

Viaje de férias com segurança

Deixar para trás o estresse do dia-a-dia e pegar a estrada é a opção preferida de muitos brasileiros nos meses de férias. É nessa época também que ocorre a maior parte dos acidentes

rodoviários, causados principalmente pela imprudência dos motoristas. Veja nesta edição quais cuidados tomar para diminuir os riscos e garantir as férias tão sonhadas.

Imprudência não combina com cidadania

Planeje o trajeto da viagem

Não saia em viagem sem traçar um roteiro exato. Em alguns sites é possível fazer isso em segundos (*viajeaqui.abril.com.br*, por exemplo). Na página eletrônica do Departamento Nacional de Infra-Estrutura de Transportes (Dnit) podem-se verificar as condições das rodovias federais – (*www.dnit.gov.br/menu/rodovias*).

Freadas

- > Nunca freie sobre poças d'água. Se isso for inevitável, tire o pé rapidamente para que as rodas não travem.
- > Muito cuidado ao frear tendo caminhões na traseira. Pesados, eles percorrem uma área muito maior que um veículo comum até parar.

Viagens longas

- > Descanse bastante antes de iniciar a viagem.
- > Se possível, viaje acompanhado de alguém que possa revezar com você a direção.
- > Não beba nem tome medicação que possa interferir nos seus sentidos.
- > Não dirija por muitas horas. Faça paradas regulares, mesmo que não esteja cansado.
- > Faça uma revisão cuidadosa nos principais itens de segurança do veículo, como freios, pneus, parte elétrica e direção.

Acidentes

- > Diante de um acidente, antes de tentar prestar qualquer socorro, respeite a sua própria segurança. Evite ser outra vítima.
- > Se já houver pessoas prestando socorro, siga adiante e tente avisar a autoridade mais próxima (polícia rodoviária, concessionário da rodovia etc.).
- > Se você não é médico ou paramédico, não toque nas vítimas e nem permita que leigos removam os acidentados.
- > Seus principais objetivos devem ser: evitar pânico, confortar os feridos, pedir socorro e sinalizar o local com triângulo, galhos ou lanternas.

Ultrapassagens

- > Nunca ultrapasse pela pista da direita.
- > Antes da ultrapassagem, olhe também os retrovisores.
- > Mostre aos outros motoristas, com as setas, sua intenção de ultrapassar.
- > Nunca ultrapasse em trevos, lombadas, curvas e passagens de nível ou em faixa contínua.

Dirigindo na chuva

- > Redobre a atenção para as condições da estrada: é possível a ocorrência de deslizamentos e quedas de barreiras.

- > Reduza a velocidade a um limite seguro.
- > Mantenha ligados os limpadores de pára-brisa.
- > Não fume. A fumaça provoca o embaçamento do vidro.
- > Evite freadas fortes.
- > Se o carro aquaplanar (deslizar sobre uma lâmina d'água), não freie nem pise na embreagem. Solte o acelerador e deixe o atrito com a água reduzir a velocidade até você sentir a aderência dos pneus no asfalto.

Animais na pista

- > Ao ver animais de grande porte na pista (cavalos, bois etc.), não buzine nem sinalize com os faróis. Isso assusta o animal, que pode ter reações inesperadas.
- > Feche os vidros, passe lentamente em marcha reduzida e avise o posto policial mais próximo.

Viajando com crianças

- > Crianças com menos de dez anos de idade devem sempre ser transportadas no banco de trás, atadas aos cintos de segurança ou acomodadas nas cadeirinhas apropriadas.
- > Bebês, mesmo os recém-nascidos, não devem viajar no colo. Em caso de colisão, o risco da criança servir como amortecedor no impacto com o painel ou o banco da frente é muito grande.
- > As crianças de até um ano de idade devem ficar nas cadeirinhas fixadas de costas para o sentido do carro. Depois dessa idade, a cadeirinha pode ficar na posição normal.
- > Quando a cadeirinha não mais protege a nuca da criança, é o momento de colocá-la diretamente no banco, presa pelo cinto de segurança.
- > Caso a posição do cinto possa causar enforcamento na criança, acomode-a em cima de uma almofada.

