

CANAL CLEITON ROCHA NA BR
VOLUME I

RUMO SEGURO

Guia de Direção Defensiva e Planejamento de Viagem

PRODUTOR: CLEITON ROCHA
CO PRODUÇÃO: ELIAS SANTTOS

RUMO SEGURO

Introdução

Seja você um viajante experiente ou alguém que está pegando a estrada pela primeira vez, a segurança na condução é sempre uma prioridade. A cada ano, milhões de pessoas enfrentam as rodovias em busca de aventura, negócios ou simplesmente para visitar entes queridos. No entanto, a experiência de viagem pode rapidamente se tornar perigosa se não estivermos preparados para os desafios que as estradas apresentam.

Este eBook, "Rumo Seguro", foi concebido para fornecer uma abordagem abrangente e prática para a direção defensiva e o planejamento de viagem de carro. Ao longo das próximas páginas, vamos explorar as melhores práticas para manter você e seus passageiros seguros, desde a preparação antes de sair de casa até a chegada ao seu destino.

Começaremos examinando os fundamentos da direção defensiva, incluindo técnicas de condução segura, como manter uma distância segura dos outros veículos, estar atento aos pontos cegos e antecipar potenciais perigos na estrada. Além disso, abordaremos a importância da manutenção adequada do veículo e como isso pode influenciar na sua segurança durante a viagem.

Em seguida, mergulharemos no planejamento de viagem, discutindo tópicos essenciais, como escolha de rotas seguras, preparação do veículo para viagens longas, estratégias para lidar com condições climáticas adversas e a importância de descansar o suficiente durante a jornada.

Independentemente de você estar planejando uma viagem de fim de semana ou uma aventura de cross-country, "Rumo Seguro" será seu companheiro confiável, fornecendo as informações e dicas necessárias para uma viagem tranquila e segura. Então, ajuste os cintos, prepare-se para a estrada e embarque nesta jornada rumo à segurança e tranquilidade.

Boa Leitura e um Bom Aprendizado!

Cleiton Rocha

Canal Cleiton na BR - Youtube

CLEITON ROCHA NA BR

O QUE É A DIREÇÃO DEFENSIVA na RODOVIA

“A direção defensiva na rodovia é uma abordagem de condução que visa reduzir o risco de acidentes e garantir a segurança dos motoristas, passageiros e outros usuários da estrada. Consiste em adotar uma série de técnicas e comportamentos proativos para prevenir colisões e reagir adequadamente a situações de perigo. Isso inclui manter uma distância segura dos veículos ao redor, estar atento ao ambiente rodoviário, respeitar os limites de velocidade, antecipar as ações dos outros motoristas e estar preparado para tomar medidas evasivas quando necessário. A direção defensiva na rodovia é essencial para enfrentar os desafios das estradas, como condições climáticas adversas, distrações, fadiga e comportamentos imprudentes de outros motoristas, promovendo uma condução mais segura e responsável.”



PARTIU PREPARAR A VIAGEM!

A DIREÇÃO DEFENSIVA vai muito além do dirigir. O motorista que a tem como base para guiar no trânsito da cidade ou da rodovia se antecipa aos fatos muito antes de estar no carro, seja através de preparação do veículo, corpo e mente, bem como de outros itens legais necessários à circulação no trânsito. Vamos dividir nosso e-book em 2 fases: ANTES e DURANTE a VIAGEM



ANTES DA VIAGEM – PLANEJAMENTO E PREPARAÇÃO DO VEÍCULO

1. ROTA E DESTINO:

Escolha o destino e planeje a rota que irá seguir, considerando distância, condições da estrada e pontos de interesse ao longo do caminho. Planeje também rotas alternativas levando-se em conta também condições das rodovias. Tenha sempre em mãos rotas de viagem A, B e C. Nunca se sabe o que a rodovia pode trazer para você. Planeje também o ABASTECIMENTO. Levando-se em conta a autonomia do veículo, trace uma rota de postos na região por onde você vai passar. Não trafegue com pouco combustível no tanque. Isso pode fazer com que você possa ficar na mão no caminho dependendo das condições de trânsito.



