

Departamento Científico de Segurança da
Sociedade Brasileira de Pediatria

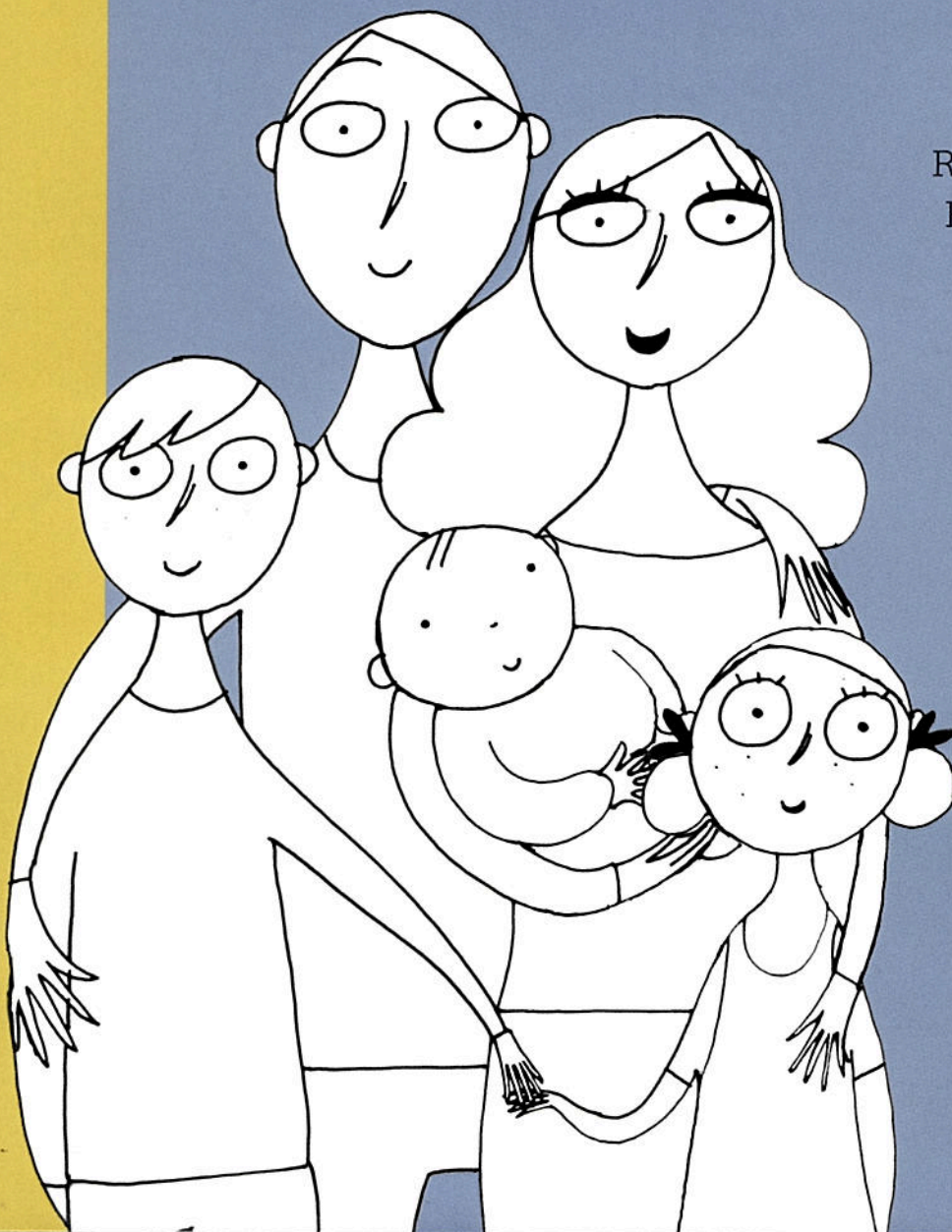
Crianças e Adolescentes em Segurança

organizadores

Renata D. Waksman

Regina M. C. Gikas

Danilo Blank



Copyright © 2014 Editora Manole Ltda., por meio de contrato com a Sociedade Brasileira de
Pediatría (SBP)

Logotipo: Copyright © Sociedade Brasileira de Pediatría.

Editor gestor: Walter Luiz Coutinho

Editora: Karin Gutz Inglês

Produção editorial: Visão Editorial, Cristiana Gonzaga S. Corrêa e Juliana Moraes

Ilustrações de capa e miolo: Suppa

Design gráfico e diagramação: De Tudo Um Pouco – by Eduardo Reyes

Ilustrações técnicas do miolo: Mary Yamazaki Yorado

Fotos do miolo: gentilmente cedidas pelos autores e coordenadoras

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Crianças e adolescentes em segurança / Renata D.
Waksman, Regina M. C. Gikas e Danilo Blank,
organizadores. -- 1. ed. -- Barueri, SP :
Manole, 2014.

