


Treinamento

Direção Defensiva

OBJETIVO

Tornar o motorista mais atento em atitude ou condições de risco de acidente , e tomar uma ação mais defensiva e segura afim de evitar um acidente de transito .

Direção Defensiva

A map of Brazil is shown in the background, filled with a light blue diagonal hatching pattern. Three callout boxes, each with a green shadow, are overlaid on the map. The top callout is on the left side, the middle one is in the center, and the bottom one is on the right side.

1 MILHÃO ACIDENTES ANO
2740 ACIDENTES POR DIA
1 A CADA 30 SEGUNDOS

50 MIL MORTES
350 MIL FERIDOS
US\$ 2.0 BILHÕES PERDAS MATERIAIS

8.33 % DA FROTA ACIDENTADA
0.4 % MORREM
2.8 % FERIDOS

BRASIL

Campeão em Acidentes de Trânsito.

Para cada 10 mil veículos,
morrem por ano:

↖ Estados Unidos	3.3
↖ Japão	3.8
↖ Inglaterra	4.2
↖ França	7.3
↖ Alemanha	7.6
↖ Brasil	25.9

Direção Defensiva

Quando o motorista assume uma postura defensiva, torna possível a redução do número de acidentes, ou pelo menos alivia suas conseqüências.

Direção Defensiva é uma questão de atitude: um aprendizado contínuo, que exige autocrítica e determinação, conscientização e persistência. Somente assim pode-se ampliar o nível de segurança.

Direção Defensiva

É dirigir de modo a evitar acidentes apesar das ações incorretas de outros e das condições adversas.

Quando falamos em Direção Defensiva, pensamos em três itens que são fundamentais:

- **MOTORISTA;**
- **VEÍCULO;**
- **ESTRADA.**

Mas há outros três itens que também fazem parte deste contexto:

- **LUZ;**
- **TEMPO;**
- **TRÂNSITO.**

Esses seis itens formam o que chamamos de:

- **CONDIÇÕES ADVERSAS**

- Motorista

- Veículo

- Estrada

- Luz

- Tempo

- Trânsito

Condições adversas do Motorista:

Quando estamos relaxados e calmos, percebemos mais claramente tudo o que acontece à nossa volta.

As pressões e tensões tornam as nossas percepções embaraçadas, dificultando o raciocínio do que precisa ser feito, deixando-nos desatentos e sem a capacidade de responder de forma adequada às situações de trânsito.

Condições adversas do Motorista:

Dirigir sob o efeito de álcool, mesmo em pequenas doses, altera o tempo de reação aos estímulos e envolve conseqüências morais e jurídicas.

Considera-se uma dose máxima de 0.6 gramas de álcool por litro de sangue, o que equívale a duas doses de bebida alcoólica .

Condições adversas do Motorista:

O motorista pode evitar o Stress:

- Não dirigindo com sono;
- Evitando dirigir com fome;
- Ouvindo uma música agradável, mas em volume baixo para não tirar a atenção;

Condições adversas do Motorista:

- Tentar dirigir com as janelas do veículo fechadas, evitando ouvir o barulho dos motores;
- Sentando corretamente ao banco, encontrando uma posição confortável, apoiando as costas no encosto;
- Não usando telefones ou fones de ouvido;

Condições adversas do Motorista:

- Tenha um comportamento de cortesia para com os outros condutores e pedestres, demonstrando educação no trânsito.
- Procure andar sempre com sua documentação pessoal em dia (RG e Carteira de Habilitação), bem como os documentos do veículo regularizados.

Condições adversas do Motorista:

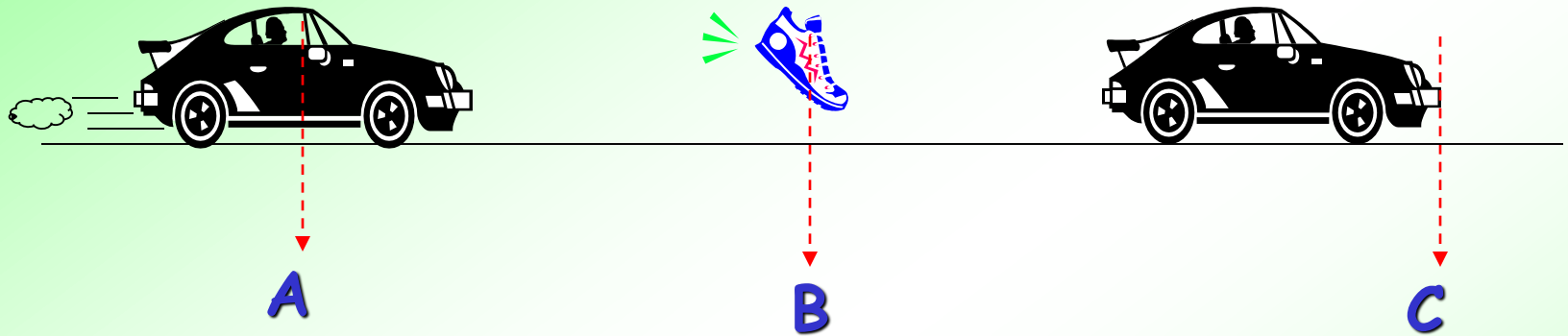
Boas Práticas:

**Empunhe o volante nas posições 9:15h ,
Visualiza a curva e tome posição
antecipadamente;
Não freie bruscamente nas curvas – atente
para o risco de derrapagens;**

Condições adversas do Motorista:

A frenagem poderá não surtir o efeito desejado, mesmo freando o veículo poderá vir a colidir , abaixo relacionamos algumas distâncias percorridas antes da parada do veículo, mesmo após iniciar o processo de frenagem, considerando-se um asfalto rugoso e seco:

Direção Defensiva



AB- Distância percorrida em função da reação psicomotora;

BC- Distância percorrida pelo veículo após o motorista pisar o freio;

AC- Distância total percorrida pelo veículo entre o momento da visão do obstáculo e a parada definitiva.

Condições adversas do Motorista:

Distância de Frenagem:



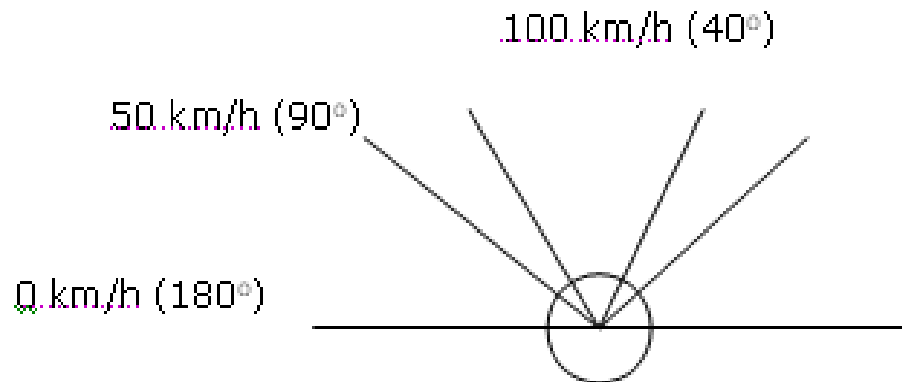
VELOCIDADE (KM/H)	ESPAÇO PERCORRIDO (M)
140	94
120	69
90	39
80	31
60	17
50	12
40	7,5
30	4,0
20	2,0



Condições adversas do Motorista:

Ângulo de Visão:

Qual a sua visão periférica em altas velocidades?

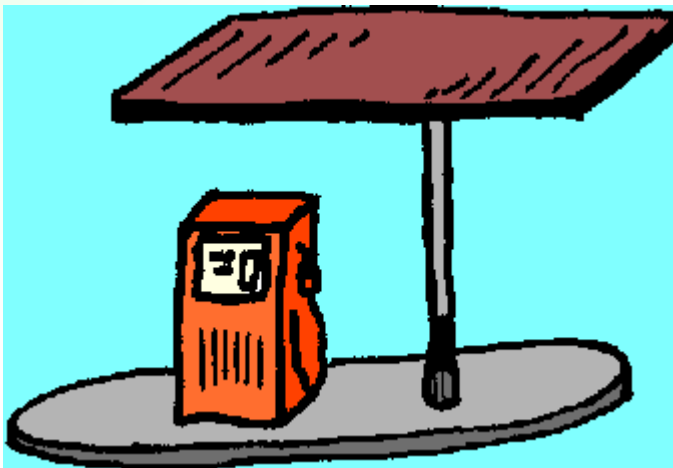


Quanto maior for a velocidade, menor será o ângulo ocular e menor a percepção visual.

Condições adversas do Motorista:

Cuidados com o Abastecimento:

- Ao abastecer, ou estando próximos à líquidos inflamáveis, tenha muita atenção. Não fume!