ATENÇÃO:

NO PLANEJAMENTO DE ROTA VERIFIQUE A EXISTÊNCIA DO PEDÁGIO AUTOMÁTICO, SE HOUVER, CASO POSSÍVEL ADQUIRA AS TAGS PARA PAGAMENTO AUTOMÁTICO, SE NÃO TIVER TAG, QUANDO TERMINAR O TRAJETO DE VIAGEM CONSULTE O SITE DA CONCESSIONÁRIA PARA EMITIR A FORMA DE PAGAMENTO. DEPOIS DE PASSAR PELO PEDÁGIO VOCÊ TEM 15 DIAS PARA EFETUAR O PAGAMENTO, CASO NÃO PAGUE SEU VEÍCULO É AUTUADO ADMINISTRATIVAMENTE POR EVASÃO DE PEDÁGIO, INFRAÇÃO GRAVE DE 5 PONTOS NA CNH E QUASE 200 REAIS DE MULTA POR CADA PEDÁGIO NÃO PAGO. SE TIVER A TAG, NÃO SE ESQUEÇA DE CONFERIR SE A PASSAGEM NO PEDÁGIO FOI REGISTRADA E DEBITADA, PODE ACONTECER DA TAG NÃO FUNCIONAR, O PEDÁGIO NÃO SER PAGO E VOCÊ SER MULTADO.

Quer saber “QUANDO ABASTECER na Viagem de Carro”, assista este vídeo.

clique no link: <https://youtu.be/io1rPu2oEO0>



2. CHECKLIST DO VEÍCULO:

Verifique o veículo antes da viagem, incluindo níveis de óleo, água, pneus, freios, luzes, itens de suspensão, borrachas e vazamentos. Itens que devem ser checados e reparados em uma oficina mecânica de qualidade e de sua confiança. Manutenções mais duradouras como suspensão, podem ser feitas com mais antecedência. Se notar que precisará trocar os pneus, estes podem ser comprados também com mais antecedência, pegando promoções de pneus de qualidade, não se esqueça porém de, quando fizer a troca, é necessário fazer alinhamento e balanceamento e, se necessário, outros procedimentos que serão informados no momento da realização do serviço.



3. DOCUMENTAÇÃO E SEGURO:

Certifique-se de que todos os documentos do veículo e sua carteira de motorista estejam atualizados. Considere também um seguro adequado para a viagem. Consulte um corretor de confiança para que ele possa lhe indicar um seguro que se enquadre em sua realidade de viagem.



4. EMBALAGEM E BAGAGEM:

Organize a bagagem de forma eficiente, considerando espaço no carro, peso e acessibilidade aos itens necessários durante a viagem. Comece a arrumar sua bagagem com antecedência para que se tenha mais facilidade na hora de acomodá-las no bagageiro. CUIDADO PARA NÃO EXCEDER O LIMITE FECHANDO A VISÃO DO ESPELHO RETROVISOR CENTRAL, isso pode lhe render multa. Bagagens soltas nos bancos do veículo ou assoalho também caracteriza pela lei EXCESSO de BAGAGEM, o que rende multa. Consulte em nosso canal o vídeo “Como organizar sua bagagem corretamente” para mais informações.