Vários autores.
Bibliografia.
ISBN 978-85-204-3429-1

1. Crianças - Criação 2. Crianças -
Desenvolvimento 3. Crianças - Proteção
4. Pediatría 5. Puericultura I. Waksman, Renata D.
II. Gikas, Regina M. C. III. Blank, Danilo.

13-10675

CDD-613.0432

Índices para catálogo sistemático:
1. Crianças : Promoção da saúde 613.0432

Todos os direitos reservados.

Nenhuma parte deste livro poderá ser reproduzida,
por qualquer processo, sem a permissão expressa dos editores.

É proibida a reprodução por xerox.

A Editora Manole é filiada à ABDR - Associação Brasileira de Direitos Reprográficos.

1ª edição – 2014

Direitos adquiridos pela:

Editora Manole Ltda.

Avenida Ceci, 672 – Tamboré

CEP: 06460-120 – Barueri – SP – Brasil

Tel.: (11) 4196.6000 - Fax: (11) 4196.6021

www.manole.com.br

info@manole.com.br

Impresso no Brasil

Printed in Brazil

Este livro contempla as regras do Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 1990, que entrou em vigor no
Brasil em 2009.

São de responsabilidade dos autores e organizadores as informações contidas nesta obra.

Acidentes

Coordenação

Renata D. Waksman e Danilo Blank

Conteúdo

| | |
|---|------------|
| Afogamento e acidente por submersão..... | 318 |
| <i>Amélia Gorete A. C. Reis</i> | |
| Aspiração de corpo estranho | 325 |
| <i>Paulo Fernando Souto Bittencourt, Emilio Carlos Elias Baracat</i> | |
| Choque elétrico e raios..... | 329 |
| <i>Sulim Abramovici</i> | |
| Intoxicações | 334 |
| <i>Regina M. C. Gikas</i> | |
| Mordeduras por animais domésticos e humanas..... | 344 |
| <i>Ricardo Jukemura</i> | |
| Picadas de animais peçonhentos | 349 |
| <i>Ricardo Jukemura, José Sabino de Oliveira</i> | |
| Quedas..... | 357 |
| <i>Renato Melli Carrera</i> | |
| Queimaduras | 361 |
| <i>Marislaine Lumena de Mendonça, Antonio Tarcísio de Oliveira Lemos, Divino Martins da Costa</i> | |
| Trânsito e transporte de crianças e jovens | 371 |
| <i>Danilo Blank, Regina Maria Brunetti Kaiser Pirito, Renata D. Waksman, Vera Lúcia Venâncio Gaspar</i> | |

Trânsito e transporte de crianças e jovens

A criança e o jovem como pedestres

De modo geral, atropelamentos acontecem com mais frequência nas grandes cidades, em zonas pobres, com muitas crianças e adolescentes circulando, tráfego intenso, muitos carros estacionados, vias de mão dupla, menor policiamento e pouco controle da velocidade dos veículos.

Do ponto de vista dos motoristas, o que mais causa atropelamentos é abusar da velocidade (principalmente dirigindo embriagado), não seguir as regras de trânsito e não respeitar os pedestres.

A prevenção dos atropelamentos costuma apoiar-se em programas de treinamento nas escolas. Infelizmente, os resultados mostram razoável efetividade em aumentar o conhecimento e muito pouca em mudar o comportamento das crianças e jovens. Programas educativos que envolvem os pais têm maior potencial de sucesso, pois melhoram os níveis de supervisão dos adultos, bem como sua atitude como modelos de comportamento seguro.



O QUE VOCÊ DEVE SABER

As medidas mais efetivas para a prevenção de atropelamentos são:

- *playgrounds* cercados e afastados de ruas movimentadas;
- tráfego de automóveis desviado da proximidade de escolas;
- vias urbanas com mão única;
- restrição de estacionamento de veículos na rua, próximo às calçadas;
- cercas impedindo o cruzamento de carros em vias mais movimentadas;



ATENÇÃO

As estratégias mais efetivas no real controle dos atropelamentos são aquelas aplicadas no âmbito da comunidade, modificando o ambiente no sentido de separar a criança do automóvel. Portanto, além de se responsabilizarem pela educação das crianças, os pais devem estar prontos para se engajar em movimentos de conscientização e de ações efetivas fora da sua própria casa. No entanto, as medidas que exigem alterações mais substanciais na configuração das ruas se adaptam melhor a comunidades que estejam em fase de desenvolvimento; infelizmente, sua aplicação é mais difícil nas grandes áreas urbanas brasileiras, que oferecem maior risco aos pedestres.