Condições adversas do Veículo:

A manutenção preventiva do veículo contribui para a segurança de seus ocupantes. O veículo devem ser inspecionados diariamente. Aí vai o Check-list:

- Nível de Óleo, Fluidos e água;
- Sistema de Freios;
- Combustível;

Condições adversas do Veículo:

- Faróis e lanternas;
- Buzina;
- Limpadores de Para-brisa;
- Painel de instrumentos;
- Calibragem e estado dos pneus;
- Triângulo, Chave de roda, extintor, macaco e cinto de segurança.

Condições adversas do Veículo:

- Antes de movimentar o veículo, você deverá verificar se há outras pessoas ou objetos próximos ou sob o veículo;
- Verifique também se as mangueiras de freios e parte elétrica estão devidamente conectadas.

Cuidados com o Veículo:

Entrar ou sair do veículo, você deverá:

- Usar todos os estribos e alças da cabina;**
- Movimentar-se sempre de frente para a cabina e, ao sair , não pule.**
- Antes de dar a partida, prenda-se ao cinto de segurança e transite com os faróis acesos;**

Condições Adversas do Estradas:

- Manter- se a direita;
- Manter velocidade compatível com o local;
- Observar e respeitar a sinalização da via.

Condições Adversas de Luz:

- Manter os faróis limpos;
- Abaixar o quebra sol;
- Usar farol baixo;
- Usar óculos escuros;
- Olhar para a margem direita da estrada.

Condições Adversas do Tempo:

- Imprimir velocidade compatível com as condições atmosféricas;
- Sair da estrada , para em um local seguro e esperar melhores condições atmosféricas.

Cuidados com chuva:

- Reduzir a velocidade nos primeiros momentos de chuva. A pista fica extremamente escorregadia devido ao acúmulo de poeira, óleo e resíduos de borracha no solo;
- Aumentar a distância do veículo à frente, pois a distância percorrida para a frenagem em pistas molhadas é o dobro que em pistas secas;
- Cuidado com aquaplanagem.

Condições Adversas de Trânsito:

- Manter a distância de segmento;
- Ficar atento às manobras dos outros motoristas;
- Vigiar os carros da frente, de trás e dos lados;
- Agir antes que a situação de trânsito se torne perigosa .

↖ **Atente – se aos riscos**

↖ **Antecipe as decisões**

Direção Defensiva



Colisão entre dois veículos:

- ↖ Com o veículo da frente;
- ↖ Com o veículo de trás;
- ↖ Com o veículo em sentido contrário;
- ↖ No cruzamento;
- ↖ Ao ser ultrapassado;
- ↖ Ao ultrapassar.

Cuidados com o veículo à frente:

- Manter a distância adequada do veículo que vai à sua frente;
- Manter-se atento aos sinais do veículo à sua frente;

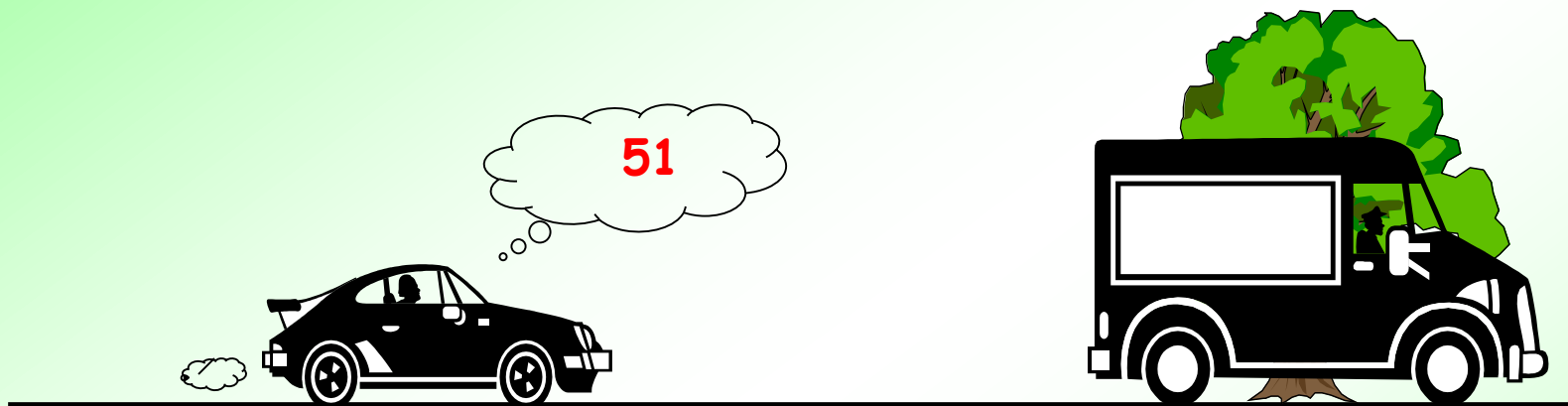
Distância de seguimento:

É a distância entre o seu veículo e o que segue à sua frente. Esta distância deve ser aumentada em caso de chuva.

Pode-se usar uma regrinha conhecida como Regra dos 02 segundos:

- **Marcar um ponto fixo como referência;**
- **Quando o veículo à sua frente passar por ele, conte 51 (cinquenta e um), 52 (cinquenta e dois);**
- **Ao terminar, o ponto de referência não deve ter sido ultrapassado;**
- **Reduzir a velocidade, caso tenha ultrapassado o ponto fixo.**

Regra de 02 segundos



**LEMBRE-SE AUMENTE A
DISTÂNCIA EM CASO DE CHUVA
OU REDUÇÃO DA VISIBILIDADE.**



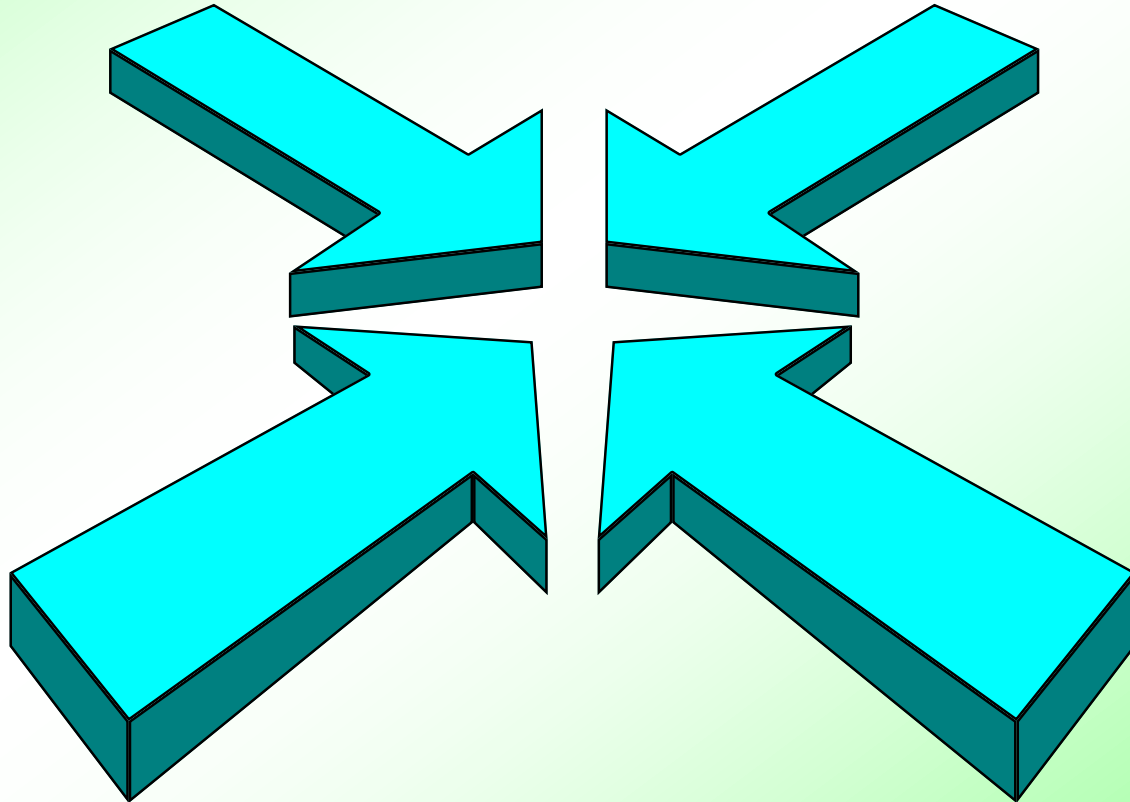
Fique seguro com veículo atrás:

- Saiba o que vai fazer;
- Sinalize suas intenções;
- Pare suave e gradativamente;
- Livre-se dos colados à traseira.

