



MOBILIDADE **SEGURA & SUSTENTÁVEL**

SEU MANUAL PARA DIRIGIR DE FORMA PREVENTIVA

maio**amarelo**



ARVAL
BNP PARIBAS GROUP

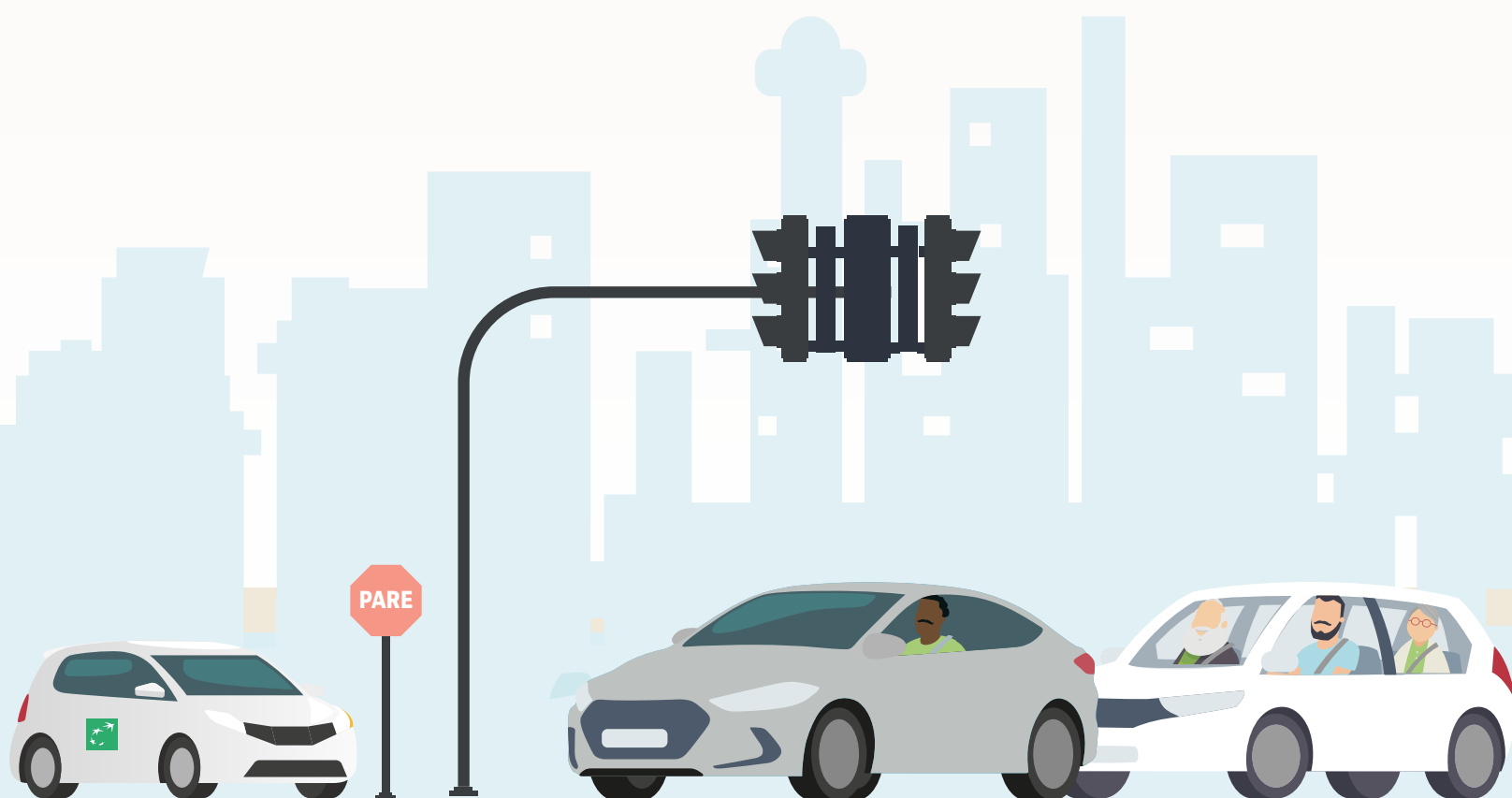
For the many journeys in life

MOBILIDADE SEGURA & SUSTENTÁVEL

Seu manual para dirigir de forma preventiva

maio  **amarelo**

Introdução: Tragédia evitável	02
16 dicas para dirigir de forma segura	03
5 distrações ao volante que devem ser evitadas	05
Curiosidade: 5 placas ignoradas no trânsito	06



INTRODUÇÃO: TRAGÉDIA EVITÁVEL

Você sabia que 90% dos acidentes de trânsito são causados por falha humana? É isso mesmo:

Apenas 10% têm alguma relação com problemas nos veículos ou nas vias de tráfego, conforme o Observatório Nacional de Segurança Viária (OSNV). Isso significa que a maioria dos acidentes poderia ser evitada, inclusive aqueles decorrentes de falha mecânica, porque as manutenções preventiva e corretiva são responsabilidades dos motoristas.