- calçadas limpas e apropriadas para o uso em toda a sua extensão;
- velocidade dos veículos controlada por meio de policiamento ostensivo, controladores eletrônicos e/ou quebra-molas e lombadas.

Mesmo quando têm ampla divulgação na mídia, campanhas comunitárias educativas, voltadas à modificação do comportamento dos pedestres e motoristas, apresentam resultados pouco significativos quanto à redução efetiva dos atropelamentos.



ATENÇÃO

Vias movimentadas, com cruzamentos sinalizados, exigem acompanhamento e supervisão direta para crianças com até cerca de 12 anos de idade. Em grandes avenidas, mesmo adolescentes precisam da supervisão de um adulto.

Educação para a segurança de pedestres

Na questão da educação para a segurança do pedestre, a idade da criança e do adolescente é um fator importantíssimo – veja seguir.

- **Pré-escolares (2 a 6 anos de idade):** são incapazes de conter impulsos e, ao brincarem na rua, esquecem-se de que estão próximos ao fluxo de automóveis; portanto, não podem **jamais sair de casa sem supervisão** de um responsável. Devido à dificuldade de o motorista visualizar as crianças pequenas e à total incapacidade de elas se autoprotegerem, é preciso ter cuidado dobrado em relação ao pré-escolares. Abaixo dos 3 anos de idade, podem ocorrer atropelamentos até mesmo em casa, como nos acessos de estacionamento ou garagens. Ainda assim, há estudos que mostram que as crianças dessa faixa etária já podem receber educação sobre segurança no trânsito, retêm conhecimentos e, inclusive, são capazes de influenciar a família.
- **Escolares (6 a 10 anos de idade):** já são capazes de compreender os riscos do trânsito, mas têm dificuldade de avaliar a velocidade dos carros, o que significa que não têm maturidade para enfrentar qualquer tipo de trânsito de veículo motorizado sem a supervisão direta de um adulto. Os horários de entrada e saída da escola são períodos de grande perigo. Há experiências bem-sucedidas de proteção das crianças pedestres oferecidas por brigadas de estudantes, que controlam o fluxo de veículos e a travessia da via na entrada e na saída da escola; trata-se de uma boa ideia a ser implementada nas escolas.

- **Adolescentes:** sofrem grande influência de amigos da mesma idade em seu comportamento; frequentemente, têm atitudes de desafio a regras e assumem conscientemente riscos. Além disso, é mais comum estarem fora de casa e longe da supervisão de adultos. O uso de patins/*rollers* e *skates* constituem fatores adicionais de risco. A partir dos 15 e 16 anos de idade, a ingestão de bebidas alcoólicas leva a um risco cada vez maior, assim como o uso de outras drogas.



O QUE VOCÊ DEVE FAZER

Independentemente da idade, é importante lembrar repetidas vezes às crianças e aos jovens as regras de segurança para o pedestre no trânsito.

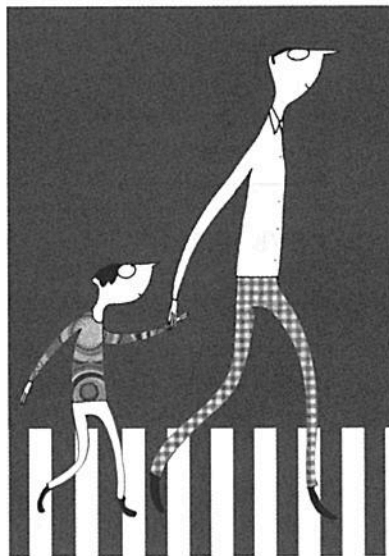
Andando na rua

- Caminhar sempre na calçada, longe do meio-fio. Nas estradas, deve-se sempre caminhar no acostamento, à esquerda da via, em fila indiana, no sentido contrário ao dos veículos.
- Mesmo caminhando na calçada, é preciso estar atento para locais de entrada e saída de veículos; parar e esperar que não haja nenhum veículo se aproximando.
- Ao descer de qualquer veículo, sempre o fazer pelo lado da calçada; aguardar longe do meio-fio a saída do veículo.

