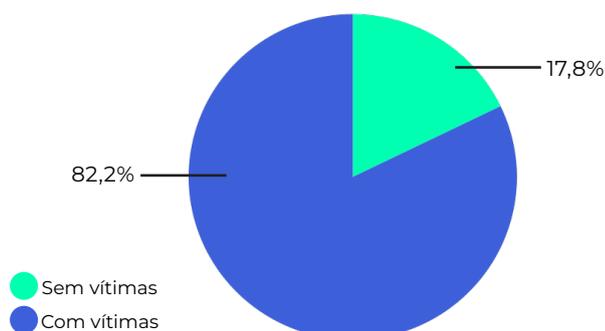


# BOAS PRÁTICAS PARA MOTORISTAS

Um dos maiores desafios das operações de transporte é manter e garantir a segurança e integridade física de seus motoristas no trânsito.

De acordo com a Confederação Nacional de Transportes (CNT), o Brasil registrou **64.447 acidentes nas rodovias federais** em 2022, sendo que 52.948 contaram com vítimas (mortos ou feridos).

## Acidentes em rodovias federais em 2022



Fonte: CNT (2022)

Por isso, é necessário treinar os gestores, e demais responsáveis, para que consigam coordenar e instruir seus motoristas para uma direção segura.

Além disso, os próprios condutores precisam se comprometer em aplicar as **boas práticas** ensinadas.

Um dos maiores causadores de acidentes é a **imprudência ao volante**, que muitas vezes envolve:

- 1 Uso de substâncias químicas;
- 2 Excesso de velocidade;
- 3 Uso de celular no volante.

## Fique ligado! ⚠

35% dos acidentes com caminhão são causados por falta de atenção do motorista.

Aqui vão algumas **dicas**, para garantir uma condução segura.

### ANTES DA VIAGEM

- Realize a inspeção do veículo para verificar as condições dele;
- Evite dirigir em caso de sono, fadiga, dores ou estresse;
- Evite alimentos pesados, podem causar mal estar e sono;
- Planeje uma rota com pontos seguros para parada e descanso;
- Verifique se a carga respeita o limite máximo permitido por lei.

### DURANTE A VIAGEM

- Respeite o limite máximo de velocidade das vias;
- Fique atento a sinalização de trânsito para se orientar;
- Mantenha cerca de 3 carros de distância do veículo à frente;
- Utilize o cinto de segurança durante todo o trajeto.

Em caso de **emergência**, ligue para:

150 - Vigilância Sanitária	190 - Polícia Militar
151 - Procon	192 - SAMU
152 - Ibama	193 - Corpo de Bombeiros
181 - Disque Denúncias	199 - Polícia Civil