Link do Vídeo: <https://youtu.be/eiFU8rjN7t8>



5. CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E VIAGEM NOTURNA:

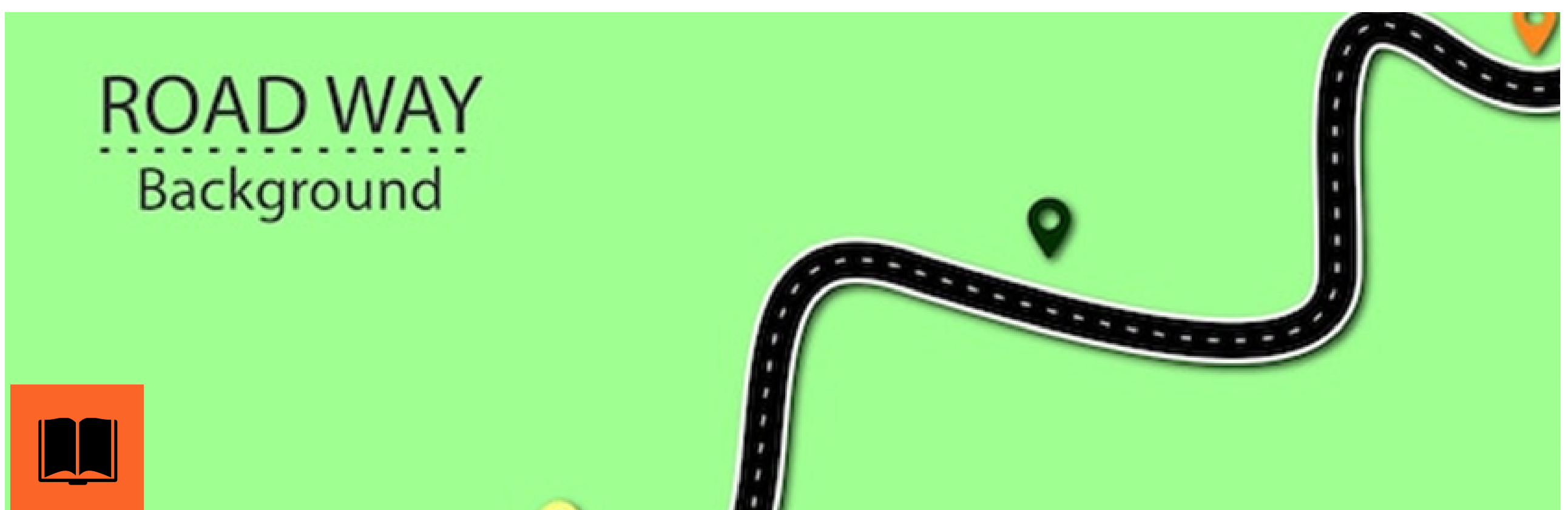
Verifique as previsões meteorológicas ao longo da rota e esteja preparado para diferentes condições climáticas, como chuva, neve ou calor intenso. Evite Viajar à noite, a visibilidade fica ruim e você pode pegar uma situação de neblina, queimada ou até chuva o que, para motoristas inexperientes, pode se tornar uma situação bastante tensa e desagradável.



6. PONTOS DE PARADA:

Planeje paradas estratégicas ao longo do trajeto para descanso, alimentação e abastecimento de combustível. Evite programar paradas de descanso muito à noite devido, principalmente, ao cansaço e à dificuldade de achar boas pousadas para descansar. Para dicas importantes sobre como escolher uma pousada assista nosso vídeo:

Assista neste Link: <https://youtu.be/QdxqkBohylQ>.



7. HORÁRIOS E DESCANSO:

Estabeleça horários de partida e chegada realistas, e faça pausas regulares para descanso, especialmente em viagens longas. O cansaço é um fator muito relevante nas causas de acidente, então, respeite o seu corpo e dirija descansado.



CLEITON NA BR

8. NAVEGAÇÃO E GPS:

Utilize dispositivos de navegação GPS atualizados ou aplicativos de mapas para orientação durante a viagem. Lembre-se de que o GPS deve ser um AUXILIAR e não o ROTEIRISTA principal da viagem. IMPRIMA o mapa com sua rota de viagem para o caso de algum problema no GPS, com até mesmo alteração de rota e vá marcando os pontos por onde você já passou no seu mapa. Se possível, peça a quem está ao lado para lhe ajudar com essa função.