Atravessando a rua

1. **Pensar:** achar o lugar mais seguro para atravessar, longe dos carros estacionados e, de preferência, pela faixa de segurança de pedestre. Não cruzar a pista de viadutos, pontes ou túneis, exceto onde exista permissão. Obedecer e respeitar a sinalização de trânsito.
2. **Parar:** esperar sobre a calçada, perto do meio-fio, em local visível. Prestar atenção em carros parados ou outros objetos que possam estar bloqueando a visão.
3. **Usar olhos e ouvidos:** olhar em todas as direções para ver se não vêm veículos.
4. **Esperar:** se vier algum veículo, aguardar até que ele tenha passado.
5. **Olhar e ouvir novamente:** quando não houver mais veículos, atravessar em linha reta, sem correr e sem retornar.

6. "Chegar vivo": continuar atento, olhando para os dois lados, até alcançar a outra calçada.



Transporte seguro

Os traumatismos no trânsito são alguns dos mais sérios problemas de saúde em todo o mundo, sendo que a maioria dos acidentes envolvendo crianças como passageiras de veículos ocorre perto de casa.



ATENÇÃO

Sempre se deve transportar a criança em assentos de segurança, qualquer que seja a distância.



O QUE VOCÊ DEVE SABER

Os assentos de segurança específicos para o transporte de crianças em automóveis existem e têm características adequadas às diversas fases do crescimento, desde o nascimento até o momento em que a criança ou o adolescente atinge **1,45 m de altura**, quando, então, pode utilizar apenas o cinto de segurança do carro/veículo.

Desde setembro de 2010, vigora, no Brasil, a Resolução n. 277 do Conselho Nacional de Trânsito (Contran), de 28 de maio de 2008, segundo a qual, para transitar em veículos automotores, menores de 10 anos devem ser transportados nos bancos traseiros, usando individualmente um dispositivo de retenção apropriado para a sua idade. A desobediência a essa resolução configura infração gravíssima, com multa de R\$ 191,54 e retenção do veículo até que a irregularidade seja sanada.

Os modelos de assentos devem ser certificados pelo Instituto Nacional de Metrologia, Normalização e Qualidade Industrial (Inmetro), seguindo a norma técnica NBR 14.400, que obriga os fabricantes a cumprirem as especificações de segurança. Para mais informações, acesse o site do Inmetro: <http://www.inmetro.gov.br/prodcert/produtos/busca.asp> (em classe de produto, selecione "dispositivo de retenção para crianças" e, a seguir, "buscar". Abre-se, então, o menu completo dos modelos certificados até o momento, entre nacionais e importados).



O QUE VOCÊ DEVE FAZER

Como não existem marcas de assento de segurança que sejam, por consenso, as mais seguras ou as melhores, o ideal é escolher o assento que melhor se adapta ao banco traseiro do carro da família e garantir que seja utilizado corretamente a cada transporte. Preço, modelo e marca não devem influenciar na escolha do assento, que deve, antes de tudo, ser testado no carro, assim como sua instalação deve ser feita de acordo com as especificações dos fabricantes do veículo e do próprio assento.

Os modelos de assentos infantis estarão indicados conforme a fase do crescimento (peso e/ou altura) da criança.

1º modelo: assento infantil tipo bebê-conforto

Deve ser usado o assento tipo bebê-conforto **desde o nascimento até 2 anos de idade** ou, então, até que a criança tenha ultrapassado o limite máximo de peso ou altura permitido pelo fabricante do assento. Deve ser instalado de **costas para o painel** do veículo, preferencialmente no meio do banco de trás, preso pelo cinto de segurança de três pontos (Figura 1).



Figura 1. Bebê-conforto.

As faixas do cinto de segurança desse modelo de assento (de cinco pontos) devem passar pelos ombros e entre as pernas da criança e ficar presas na estrutura do assento. Esses modelos podem ter um acessório que firma o pescoço do bebê.

2º modelo: assento tipo cadeirinha voltada para a frente

Toda criança com **mais de 2 anos de idade** ou que tenha ultrapassado o limite máximo de peso ou altura permitido para o assento tipo bebê-conforto deve usar a **cadeirinha** dotada de cinto de segurança próprio, pelo maior tempo possível, até atingir o limite máximo de

peso ou altura permitido pelo fabricante (Figura 2). Vários modelos de cadeirinha de segurança acomodam crianças pesando até **30 a 36 kg**, ou seja, ao longo de toda a idade escolar (Figura 3). O menor limite máximo de peso nas cadeirinhas de segurança disponíveis é 18 kg, peso que as crianças podem atingir entre 3 e 7 anos de idade.



Figura 2. Assento tipo cadeirinha para crianças menores.



Figura 3. Alguns assentos tipo cadeirinha podem acomodar crianças até elas pesarem 36 kg.