A desatenção dos condutores e o desrespeito à legislação são os principais motivos das tragédias nas estradas do país. Infelizmente, são esses fatores que colocam o Brasil na terceira posição entre os países com mais mortes em acidentes de trânsito no mundo, atrás apenas da China e Índia de acordo com os dados de 2023 do Ministério da Saúde. Tivemos um aumento de 3,5%.

Apesar do número de óbitos ter registrado uma queda de 7% entre 2015 e 2019, o Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (Ipea) divulgou que entre 2010 e 2019, o Brasil registrou um aumento de 13,5% nas mortes (em números absolutos) no trânsito - 02/08/2023. Segundo dados do Departamento de Informática do Sistema Único de Saúde (DataSUS), mais de 30 mil brasileiros ainda perdem a vida todos os anos em consequência dos acidentes.

Sabendo que a conscientização é a única maneira de mudar esse cenário, preparamos um material repleto de dicas de prevenção e segurança no trânsito. A ideia é mostrar que atitudes **simples podem salvar vidas**. Continue nas páginas seguintes e faça parte da mudança!



16 DICAS PARA DIRIGIR DE FORMA SEGURA

1. PRATIQUE DIREÇÃO DEFENSIVA

A primeira e principal dica é essa porque trata-se de uma medida simples, que busca antever situações adversas no trânsito, a fim de que você possa se preparar antecipadamente para agir de forma defensiva.

2. NÃO USE O CELULAR QUANDO ESTIVER DIRIGINDO

Desviar os olhos por dois segundos para responder a uma simples mensagem de texto pode fazer com que você dirija às cegas por 34 metros se o veículo estiver a 60 km/h.

3. FAÇA MANUTENÇÃO PREVENTIVA NOS VEÍCULOS

Esteja atento aos principais problemas, tais como: falhas mecânicas; pneus carecas ou com falta de calibragem; retrovisores deficientes; faróis com defeito ou mal ajustados; freios desregulados; entre outros.

4. UTILIZE OS FARÓIS CORRETAMENTE

A luz do farol não serve apenas para que você enxergue a pista, mas também para que os outros motoristas possam te ver. A dica é usar a iluminação adequada, mesmo durante o dia, e nunca jogar o farol alto quando cruzar com outro veículo.

5. SINALIZE SUAS MANOBRAS ANTECIPADAMENTE

Dar seta antes de virar em uma rua, trocar de faixa ou ao ultrapassar um veículo é extremamente importante para evitar colisões inesperadas.

6. SE BEBER, NÃO DIRIJA

Apesar de todas as campanhas de prevenção de acidentes ressaltarem que álcool e demais substâncias entorpecentes não combinam com direção, a conduta ainda é uma das maiores causas de acidentes fatais.

7. RESPEITE OS LIMITES DE VELOCIDADE

As chances de evitar um acidente aumentam quando você dirige dentro do limite de velocidade recomendado. Esteja atento às placas e mantenha distância dos demais veículos.

8. FIQUE ATENTO ÀS CONDIÇÕES DA VIA

Placas mal posicionadas, asfalto danificado, curvas acentuadas, acostamentos estreitos e sinalização com defeito podem ser alguns obstáculos. Nesses casos, diminua a velocidade e dobre a atenção.

9. MANTENHA UMA DISTÂNCIA SEGURA

Embora não haja uma regulamentação da distância ideal, você precisa lembrar que o tempo de frenagem depende da sua velocidade e das condições da via. A distância segura, portanto, é aquela que te permite parar sem risco de colidir com o veículo à frente.

10. DIRIJA EM CONDIÇÕES ADEQUADAS

Tomar cuidado com o sono ao volante é tão importante quanto não dirigir com pressa. Ambas as condições podem desviar sua atenção e causar acidentes.

11. USE O CINTO DE SEGURANÇA

Indispensável para todos os ocupantes do veículo, o cinto de segurança contribui para reduzir os riscos de ferimentos graves na cabeça, no rosto, no pescoço e na coluna em casos de colisões.

12. DOBRE A ATENÇÃO NOS CRUZAMENTOS

Ao aproximar-se de qualquer tipo de cruzamento, reduza a velocidade, de maneira que seja possível dar passagem a pedestres e a veículos que tenham o direito de preferência.

13. CONHEÇA E RESPEITE A SINALIZAÇÃO

Saber o significado correto das placas (especialmente as de restrições, advertências e proibições) pode te livrar de acidentes, considerando que, quando eles ocorrem, quase sempre há uma infração à sinalização.

14. NÃO ULTRAPASSE EM LOCAL PROIBIDO

As faixas contínuas emarcadas geralmente em curvas, e em aclives e declives, sinalizam que a ultrapassagem é proibida porque não há visibilidade suficiente. Espere o trecho ideal e só ultrapasse dentro do limite de velocidade da pista.

