

3

AS DISTRACÇÕES

- O telefone ao volante →
- O sistema de navegação →

O telefone ao volante

Ao volante, são necessárias as duas mãos!

A condução é uma atividade multifarfas que exige a atenção total e a concentração do condutor, mesmo a do mais rotineiro.

Seja num trajeto habitual ou não, o condutor deve gerir uma elevada quantidade de informações e, em função do estado da circulação, tomar as decisões adequadas, mesmo que sejam muitas vezes apenas automatismos.

Quanto mais um condutor for sujeito a distrações, menor será a sua concentração e reatividade.

Telefonar ao volante, consultar as mensagens escritas ou de voz, programar o sistema de navegação, mexer no rádio, mudar de CD e qualquer outra atividade que implique deixar de dar atenção à estrada, tanto visual como mentalmente, são distrações insignificantes no dia a dia, mas extremamente perigosas durante a condução de um veículo.

O telefone ao volante

Não é possível conciliar o uso do telefone e a condução.

De todas as muitas fontes de distração existentes no veículo, é evidente que o telefone, quer seja usado com sistema mãos livres ou não, é das mais perigosas.

Telefonar projeta o pensamento do condutor para o exterior do habitáculo. De certa forma, abandona os comandos do veículo para ir ter com a pessoa com quem fala.

O que diz a lei?

- Qualquer instalação de telefone deve estar solidamente montada no veículo ou estar fixa no auricular

- O auricular livre é autorizado
- Quando o veículo está em movimento, o condutor só pode largar o volante ou o guiador com uma mão para ativar ou desativar a sua instalação de telefone
- A audição ou a transmissão deve permitir ao condutor manter as duas mãos no volante
- A infração é sancionada com uma multa de 74 €

Efeitos na condução

São muitos os estudos e experiências que demonstram que uma conversa telefónica durante a condução provoca

- variações de velocidade
- desvios frequentes de trajetória
- um aumento de 50%, em média, do tempo de reação
- erros de perceção e de julgamento.

A utilização do telefone ao volante tem efeitos na condução que podem ser comparados aos do álcool: «Quando o condutor está a telefonar, concentra a sua atenção naquilo que está a ouvir; o desfasamento existente entre aquilo que ele vê e ouve perturba intensamente a sua perceção do espaço.

Consequência: mais de 3/4 dos condutores que realizam uma chamada telefónica esquecem-se de parar numa passadeira. Só 1/3 se lembra dos sinais de trânsito pelos quais acabaram de passar.»

Segundo um estudo realizado pelo Institut National

de Recherche sur les transports et la sécurité (INRETS - Instituto Nacional de Investigação sobre os Transportes e a Segurança, França):

«... telefonar ao volante é um fator de distração para o condutor e, portanto, um fator de risco para a sua segurança e a dos outros utentes em todas as etapas da comunicação, incluindo, evidentemente, a procura do número na lista e a marcação do número no teclado, unanimemente considerada como perigosa.»

Sabia que...

- Contrariamente à ideia generalizada, existe uma diferença fundamental entre conversar com um passageiro e falar ao telefone durante a condução. Ao contrário do passageiro, um correspondente que não se encontra no veículo e, logo, que não participa no tráfego ao mesmo tempo do que o condutor não irá deixar de falar em caso de perigo ou quando uma situação exigir toda a atenção do condutor
- Cerca de metade dos condutores atendem o telefone num espaço de dois segundos, dando assim prioridade a esta atividade. Deixam de dar atenção à condução
- O condutor sente uma sobrecarga mental à qual reage reduzindo instintivamente a sua velocidade, em média de 12%, o que pode ser perigoso em caso de trânsito intenso
- O risco de acidente não só aumenta durante a manipulação propriamente dita do telefone, mas também e sobretudo devido à carga mental exigida pela conversa telefónica
- O teor do diálogo e, nomeadamente, a sua carga emocional podem aumentar a desconcentração ou, até, prolongá-la após a conversa telefónica. Esta perda de atenção é idêntica quando o condutor usa um kit mãos livres, um auricular ou um telefone na mão

Alguns conselhos

- Respeite a lei e use um kit mãos livres se não for possível evitar telefonar durante a condução ou se tiver de estar contactável
 - Diga ao seu interlocutor que está ao volante e volte a telefonar-lhe depois de encontrar um local de estacionamento seguro e regulamentar
 - Telefone apenas em caso de necessidade
 - Seja breve e conciso
 - Para não perder nenhuma chamada durante a condução, deixe a chamada ir para a caixa de correio de voz. E para evitar surpresas relacionadas com o toque do telefone, escolha o modo de vibração ou silêncio
 - Para ouvir as suas mensagens e telefonar, pare num local adaptado: parque ou lugar de estacionamento, área de descanso, etc. Na autoestrada, pare nas zonas adaptadas para este efeito e nunca nas faixas de emergência. Mesmo que testemunhe um acidente, use o seu telemóvel com o veículo parado num local seguro.
- O envio e a receção de SMS e MMS não são, evidentemente, compatíveis com a condução. Para a consulta e o envio das suas novas SMS e MMS, e para consultar os serviços de multimédia ou internet, pare num local apropriado, mesmo que se trate de informações relacionadas com o seu itinerário
 - Sempre que possível, entregue o seu telemóvel a um dos passageiros para que ele possa atender por si

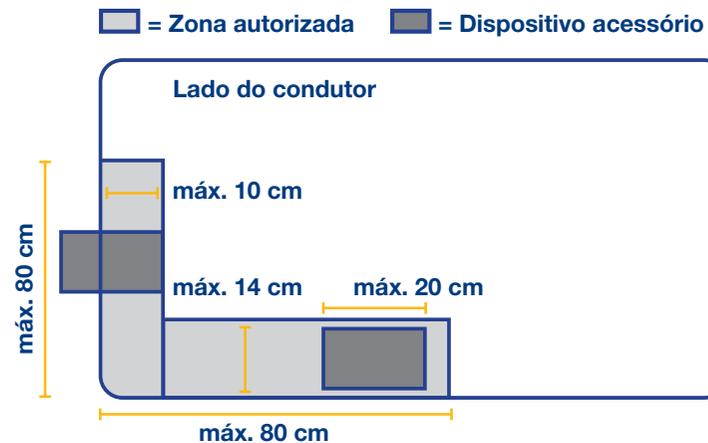
O sistema de navegação (GPS)

O GPS é apenas um sistema de assistência à condução: a responsabilidade das decisões a tomar é sempre sua.

Tal como o telefone, o GPS (**Global Positioning System**) pode ser muito útil e, nomeadamente, prestar-lhe assistência durante a condução e, até mesmo, evitar situações de stress, desde que cumpra escrupulosamente alguns princípios.

O que diz a lei?

A fixação de um sistema de navegação no lado interno do para-brisas é autorizada desde que a visão do condutor não seja limitada e que nem o ecrã, nem o sistema de fixação exceda as zonas assinaladas a cinzento no gráfico seguinte.



Alguns conselhos

- Programe sempre o seu GPS antes de arrancar
- Se precisar de mudar de itinerário ou de encontrar um endereço, pare num local adaptado: parque ou lugar de estacionamento, área de descanso... e não em segunda fila ou num semáforo. Na autoestrada, pare nas áreas adaptadas para este efeito e nunca nas faixas de emergência ou nos locais destinados à paragem de emergência
- Reduza o volume do rádio para ouvir todas as instruções dadas pelo GPS

Fontes: [La Sécurité Routière \(Luxemburgo\)](#), [La Prévention Routière \(França\)](#), [INRETS: Institut national de recherche sur les transports et leur sécurité \(França\)](#)