3º modelo: assento de elevação ou booster

Toda criança cujo peso ou estatura tenha **ultrapassado o limite máximo permitido** para a cadeirinha de segurança deve usar um **assento de elevação até atingir a estatura de 1,45 m**. O assento elevador, também conhecido como *booster*, deve ser colocado no banco de trás, posicionado nas laterais, local que promove segurança à parte superior do tronco e à cabeça. No assento elevador, a criança ficará sempre contida pelo cinto de três pontos do carro, com a faixa transversal passando pelo meio do ombro; e a subabdominal, pelas saliências ósseas do quadril. Se o carro possuir somente cintos subabdominais no banco traseiro, não deve ser usado um assento de elevação.

Cinto de segurança do veículo

Indicado para crianças ou adolescentes **a partir de 1,45 m** (entre 9 e 13 anos), quando o cinto de segurança do veículo se adapta com perfeição: a faixa subabdominal passa pela pelve; e a faixa transversal, pelo meio do ombro e do tórax; e os pés encostam totalmente no assoalho do veículo.

Recomendações gerais



O QUE VOCÊ DEVE SABER

- Para sua maior segurança, todas as crianças devem viajar sempre no **banco traseiro até os 13 anos de idade**, ainda que a legislação brasileira permita que elas se sentem no banco dianteiro a partir dos 10 anos. Maiores de 13 anos e com mais de 1,45 m podem se sentar no banco da frente, como passageiros, a partir do momento em que conseguirem encostar os **dois pés totalmente no chão do veículo**, utilizando o cinto de três pontos de maneira correta.
- Mesmo dormindo, a criança deve permanecer no assento infantil, com o cinto de segurança afivelado.
- Quando transportar três crianças no banco traseiro, a de menor peso deve ocupar a posição do meio, evidentemente com as mesmas recomendações de segurança (cadeira, assentos e cintos afivelados) já descritas.



O QUE VOCÊ NÃO DEVE FAZER

- Nunca ande de carro com a criança no colo. No caso de acidente, a força que ela exerce não é suportável para nenhum ser humano.
- Nunca transporte duas pessoas (p. ex., um adulto e uma criança) usando o mesmo cinto.
- Jamais se deve utilizar a faixa transversal atrás dos braços ou colocá-la nas costas, já que o uso exclusivo da faixa abdominal não garante a proteção do tronco.
- Nunca transporte pessoas, especialmente crianças, no compartimento de bagagens. Essa área está destinada à absorção de impactos, deformando-se com facilidade, e a pessoa não estará usando nenhum sistema de retenção.
- Em veículos com *airbag* frontal, jamais transporte bebês no banco da frente, em assentos virados de costas para o painel (ver quadro "Atenção", ao lado).



ATENÇÃO

Airbag

Quando usado em conjunto com o cinto de três pontos, o *airbag* é um dispositivo de segurança muito eficiente para proteger **maiores de 13 anos de idade e adultos**. Entretanto, são particularmente perigosos e até letais para as crianças pequenas e bebês. A estrutura óssea dos bebês e das crianças pequenas é muito frágil e pode **fraturar com o impacto do *airbag***.

Portanto, **nunca coloque o assento infantil no banco dianteiro**.

Se o veículo possuir *airbag* no **banco traseiro**, considerar a instalação do assento infantil no banco do meio, ou desinstalar o *airbag* do lado em que a cadeirinha estiver.

Nos veículos **dotados exclusivamente de banco dianteiro**, o assento também é obrigatório: deve-se afastar o banco o mais longe possível do painel e dirigir com mais cautela, a fim de evitar situações que possam disparar o *airbag*.



O QUE OBSERVAR

O modelo do assento infantil escolhido deve ter norma técnica do país de origem e ser certificado pelo Inmetro, assim como deve se adaptar de forma correta ao banco do carro e ser confeccionado de material resistente e durável. O tecido que reveste o assento deve ser resistente e macio, além de não esquentar com facilidade.



ATENÇÃO

Educando seus filhos para o trânsito, os pais contribuem para que eles compreendam que a bicicleta não é um brinquedo, mas, sim, um veículo, com riscos que podem ser minimizados pela conduta adequada.



O QUE VOCÊ DEVE FAZER

- Consultar sempre o manual que vem com a cadeirinha (assento infantil), para aprender como instalar cada modelo de forma correta.
- Prender a cadeirinha ao banco pelo cinto de segurança do veículo. Para testar sua fixação, dobre uma perna, apoie o joelho no assento e puxe com força. Revise periodicamente para observar afrouxamento ou desconexão do equipamento.
- Dar o exemplo, obedecendo às regras de trânsito, utilizando sempre o cinto de segurança e adotando uma atitude firme para com seus filhos, com a utilização correta dos assentos infantis desde seu nascimento. Dessa forma, ter-se-á a garantia de um transporte seguro e eficiente, além do respeito de seus filhos.