Veículo em sentido contrário:

- Reduza a velocidade;
- Atenção nas curvas e lombadas;
- Ficar no centro da sua faixa, em curvas para a esquerda;
- Ficar à direita da sua faixa, em curvas para a direita;
- Não faça guerra de faróis;

Cruzamento



Cruzamentos:

Atente - se

Reduza

Sinalize

Siga

Cruzamentos sem Sinalização:

A regra diz:

Em cruzamentos sem sinalização, a preferência é sempre do veículo que vier à direita do condutor.

Cuidados na ultrapassagem:

- **Verificar o trânsito no sentido contrário;**
- **Certificar-se de que não há outro veículo no “ponto-cego”;**
- **Sinalizar com antecedência antes de mudar de faixa;**
- **Só ultrapassar com suficiente espaço livre entre os veículos e boa visibilidade;**
- **Ultrapassar somente pela esquerda.**

Marcha-ré:

- Para dar marcha-ré com a carreta convencional, procure ter uma ampla visão do local. Se precisar, dessa do veículo;
- Dê marcha-ré sempre com a velocidade reduzida, olhando os dois lados e atrás;
- Não dependa inteiramente dos espelhos retrovisores;
- Utilize esta manobra o mínimo possível. Evite fazê-la em esquinas e ou estradas.
- Nunca dê marcha-ré com um Treminhão.

Legislação de Trânsito:

O trânsito em condições seguras é direito de todos e dever dos órgãos e entidades que compõe o Sistema Nacional de Trânsito.

A Legislação vigente foi criada para assegurar os direitos e deveres de todos os cidadãos.

Ela dará prioridade à defesa da vida, onde incluem-se a preservação da saúde e do meio ambiente.

Legislação de Trânsito:

A educação de trânsito será obrigatória para os alunos de todas as faixas (1º, 2º, 3º graus).

Para a obtenção da Carteira Nacional de Habilitação, o condutor precisará de alguns cursos obrigatórios como Direção Defensiva, Cursos de Primeiros Socorros, Curso de Meio Ambiente.

Legislação de Trânsito:

No caso das Infrações, Multas e Penalidades de Trânsito, há uma legislação vigorando:

Gravíssima	07 pontos	180 Ufir
Grave	05 pontos	120 Ufir
Média	04 pontos	80 Ufir
Leve	03 pontos	50 Ufir

Acumulando 20 pontos ao ano, você pode perder a permissão de conduzir veículos.

Habilitação:

A - Condutor de veículo motorizado de 02 ou 03 rodas, com ou sem carro lateral.

B - Condutor de veículo motorizado, não abrangido pela categoria A, cujo peso bruto total não exceda a 3500 quilos e cuja lotação não exceda a 08 lugares.