CUIDADO COM AS PEGADINHAS DE ROTAS MAIS CURTAS EM ESTRADAS E TRECHOS DESERTOS E RUINS ORIENTADOS PELO GPS. A ROTA É SUA, O GPS APENAS LHE AUXILIA.



9. EMERGÊNCIAS E CONTATOS:

Tenha um kit de primeiros socorros, ferramentas básicas e contatos de emergência disponíveis em caso de imprevistos. Quando for viajar, avise a poucas pessoas que vai viajar e deixe seu contato, compartilhe se possível a localização em tempo real para facilitar no envio de ajuda caso necessário.



10. ORÇAMENTO E DESPESAS:

Estime os custos da viagem, incluindo combustível, pedágios, hospedagem e alimentação, para evitar surpresas financeiras durante o percurso.

Estes são pontos essenciais para garantir uma viagem segura, tranquila e bem-sucedida de carro.



AGORA DICAS PARA DURANTE A VIAGEM

1. QUANDO FOR SAIR

Quando for sair, principalmente se for de madrugada, verifique a movimentação da rua onde você vai sair. Verifique também se trancou todos os cadeados, acionamento de alarme da casa se tiver, verifique se a sua localização compartilhada com as pessoas de confiança está dando certo.



2. AMBIENTAÇÃO COM A NOVA REALIDADE DO CARRO

Procure tomar cuidado redobrado ao dirigir principalmente nos primeiros quilômetros ou sempre que se apresentar uma situação diferente de trânsito. Lembre-se de que você está numa condição diferente de dirigir e o seu veículo também. Ele está mais pesado e pode apresentar comportamentos diferentes do que você está acostumado, principalmente em curvas e na hora de frear, bem como em situações de chuva.



CLEITON NA BR

3. FARÓIS LIGADOS O TEMPO TODO

Apesar de a Lei do Farol obrigar o uso durante o dia somente condições específicas, fora do perímetro urbano das cidades, um fator importante deve ser levado em conta. O FAROL É PARA VER E TAMBÉM PARA SER VISTO. Um carro é visualizado muito mais longe se estiver com o farol ligado. Carros na cor prata ou cinza são confundidos facilmente com o asfalto, porém, o farol aceso dá ao motorista no sentido contrário uma visão muito mais distante aumentando a segurança.



4. MANTENHA DISTÂNCIA

Mantenha distância do veículo da frente, lembre-se da distância de segmento. Deixe um espaço para que, caso algum motorista imprudente esteja fazendo alguma ultrapassagem, ele possa entrar e não jogar você para fora. A distância também facilita a sua visualização do trânsito à frente em sentido contrário e seu tempo de reação se ocorrer algo com o veículo da frente. Uma dica para saber se você está perto demais é fazer o teste 1001, 1002, 1003. Basta que você marque um determinado ponto à frente do veículo que está à sua frente. Uma placa por exemplo. Quando ele passar você conta mentalmente 1001, 1002, 1003. Se você passar pelo ponto onde o carro da frente passou antes de terminar de contar, você está muito perto, então se afaste.

Quando ultrapassar, especialmente se for caminhões ou carretas, dê distância, não fique na frente destes veículos devido ao risco de faltar freios e eles podem causar um acidente.



5. NÃO TRAFEGUE AO LADO DE CAMINHÕES!

Mesmo estando em pista duplicada, evite trafegar ao lado de caminhões ou carretas principalmente em curvas. São veículos pesados que podem estar sujeitos à estouro de pneus, deslocamento de carga dentro da carreta, derrapagem, falta de estabilidade e podem tombar em cima de você. Se estiver atrás, mantenha distância devido ao risco de soltar peças, só passe ao lado em retas e em ultrapassagem e aí siga em frente.