Para mais informações, o Departamento Científico de Segurança da Criança e do Adolescente da Sociedade Brasileira de Pediatria criou o documento "Transporte seguro de crianças como passageiras de automóveis", disponível em: http://www.conversandocomopediatra.com.br/website/paginas/materias_gerais/materias_gerais.php?id=100&content=detalhe.

Em inglês, para quem se interessar, consulte a American Academy of Pediatrics. O artigo sobre assentos de segurança de automóveis está disponível em "Car safety seats: A guide for families 2011", em: <http://www.healthychildren.org/English/safety-prevention/on-the-go/pages/Car-Safety-Seats-Information-for-Families-09.aspx>.

Segurança dos ciclistas

A bicicleta, meio de transporte eficiente, barato e que não polui o meio ambiente, constitui uma forma agradável de se praticar atividade física, sendo **atraente** para crianças e adolescentes. No entanto, andar de bicicleta envolve riscos. Entre outros, podem ocorrer **lesões na face, nos dentes, fraturas de pernas e braços e os temidos traumatismos cranianos**, o que ressalta a importância da prevenção.

O principal pilar da segurança do trânsito, que é a prudência dos usuários, fundamenta-se em **ações educativas**. Os pais, primeiros educadores, além de serem um referencial de segurança, devem aproveitar as oportunidades para passar informações e conscientizar

os filhos acerca das precauções e atitudes que devem ser adotadas no trânsito, e a bicicleta está inserida nesse contexto.



O QUE VOCÊ DEVE FAZER

Antes de dar uma bicicleta:

- Educar seu filho para o trânsito. No caso do adolescente, que já poderá andar sem supervisão, deve-se se certificar que ele conhece as leis do trânsito e está apto a praticá-las e respeitá-las.
- Adquirir os equipamentos de proteção, como capacete, luvas, cotoveleiras e joelheiras.

Importância do capacete

Estudos mostram que a maioria das hospitalizações e mortes de ciclistas se deve a traumatismos cranianos. Ressaltam também a importância do uso do capacete para evitar e/ou diminuir a gravidade dessas lesões, possíveis sequelas neurológicas e morte.

Por isso, o **capacete** é um equipamento de proteção **indispensável** para se andar de bicicleta, do qual o ciclista nunca deve abrir mão.



Orientações relativas às crianças



O QUE OBSERVAR

- A bicicleta deve ser do tamanho adequado para o ciclista, nunca maior, porque é mais difícil controlar uma bicicleta de tamanho grande.



O QUE OBSERVAR

O capacete deve ser próprio para ciclismo, de tamanho adequado para que se adapte bem à cabeça, colocado corretamente e ter adesivos refletivos para facilitar a visualização do ciclista pelos motoristas.



ATENÇÃO

Cabe aos pais educar os filhos em relação à importância do capacete e ao compromisso em usá-lo.



ATENÇÃO

- Ao andar de bicicleta, as crianças devem ser acompanhadas por um adulto responsável.
- As crianças devem andar de bicicleta em locais seguros e reservados apenas ao trânsito de bicicletas, como ciclovias e áreas destinadas ao ciclismo.

- O tamanho é adequado quando a criança, assentada no selim e segurando o guidão, consegue apoiar completamente os pés no chão.
- As crianças devem usar bicicleta com duas rodas a partir dos 6 ou 7 anos, aproximadamente, mas os pais devem avaliar se o filho tem ou não condições para andar de bicicleta sem rodinhas.

Orientações relativas aos adolescentes

No meio do trânsito, entre carros, caminhões, ônibus e motocicletas, o ciclista está vulnerável e sujeito a acidentes graves. Se houver necessidade de o adolescente usar a bicicleta como meio de transporte e pedalar no meio do trânsito, devem ser tomadas as seguintes precauções:

- pedalar com muita atenção;
- tomar cuidado em avenidas, cruzamentos, estacionamentos e ruas;
- ter **cuidado** com perigos na pista, como **folhas, água, areia, depressões, quebra-molas e buracos**;
- evitar morros íngremes, pois é difícil controlar a bicicleta na descida;
- pedalar sempre pela **direita**, no **mesmo sentido** dos demais veículos, nunca na contramão;
- conhecer e **respeitar** a sinalização, as leis do trânsito e as normas de segurança;
- os pais devem avaliar se o adolescente tem ou não condições para andar de bicicleta no meio do trânsito.

