

O perigo de se distrair ao volante

Tanto civis quanto policiais se distraem ao volante. É um perigo tentar ser “multi-tarefa” ao volante. Qualquer atividade que não seja dirigir pode causar distrações, inclusive dar um gole da bebida ou uma mordida no sanduíche, se ajeitar ao espelho, fazer um carinho no animal ou programar o GPS ao volante de um carro em movimento. Cerca de nove pessoas morrem todo dia por se distraírem ao volante e mais de 1.000 se machucam em colisões causadas por distração.¹

O mito da multi-tarefa

O cérebro humano não consegue realizar mais de uma tarefa de cada vez.

O cérebro atravessa um processo específico para lidar com as informações que ele recebe constantemente.²

das informações do ambiente onde se dirige um veículo são perdidas por um motorista que se ocupa de um telefone celular.³

Impacto econômico

■ **\$40 bilhões** —é quanto custam as fatalidades causadas por distração ao volante de um carro.¹¹

■ **\$4.2 bilhões** — é o prejuízo que a sociedade sofre devido a distrações ao volante.¹²



As notas de rodapé se encontram em www.theiacp.org/DDtoolkit/footnotes



Números que você deve conhecer

■ **2x**—Digitar uma mensagem no teclado do telefone ou mesmo para chamar um número duplica a incidência de colisões dentre motoristas experientes.⁴

■ **8x**—Digitar no teclado do telefone, por qualquer razão que seja, aumenta em muito a incidência de colisões dentre motoristas inexperientes.⁵

■ **36%**—das colisões poderiam ser evitadas se o motorista não tivesse se distraído.⁶

■ **9%**—dos motoristas usam o celular em algum momento enquanto dirigem.⁷

■ **40%**—dos motoristas “quase bateram” porque se deixaram distrair.⁸

■ **40 metros**—é a distância que um precisa percorrer até parar quando trafega a 60 km/h. Uma demora de frações de segundo aumenta essa distância em mais alguns metros.⁹

■ **32**—municípios (condados) nos EUA aprovaram leis durante o ano de 2019 proibindo o uso do telefone celular ao volante, e em Portugal ninguém mais pode usar aparelho portátil algum enquanto está dirigindo um veículo.¹⁰

Distração ao volante

Perigo para o policial



Em média, bastam **cinco segundos para enviar ou ler uma mensagem de texto**. Trafegando de carro a 80 km/h com os olhos grudados no telefone, você percorre toda a extensão de um campo de futebol.¹

O tempo de reação a uma ameaça que surge é cerca de **3/4 do segundo**, e são necessários mais **3/4 de segundo para que você tire o pé do acelerador e pise no freio**. A 80 km/h, você precisa de **1,5 segundo para reagir (até que o seu carro comece a diminuir de velocidade)** e mais **4,5 segundos para que o carro pare totalmente**. À medida que a velocidade vai duplicando, o tempo até a parada total vai quadruplicando.⁴

Entre 2016 e 2018, **34 policiais morreram em batidas envolvendo apenas um veículo**.²

** Incluem-se nesses números veículos que saíram da pista e colidiram com algum objeto, e também mortes em consequência das lesões*

As pessoas permanecem **distraídas durante 27 segundos** depois de enviarem uma mensagem de voz.⁵

O cérebro não consegue processar duas coisas ao mesmo tempo. Quando você está ao volante, o seu cérebro fica indo e vindo entre a atenção e a distração, diminuindo o tempo de reação.³

As notas de rodapé se encontram em www.theiacp.org/DDtoolkit/footnotes

