não depende só de você, mas é inegável que sua contribuição, com atitudes adequadas, fará muita diferença na mudança do atual cenário.

Assim, não basta conhecer as condições adversas, os comportamentos da direção defensiva e ter consciência do método de prevenção de acidentes, descritos nesse material. É importante que você esteja atento quando estiver no trânsito, que coloque em prática os conhecimentos, dirigindo prudente e defensivamente, planejando as ações pessoais com antecedência, pois dessa forma você irá prevenir-se contra o mau comportamento de outros motoristas e as condições adversas que possam ocorrer.

Lembre-se de que dirigir defensivamente significa ter prudência, paciência e planejamento a fim de proteger não só você, condutor, mas todos os passageiros que estejam com você e os demais usuários da via.

REFERÊNCIAS

- AZEREDO, Luiz Ernesto. **Uso do cinto de segurança:** comentário do manual de direção defensiva do Denatran. 2008. Disponível em: http://vias-seguras.com/comportamentos/direcao_defensiva_manual_denatran/uso_do_cinto_de_seguranca. Acesso em: 31 jul. 2013.
- BRASIL. Ministério das Cidades. Denatran. **Direção defensiva:** trânsito seguro é um direito de todos. DENATRAN: [Brasília], 2005. Disponível em: http://vias-seguras.com/documentacao/arquivos/denatran_manual_de_direcao_defensiva_mai_2005. Acesso em: 11 jul. 2013.
- CONDU. **Dicas de Direção Defensiva.** Disponível em: http://www.condu.com.br/dicas_de_direcao_defensiva.php. Acesso em: 11 jul. 2013.
- DETRAN/PR. **Seção Trânsito Seguro.** Disponível em: <http://www.detran.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=108>. Acesso em: 31 jul. 2013.
- LUCAS, Cristina Baddini. O que fazer quando o seu carro derrapa. 2009. Disponível em: <http://olhonotransito.blogspot.com/2009/09/o-que-fazer-quando-seu-carro-derrapa.html>. Acesso em: 31 jul. 2013.
- SCHIMDT, Fabiane; ESPINDOLA, Carlos. Álcool está relacionado a 21% dos acidentes no trânsito. 2013. Disponível em: <http://portalsaude.saude.gov.br/portalsaude/noticia/9425/162/alcool-esta-relacionado-a-21-dos-acidentes-no-transito.html>. Acesso em: 30 jul. 2013.
- SEGURADORA Líder. **Brasil:** um acidente a cada 30 segundos; duas indenizações a cada minuto. 2013. Disponível em: <http://www.dpvatsegurodotransito.com.br/noticia2.aspx>. Acesso em: 15 jul. 2013.
- TUDO sobre segurança. Direção Defensiva: como evitar acidentes agindo proativamente. **Portal tudo sobre segurança.** Disponível em: http://tudosobreseguranca.com.br/portal/index.php?option=com_content&task=view&id=314&Itemid=160. Acesso em: 11 jul. 2013.



Ministério Público
do Distrito Federal
e Territórios

Missão do MPDFT

Promover a justiça, a democracia, a cidadania e a dignidade humana, atuando para transformar em realidade os direitos da sociedade.

Eixo Monumental, Praça do Buriti, Lote 2
Edifício-Sede do MPDFT
CEP 70.091-900
Brasília-DF

Telefone

(61) 3343-9500

www.mpdft.mp.br