O uso adequado da bicicleta

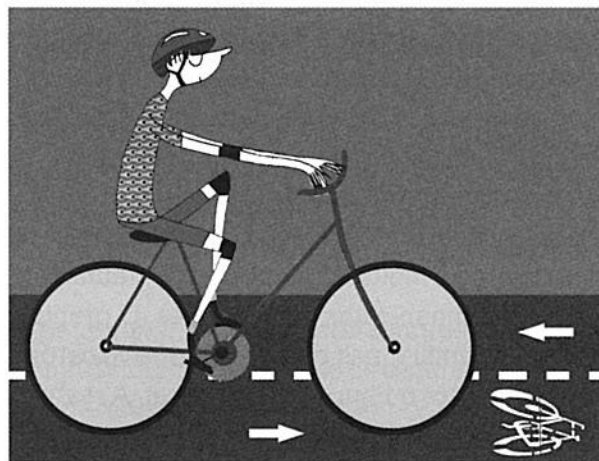


O QUE VOCÊ DEVE FAZER

Para que a criança e o jovem façam uso adequado da bicicleta, minimizando os riscos e com comportamento solidário, você deve orientá-los a:

- usar o **capacete** durante todo o trajeto;

- andar de bicicleta somente **durante o dia**, evitando o entardecer e a noite;
- usar **protetores** para cotovelos e joelhos e luvas;
- usar roupa que facilite a **visualização** do ciclista pelos motoristas;
- evitar excesso de velocidade;
- pedalar no sentido do trânsito, **nunca na contramão**;
- conhecer e **respeitar** a sinalização do trânsito;
- **evitar o uso de fones de ouvido**, pois, além de impedirem a imprescindível atenção aos sons ambientais, levam à distração, aumentando os riscos;
- fazer **revisões** periódicas, para a manutenção das correntes e dos freios e a calibragem adequada dos pneus.



- não andar de bicicleta com os pés descalços e evitar calçados que possam prender-se na bicicleta;
- não tirar as mãos do guidão, não realizar manobras perigosas e não fazer "acrobacias" com a bicicleta;
- **não dar carona**: a presença de passageiro compromete a estabilidade da bicicleta;
- nunca andar segurando nas traseiras de ônibus, carros ou caminhões;
- **não usar bebida alcoólica e drogas**, pois o risco de acidentes é muito maior nesses casos.



ATENÇÃO

Mesmo utilizando todos os equipamentos de segurança, o ciclista, no meio do trânsito, continua sendo vulnerável aos acidentes, pois os equipamentos de proteção não eliminam a possibilidade de trauma.

Deve-se sempre ter em mente que a imprudência é responsável por grande percentual dos acidentes e suas trágicas consequências.

O jovem motorista

De acordo com dados disponibilizados pelo Departamento de Informática do Sistema Único de Saúde (Datasus), os acidentes de transporte ocasionaram, em 2011, 3.659 mortes de jovens de 15 a 19 anos no Brasil. Entretanto, a situação ainda foi mais grave entre pessoas de 20 a 29 anos: no mesmo ano, ocorreram 11.362 mortes nessa faixa etária.

Esses dados são suficientes para mostrar a relevância do tema e justificar a necessidade de **atenção especial à prevenção de acidentes**, com vistas à segurança não só dos adultos, mas também dos adolescentes, já que, assimilando atitudes responsáveis na adolescência, essas certamente terão continuidade na vida adulta.

Os acidentes de transporte devem-se, em grande parte, a comportamento, atitudes e postura do condutor e dos outros envolvidos. A grande maioria é decorrente de **desatenção, imprudência, excesso de velocidade, uso de álcool e drogas, cansaço, desrespeito à sinalização e ultrapassagem indevida**. Essas condutas podem ser modificadas com ações educativas associadas à fiscalização e à punição aos infratores.

As consequências dos acidentes

As consequências são **trágicas**: morte, sequelas que podem perdurar por toda a vida, muita dor, estresse pós-traumático, medo de viagens, altos custos financeiros, entre outras. O grande sofrimento atinge também a família, nas quais as marcas/cicatrizes podem perdurar por muitos anos ou nunca desaparecer. A reabilitação física, muitas vezes, é longa. Além disso, os estudos e o trabalho podem ficar comprometidos.

Por que o adolescente é vítima frequente de acidentes de trânsito?