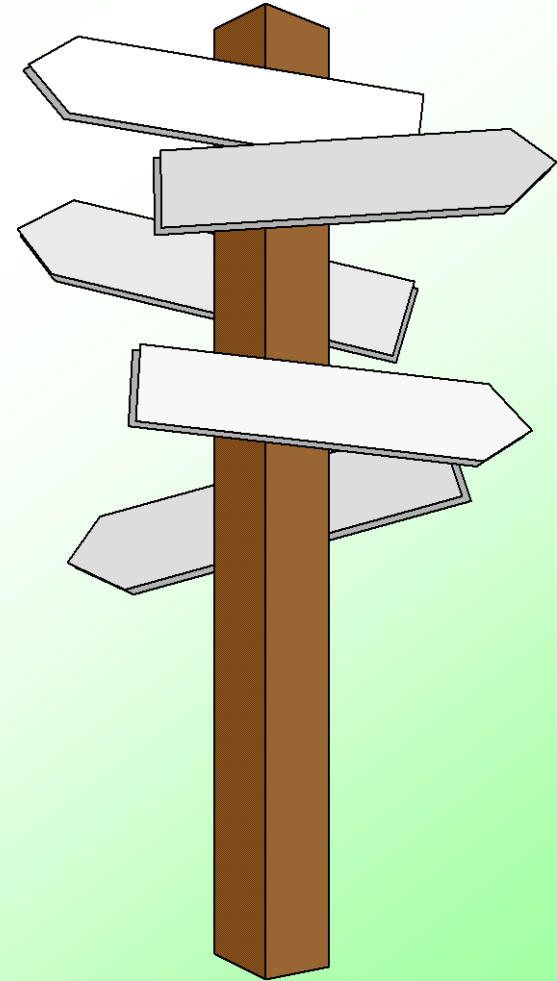
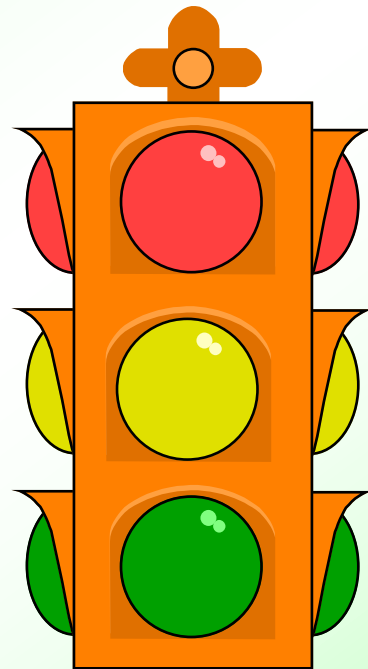
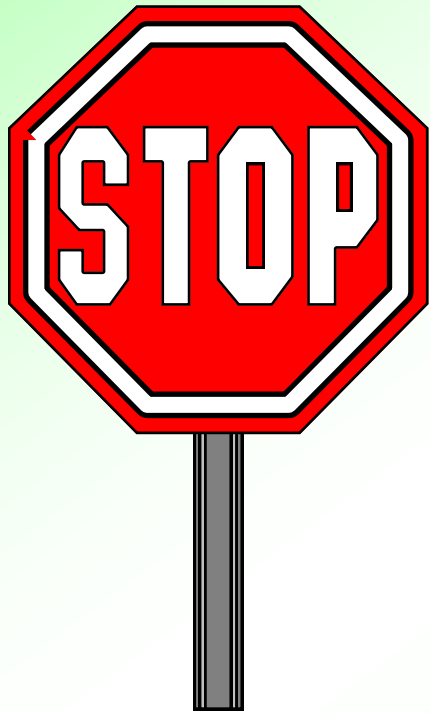
C - Condutor de veículo motorizado utilizado em transporte de carga, cujo peso bruto total exceda a 3500 quilos.

Habilitação:

D - Condutor de veículo motorizado utilizado no transporte de passageiros, cuja lotação exceda a 08 lugares, excluído o do motorista.

E - Condutor de combinação de veículos em que a unidade tratora se enquadre nas categorias B, C ou D e cuja unidade acoplada, reboque, semi-reboque ou articulada, tenha 6500 quilos ou mais de peso bruto total, ou cuja lotação exceda 08 lugares, ou ainda, seja enquadrado na categoria Trailer.

Sinalização



Sinalização de Trânsito :

Os sinais de trânsito classificam-se em:

- **Gestos dos agentes de trânsito e do condutor;**
- **Verticais;**
- **Horizontais;**
- **Luminosos;**
- **Sonoros;**
- **Dispositivos de sinalização auxiliar.**

Sinalização Horizontal : (solo)

Sinalização viária, caracterizado por linhas, símbolos ou palavras pintadas diretamente sobre a pista :

- **Linhas demarcatórias;**
 - **Tracejadas (brancas ou amarelas);**
 - **Contínuas (brancas ou amarelas);**
- **Faixas de retenção;**
- **Faixas de segurança para pedestres.**









PAR







Sinalização Vertical :

**Completa a sinalização viária,
caracterizando-se pelas placas
de:**

- **Regulamentação;**
- **Advertência;**
- **Indicativa.**

Cinto de Segurança:

A importância do cinto de segurança é inegável. Ele é o “salva-vidas” do trânsito. Deve ser usado mesmo em pequenos percursos.

Há três tipos de cinto de segurança:

- Abdominal;
- Transversal;
- Três pontos.

Regrinhas de “ouro”:

- Saiba ver, para tudo prever.
- Esteja em boas condições físicas e mentais;
- Conheça e observe rigorosamente as normas de trânsito, obedeça a sinalização, mesmo sem a presença do guarda de trânsito. Você será sempre responsável por suas atitudes;
- Conheça bem o seu veículo e o mantenha em perfeito estado de funcionamento.
- Sinalize sempre suas intenções.

ATO INSEGURO



ATO INSEGURO



ATO INSEGURO



ATO INSEGURO



ATO INSEGURO



ATO INSEGURO