6. EVITE TRAFEGAR NA CHUVA E SE FOR VÁ COM CUIDADO

Ao sinal de chuva forte, reduza a velocidade e se estiver muito forte procure um lugar seguro para poder parar, evite parar embaixo de árvores devido ao risco de queda. Dirija com atenção para evitar a aquaplanagem.



CLEITON NA BR

7. NÃO DÊ ATENÇÃO A ESTRANHOS E VIAJE EM SILÊNCIO

Tome cuidado em viagem, evite ficar comentando sobre o destino, que horas chega, quando vai parar, onde vai dormir. Muitos meliantes ficam em pontos de parada e postos esperando oportunidade para poder agir quando você sair em viagem. Cuidado com os falsos mecânicos. São Pessoas maliciosas que se aproximam de seu carro dizendo que ele está com problemas, óleo vazando e aí mandam você parar, que é o que eles querem para poder agir.

Quando estiver perto de parar, observe sempre se seu veículo está sendo seguido. Fique atento às rotinas da rodovia.



8. FAÇA PAUSAS NA VIAGEM EM PELO MENOS 3 HORAS OU 200 KM

Muitas vezes o excesso de confiança faz com que façamos longos trechos sem perceber, causando a chamada HIPNOSE RODOVIÁRIA. Situação em que estamos de olhos abertos, porém, sem saber que estamos ali, causando invasões de pista e o chamado “cochilo de olho aberto”. Pare de vez em quando para se alongar. Dirigir por longos períodos lhe acumula um cansaço que pode fazer com que você seja cobrado mais adiante através de dor de cabeça, cansaço, sono excessivo. Tome cuidado. Planeje a rota para um DURANTE também, assim a viagem fica mais descansada e tranquila.



9. CUIDADO AO ENTRAR E SAIR DE CURVAS E SUBIDAS

Quando for entrar em uma curva ou chegando em uma subidinha de morro, onde você não tem uma visão da frente, reduza a velocidade porque você não sabe o que tem adiante como um veículo quebrado, uma ultrapassagem proibida, acidente, objetos na pista, enfim, reduza não só para conseguir fazer a curva ou subida, mas também, porque você precisa se prevenir para o que possa existir do outro lado.



10. CUIDADOS EM PARE E E SIGA E ENGARRAFAMENTOS NA RODOVIA

Quando chegar numa situação de parada em rodovia, atenção ao trânsito, pare a uma distância de quase 1 carro em relação ao veículo da frente e se posicione apontando para a direção do acostamento e atenção aos espelhos retrovisores! Pode vir um veículo pesado sem freio em direção à fila e não conseguir parar. Atenção!!!



CLEITON NA BR

11. CUIDADO EM SUBIDAS E DESCIDAS DE SERRA

O risco nas serras é muito grande principalmente devido ao risco dos caminhões sem freio. Fique atento aos sinais. Normalmente os caminhões vem descendo buzinando, pisca alerta ligado e faróis piscando para avisar que está sem freio. Daí a importância de ficar de olho nos espelhos retrovisores e com o som do carro baixo para que você possa ouvir o que acontece ao redor do carro.

MAS ATENÇÃO! O SEU CARRO TAMBÉM PODE FICAR SEM FREIO!!! DESÇA A SERRA ENGRENADO! SE HOUVER UM AQUECIMENTO DO SISTEMA DE FREIOS DO SEU CARRO VOCÊ VAI FICAR NA MESMA SITUAÇÃO DOS CAMINHÕES DESGOVERNADOS NA SERRA.

ATENÇÃO! SE VOCÊ FOR PASSAR EM DESCIDAS DE SERRA ONDE EXISTE A ÁREA DE ESCAPE, LEMBRE-SE DE DEIXAR O ACESSO LIVRE NA ENTRADA DELAS.OS CAMINHÕES PASSAM EM ALTA VELOCIDADE E SEM FREIO BUSCANDO ACESSAR E SE VOCÊ ESTIVER NA FRENTE PODE TER PROBLEMAS. ATENÇÃO AOS RETROVISORES QUANDO ESTIVER SE APROXIMANDO DE ALGUMA.