O QUE VOCÊ DEVE SABER

Em seu caminho para a vida adulta, muitas vezes os adolescentes apresentam comportamentos que os colocam em situação de maior risco para acidentes de transporte. É a fase da vida caracterizada pela busca de **aventuras**, novas sensações e experiências, por isso eles se expõem mais frequentemente a **perigos** e acreditam que

têm controle total sobre suas vidas. Eles têm mais dificuldade de avaliar os riscos de suas ações e o comportamento do grupo exerce grande influência nas decisões e ações dos jovens.

Infelizmente, em meio a todas essas características predisponentes aos acidentes, há o risco de surgirem dois agravantes: o consumo do **álcool** e o uso de outras **drogas**. Há de se considerar, ainda, outro ponto importante: os adolescentes são inexperientes no trânsito, e a **inexperiência facilita a ocorrência de acidentes**.

O papel do álcool

A mídia tem noticiado e os estudos têm mostrado o grande número de acidentes que ocorrem devido ao uso de álcool pelos condutores. Deve-se ter em mente que:

- o uso do álcool pelo condutor, mesmo em pequena quantidade, aumenta muito o risco de acidentes, inclusive o de atropelamento;
- o jovem é ainda mais sensível ao álcool do que o adulto. Isso significa que, ingerindo a mesma quantidade de álcool, o jovem sofrerá mais efeitos maléficos;
- o álcool, além de aumentar a agressividade, compromete a percepção, a atenção, o comportamento, a coordenação motora e o equilíbrio, todos fundamentais para a segurança no trânsito;
- o álcool contribui para que o condutor tenha outras atitudes de risco no trânsito, como deixar de usar o cinto de segurança, exceder a velocidade permitida, entre outras.



O QUE VOCÊ DEVE FAZER

- Ter atenção ao trânsito.
- Usar o cinto de segurança.
- Obedecer à sinalização e às leis de trânsito.
- Fazer a manutenção do veículo com regularidade.
- Dirigir somente com habilitação.



O QUE OBSERVAR

O exemplo de outros países

O motorista recentemente habilitado é inexperiente, faltando-lhe prática suficiente para reconhecer situações de risco no trânsito. Por isso, alguns países colocam em prática **medidas restritivas** com o objetivo de proteger o **motorista recém-habilitado** e também a família, os amigos e a sociedade. Embora variem de um país para outro, há ações específicas como:

- restrição ao uso de álcool;
- restrição à presença de amigos adolescentes no carro conduzido pelo recém-habilitado;
- obrigatoriedade do uso do cinto de segurança;
- limite de velocidade;
- restrição da possibilidade de dirigir em determinados horários.

- Nunca dirigir após consumir qualquer quantidade de álcool ou drogas.
- Não exceder a velocidade permitida na via.
- Não falar ao telefone celular ao conduzir, nem com viva-voz ou *bluetooth*, pois o motorista se distrai sem perceber, muito mais do que conversando com alguém no banco do passageiro.
- Não dirigir cansado e/ou com sono.
- Não participar de pegas (corridas) e rachas.
- Não pegar carona com motorista que ingeriu álcool, outras drogas e/ou medicamentos, como sedativos ou antialérgicos, pois possuem diversos efeitos colaterais.
- Não desempenhar outras atividades enquanto dirige.
- Não usar drogas.

O que pode ser feito para a segurança do jovem motorista?

Para que o quadro atual, representado pelo excessivo número de mortes e incapacitações, seja revertido, são necessárias diversas **intervenções**:

- conduzir ações que levem à conscientização do jovem de que os acidentes são, em sua maioria, evitáveis;
- criar oportunidade de diálogo para que o jovem faça opções saudáveis e saiba dizer não ao álcool e às demais drogas;
- incentivar o jovem, levando em conta sua influência no grupo, para que assuma o compromisso de zelar pela segurança no trânsito não só na condição de motorista, mas também como passageiro e cidadão.

A **prevenção dos acidentes de trânsito envolvendo jovens** deve alicerçar-se em:

- ações educacionais que sensibilizem os jovens, a partir do conhecimento e da análise cuidadosa dos números, das principais causas e das consequências dos acidentes;
- divulgação e aplicação severa da legislação;
- aumento da fiscalização, principalmente nos finais de semana, período em que ocorre o maior número de acidentes;
- aplicação de penalidades aos infratores como uma das medidas para coibir atitudes irresponsáveis no trânsito.



ATENÇÃO

A segurança nas vias públicas deve ser vista como responsabilidade compartilhada entre todos os segmentos da população: governo, setor de saúde, escola, polícia, mídia, empresas e famílias. Todos devem unir forças, com o firme propósito de mudar o triste e atual quadro de jovens que perdem a vida ou ficam com sequelas por causas, em sua maioria, evitáveis.