15. EVITE CONDIÇÕES CLIMÁTICAS ADVERSAS

Os chamados “perigos naturais” incluem raios e trovões em chuvas torrenciais, ventos fortes, neblina, entre outros. Se for possível, pare o veículo em um local seguro e aguarde até que as condições de visibilidade sejam normalizadas.

16. DÊ PREFERÊNCIA AOS PEDESTRES

Apesar de ter ficado por último, essa é uma das dicas mais valiosas. Afinal, dar preferência aos pedestres é simplesmente dar preferência à vida. Dessa forma, fique atento à circulação de pessoas, especialmente nos cruzamentos.

5 DISTRAÇÕES AO VOLANTE QUE DEVEM SER EVITADAS

A falta de atenção ao dirigir está entre as principais causas de acidentes nas rodovias brasileiras, segundo levantamentos realizados pela Associação Brasileira de Medicina de Tráfego (Abramet) a partir de dados da Polícia Rodoviária Federal. A seguir, listamos cinco distrações que, quando evitadas, podem salvar vidas:

1. CELULAR



Além de ser uma infração gravíssima, usar o celular ao volante é a terceira maior causa de mortes no trânsito em território nacional. Em número de fatalidades, perde somente para o excesso de velocidade e a embriaguez.



2. SONOLÊNCIA OU FADIGA

O sono e o cansaço podem fazer o motorista perder os sentidos. Dessa forma, dirigir com sono é perigoso em nível semelhante ao provocado pela ingestão de bebida alcoólica.



3. CONVERSA COM PASSAGEIRO

Dirigir exige atenção máxima e a atividade não pode ficar em segundo plano. Isso quer dizer que uma simples conversa tem potencial para dividir a concentração do motorista, além de comprometer sua audição.

4. MÚSICA ALTA



Ouvir uma música ao volante é algo tão comum que o rádio passou a ser um item que já vem de fábrica nos automóveis. Mas é preciso ter bom senso ao escolher o volume, pois ele pode afetar a interpretação dos barulhos de fora (como buzinas, por exemplo) e até mesmo sinais sonoros que indicam defeitos no veículo.

5. AJUSTE DE NAVEGADOR GPS



O uso do GPS e de qualquer outro dispositivo que exija movimentos oculares e, eventualmente, das próprias mãos do motorista, precisa ocorrer de forma cautelosa. O ideal é fazer todos os ajustes necessários antes de iniciar o trajeto.

CURIOSIDADE: 5 PLACAS IGNORADAS NO TRÂNSITO

Código de Trânsito Brasileiro (CTB) classifica as placas de sinalização em três categorias: regulamentação, advertência e indicação. Considerando a quantidade de multas, as placas de regulamentação (que apontam obrigações, restrições ou proibições) estão entre as que os motoristas mais desobedecem.

PROIBIDO RETORNAR



As placas que proíbem o retorno em determinados locais são tão desrespeitadas que já ganharam até uma expressão. O famoso “fazer um gato” nas conversões não tem nada de engraçado: significa que o motorista colocou a vida dele e de outras pessoas em risco apenas para não rodar alguns quilômetros a mais.

LIMITE DE VELOCIDADE



Apesar de todas as vias de trânsito terem um limite de velocidade, muitos motoristas só respeitam essas placas quando há um radar de fiscalização. A infração é grave e apontada como uma das principais causas de acidentes. Mesmo assim, segue no topo das violações mais cometidas pelos motoristas brasileiros.

PARADA OBRIGATÓRIA



Como o próprio nome diz, a placa “Pare” obriga o condutor a parar o veículo antes de entrar na via. Normalmente, ela é instalada em cruzamentos onde não há semáforos. Avançar essa sinalização é uma infração corriqueira, mas considerada gravíssima pelo código de trânsito, com previsão de multa e sete pontos na carteira de motorista.



PROIBIDO ESTACIONAR

Não é raro ver veículos estacionados em frente à garagens, parados em fila dupla, bem como em faixas demarcadas nas ruas. Mas, parar em local proibido só porque vai fazer isso “bem rapidinho” não exime o condutor de uma infração e até mesmo de ter o veículo guinchado.



CIRCULAÇÃO EXCLUSIVA DE ÔNIBUS

Os corredores de ônibus nas grandes metrópoles foram criados para dar preferência ao transporte público, mas não deixa de ser uma faixa frequentemente invadida pelos “apressados”. Alguns motoristas transitam nessas vias e só saem quando sabem que há um radar de fiscalização à vista.



ARVAL
BNP PARIBAS GROUP

For the many journeys in life

FALE CONOSCO

**PLATAFORMA
MY ARVAL**

[Veja aqui](#)

**ÁREA DO
CONDUTOR**

[Veja aqui](#)

Email: comunicacao_marketing@br.arval.com

Fontes: Departamento Nacional de Trânsito (Denatran), Conselho Nacional de Trânsito (Contran), Associação Brasileira de Medicina de Tráfego (Abramet), Organização Mundial da Saúde (OMS), Ministério da Saúde e Observatório Nacional de Segurança Viária (ONSV).