

Como a distração no trânsito se tornou uma epidemia?

Desde que a nossa sociedade continue a crescer e as pessoas estejam dirigindo veículos, o risco de distração será um desafio sempre presente



Nós ouvimos muito hoje em dia sobre o problema da distração ao volante. No entanto, a distração enquanto se dirige não é um problema novo; isso já ocorre de alguma forma desde a invenção dos limpadores de para-brisa no início de 1900. O que mudou ao longo dos anos foram os tipos e níveis de distração. Inovações como telefones celulares e outros dispositivos que usamos nos veículos adicionaram mudanças significativas quanto conveniência e segurança para a vida das pessoas.

O desafio é maximizar seus benefícios e, ao mesmo tempo, reduzir as distrações perigosas associadas ao seu uso. Infelizmente, uma epidemia se espalhou e as pessoas estão ignorando os perigos de dirigirem distraídos, onde as estatísticas atuais mostram que 25% - 50% de todas as colisões de veículos estão associadas com a distração durante a direção.

Virar-se para olhar algo interessante, ajustar o rádio, cuidar das crianças, falar com um passageiro, comer, beber, usar o celular, e ler - todas elas são formas de distração durante a condução de veículos. De forma simples, distração pode ser qualquer coisa que tira as suas mãos do volante, os olhos da estrada ou a mente da tarefa de dirigir. Como você pode perceber, as distrações podem ser físicas ou podem ser mentais, que são chamadas de "cognitivas". Independentemente do motivo, os motoristas que estão distraídos reagem mais devagar às condições de trânsito ou a eventos repentinos, isso se reagem. Um estudo de 2007 realizado nos EUA pelo Virginia Tech Transportation Institute indicou que "se os olhos do motorista estiverem longe da estrada por dois segundos ou mais, o risco de se envolver em uma colisão é duas vezes maior do que o de um motorista atento."

Provavelmente, a coisa mais importante que você pode fazer para combater a distração é comprometer-se com a responsabilidade de dirigir e reconhecer que a direção exige toda a sua atenção. Faça um esforço para manter-se com foco na estrada e recusar a se envolver em um comportamento que possa distraí-lo.

Sugestões adicionais para gerenciar as distrações:

- Evite falar ao telefone enquanto dirige. Se necessário, encontre um local seguro para sair da estrada e falar ao telefone. Alguns motoristas desligam seus telefones ou colocam no modo silencioso antes de entrar no veículo.
- Familiarize-se com os recursos do seu veículo. Principalmente veículos alugados que podem ser diferentes do seu.
- Faça um ajuste prévio do rádio e da temperatura.
- Guarde itens que podem se mover enquanto o veículo estiver em movimento.
- Evite fumar, comer e beber enquanto dirige.
- Para lidar com as crianças com segurança, saia da estrada e do trânsito e pare o veículo.
- Faça sua rotina de cuidados pessoais em casa - não no carro. Barbear-se ou fazer a maquiagem irá tirar as suas duas mãos do volante e seus olhos da estrada.
- Não leia enquanto dirige. Revise mapas ou o GPS antes de começar a dirigir.
- Peça a um passageiro para te auxiliar em atividades que possam te distrair.

As inovações podem nos ajudar a resolver alguns problemas enquanto criam outros ao mesmo tempo. Entender os riscos da distração ao volante e tomar medidas preventivas para minimizar esse risco pode ajudá-lo a evitar sérias lesões ou a morte. Lembre-se sempre que quando você tiver que tirar as mãos do volante, seus olhos da estrada e sua mente da tarefa de dirigir: o que quer que esteja te distraindo certamente não vale arriscar a sua própria vida ou a vida de outros.

As suas ações fazem a diferença.

Artigo originalmente publicado em:

<https://www.zurichna.com/en/knowledge/articles/2013/06/has-distracted-driving-become-an-epidemic>

As informações contidas nessa publicação foram compiladas pela Zurich Services Corporation a partir de fontes que acreditamos ser confiáveis apenas para fins informativos. Todas as políticas de amostragem e procedimentos neste documento deverão servir como orientações, que você poderá usar para criar as suas próprias políticas e procedimentos. Acreditamos que você irá personalizar essas amostras de acordo com as suas próprias operações e acreditamos que essas amostras poderão servir como uma plataforma útil para esta sua iniciativa. Todas e quaisquer informações contidas nesse documento não têm o propósito de servir como conselho jurídico e, conseqüentemente, você deverá consultar os seus próprios advogados ao desenvolver programas e políticas. Nós não garantimos a exatidão dessas informações ou de quaisquer resultados e não assumiremos quaisquer responsabilidades adicionais relacionadas a essa publicação e às amostras de políticas e procedimentos, incluindo quaisquer informações, métodos, ou sugestões de segurança contidas nesse documento. Além disso, a Zurich deixa claro que esse documento não contém todos os procedimentos de conformidade e segurança aceitáveis ou que procedimentos adicionais podem ser apropriados dentro das circunstâncias. O objeto desta publicação não está atrelado a nenhum produto de seguro específico nem a adoção dessas políticas e procedimentos irá garantir cobertura dentro de qualquer apólice de seguro.

©2013 Zurich Services Corporation