12. RESPEITE AS LEIS DE TRÂNSITO

As Leis de Trânsito estão aí para serem cumpridas. A boa convivência no trânsito exige atenção, prudência, empatia e cumprimento das Leis. Não seja você o DESAFIADOR. Se Houverem 2 desafiadores em sentido contrário em uma via, a chance de acidente é bem maior.



13. TENHA BOA COMPANHIA E UMA PLAYLIST NA VIAGEM

Ter uma boa companhia de viagem faz toda a diferença. Boas conversas, sem se desligar do trânsito, tem o mesmo efeito de uma boa música para se ouvir na viagem. Sua atividade cerebral está em processo de relaxamento facilitando a viagem. Tenha uma boa playlist de músicas para poder fazer sua viagem. Uma viagem em silêncio pode apresentar muitos quilômetros mentais à mais do que a estrada realmente tem.



14. VIAGENS EM COMBOIO

Cuidado com as viagens em comboio. Elas podem ser ótimas ou terríveis dependendo do que ocorrer, causando até mesmo inimizades. Faça um planejamento, lembre-se de manter a distância de segmento e tenha comunicação entre os membros do comboio com rádio transmissor se possível. Cuidado nas ultrapassagens e faça os planejamentos em grupo, inclusive, dependendo da quantidade de pessoas, os locais de parada de alimentação, pois há riscos de chegar e simplesmente não ter comida pra todo mundo.



15. TRECHOS EM RODOVIAS NO INTERIOR

No interior é comum encontrarmos realidades diferentes do que vemos em grandes centros urbanos, como por exemplo, muitos animais na pista, pedestres fazendo caminhada, à espera de transporte coletivo com bagagens na beira da pista, trânsito de veículos escolares, entrada e saída de veículos nem sempre em condições de tráfego, motociclistas sem capacete trafegando em baixas velocidades. Isso sem contar com o risco disso tudo acontecer, inclusive, em estradas de chão, o que apresenta ao motorista uma condição totalmente diferente de dirigibilidade. Atenção e muita prudência.



16. CURTA A VIAGEM E PENSE NOS PASSAGEIROS

Quando você for fazer uma viagem levando outras pessoas, lembre-se de que, você está numa realidade diferente de quem está viajando de carona. Você tem todo um entretenimento, uma atenção, uma realidade psicológica diferente, ao contrário das pessoas que estão contigo que, só lhe restam ouvir música, dormir e acordar por vários quilômetros.



VALEU DEMAIS!!!

À medida que chegamos ao fim deste guia, esperamos que você tenha adquirido insights valiosos sobre a importância da direção defensiva e do planejamento cuidadoso de viagens. Lembre-se sempre de que a segurança na estrada é uma responsabilidade compartilhada e que cada ação que tomamos como condutores pode ter um impacto significativo na proteção de vidas.

Ao aplicar as técnicas e estratégias discutidas aqui, você estará não apenas protegendo a si mesmo e aos seus passageiros, mas também contribuindo para a segurança de todos os usuários das rodovias. Mantenha-se alerta, esteja preparado para desafios e lembre-se de que chegar ao seu destino com segurança é sempre a prioridade número um.

Agora é hora de pegar a estrada com confiança, sabendo que você está equipado com o conhecimento necessário para fazer uma jornada segura e agradável. Agradecemos por nos acompanhar nesta jornada rumo a um futuro de viagens mais seguras. Desejamos a você muitas aventuras emocionantes e, acima de tudo, um rumo seguro em todas as suas viagens.

“Que Deus os abençoe Grandemente”

Cleiton Rocha

Canal Cleiton na BR Youtube

VALEU DEMAIS!!!



[CONHEÇA O CANAL AQUI NESTE LINK:](#)