Cinto de segurança

- > O uso de cinto de segurança é obrigatório para todos os ocupantes do veículo e em todas as vias.
- > Mantenha os cintos sempre em bom estado e nunca os prenda enrolados ou dobrados.

Carro bom é carro revisado

Uma viagem segura depende de um veículo confiável. A revisão antes de pegar a estrada vai muito além de abastecer, calibrar os pneus e verificar o óleo do motor e a água do radiador. É imprescindível revisar todos os itens de segurança, principalmente se o carro não é usado em estradas com frequência. Procure oficina especializada e confiável.

Polícia Rodoviária Federal Endereços

AL - (82) 3217-9200
Rua Comendador Almeida
Guimarães, 22
CEP 57030-160
Maceió

AM - (92) 3216-5270
Rua Recife, 2.479
CEP 69050-030
Manaus

AP - (96) 3251-4708
BR 210 km 0, nº 201
São Lázaro
CEP 68909-130
Macapá

BA - (71) 2101-2201
Av. Frederico Pontes, 151 -
Comércio
CEP 40460-001
Salvador

CE - (85) 3295-3022
BR 116, km 6
CEP 60864-190

Fortaleza

DF - (61) 3394-5112
BR 040, km 1, Área Alfa -
Santa Maria
CEP 72433-000
Brasília

ES - (27) 3212-6900
Av. Mal. Mascarenhas de
Morais, 2.214
CEP 29050-625
Vitória

GO - (62) 3901-3700
Rua P-23ª, lote 4, s/n
CEP 74543-380
Goiânia

MA - (98) 3244-5372
BR 135, km 1, s/n
Tirirical
CEP 65095-600
São Luís

MG - (31) 3064-5300

Praça Antônio Mourão
Guimarães, s/n
CEP 32210-170
Contagem

MS - (67) 3325-3600
Rua Antonio Maria Coelho,
3.033
CEP 79020-908
Campo Grande

MT - (65) 3928-3000
Av. Joaquim Murtinho, 1.400
CEP 78020-290
Cuiabá

PA - (91) 3242-1800 - ramal
234 - Travessa D. Pedro I, 52
Umarizal - CEP 66050-100
Belém

PB - (83) 3231-3366 - 3231-
7711
BR 230, km 23, nº 223
Cristo Redentor
CEP 58053-002
João Pessoa

PE - (81) 3464-0700

Av. Antonio de Goes, 820
CEP 51010-000
Recife

PI - (86) 3233-1414
Av. João XXIII, 1.516
Bairro dos Noivos
CEP 64045-000
Teresina

PR - (41) 3361-8500
Av. Victor Ferreira do
Amaral, 1.500
CEP 82800-000
Curitiba

RJ - (21) 3503-9000
Rod. Presidente Dutra,
km 163 - Vigário Geral
CEP 21240-001
Rio de Janeiro

RN - (84) 4009-1550
ramal 1.550
Av. Bernardo Vieira, 3.656
CEP 59051-005
Natal

RO - (069) 3211-7800

Av. Pinheiro Machado, 1.276
Centro
CEP 78902-050
Porto Velho

RR - (95) 3224-1155
Rua Professor Riomedes
05ão Vicente
CEP 69300-000
Boa Vista

RS - (51) 3375-9700
Av. A. J. Renner, 2.701
Parque Humaitá
CEP 90250-000
Porto Alegre

SC - (48) 3251-3200
Rua Álvaro Mullen da
Silveira, 104 - Centro
CEP 88020-180
Florianópolis

SE - (79) 2107-3900
Av. Maranhão, 1.890
CEP 49087-420
Aracaju

SP - (11) 6095-2300

Rua Ciro Soares de Almeida,
150
CEP 02167-000
São Paulo

TO - (63) 3215-7991
Quadra 103 Sul, SO 11,
lote 30
CEP 77015-034
Palmas

Sede (DF)
SEPN 506, bloco C, proj. 8
CEP 70740-503
Brasília

ERRATA - O **Jornal do Senado** corrige nesta edição (nº 222) a numeração do *Cidadania*. A página circulou por duas semanas seguidas com o número 219. E a edição passada (30 de junho a 6 de julho) circulou com o número 220, quando o correto seria 221.