

ROBERTO A. BENTES DE SÁ



Motocicletas no Trânsito e os Desafios de Segurança

PÁGINA 3

JOSÉ ROBERTO DE S. DIAS



Além dos Céus, Um Novo Natal

Página 5

DIRCEU RODRIGUES A. JÚNIOR



Fúria no trânsito

PÁGINA 7

Brasil Inspira e Lidera o Pacto Global pela Segurança Viária

PÁGINA 15

# O Monatran

JORNAL DO MONATRAN MOVIMENTO NACIONAL DE EDUCAÇÃO NO TRÂNSITO - FLORIANÓPOLIS/SC - DEZEMBRO DE 2024 - ANO 16 - Nº 178

## EDUCAÇÃO NO TRÂNSITO NÃO PODE TER FÉRIAS



*As festas de fim de ano e a temporada de férias são sinônimo de mais veículos nas estradas e mais registros de acidentes, uma crônica que se repete ano a ano. É quando a impaciência pode ser fatal. E, principalmente, é um período no qual muitos condutores parecem ter esquecido a educação no trânsito em casa. Portanto, todo cuidado ao dirigir nas estradas. (Página 9)*

Hermanos infratores não sairão impunes de Santa Catarina

PÁGINA 8

Impacto do trânsito na saúde mental

PÁGINA 16

Colapso da ponte JK, entre Tocantins e Maranhão, deixa 11 mortos e 6 desaparecidos

PÁGINA 4

**KOERICH**  
Gente Boa. Gente Nossa.

**USE O CINTO DE SEGURANÇA.**



CIRCULAÇÃO EXCLUSIVA DE BICICLETAS



PROIBIDO ESTACIONAR



PROIBIDO TRÂNSITO DE PEDESTRES

## EDITORIAL

## Tragédia Evitável?

**N**os últimos dias de dezembro, o Brasil foi abalado por uma tragédia na BR-116, em Teófilo Otoni, Minas Gerais, que resultou na morte de 41 pessoas. Este foi o acidente mais grave em uma rodovia federal desde 2007 e expôs de forma dolorosa as falhas sistêmicas e a negligência no sistema de segurança viária do país. A colisão, envolvendo uma carreta, um ônibus e um carro, ocorreu em um trecho sinuoso da rodovia, notoriamente perigoso. A investigação preliminar apontou que a causa do acidente foi a queda de uma pedra de granito, que provavelmente se soltou devido ao excesso de peso da carga da carreta.

O que torna essa tragédia ainda mais impactante são as circunstâncias que a antecederam. O motorista da carreta, que fugiu do local do acidente, estava com a carteira de habilitação apreendida há dois anos após se recusar a fazer o teste do bafômetro em uma blitz da Lei Seca. Além disso, a carreta transitava com excesso de peso, uma infração grave que não deveria ser tolerada. Esses elementos revelam não só a negligência do motorista, mas também a falha do sistema de fiscalização, que falhou em impedir que esse motorista circulasse com um veículo em

condições tão arriscadas. A tragédia, portanto, seria *evitável*.

Com uma fiscalização mais rigorosa, a aplicação efetiva das leis de trânsito e políticas públicas mais robustas de segurança viária, as 41 vidas perdidas poderiam ter sido salvas. O que falta não é tecnologia ou conhecimento sobre o que precisa ser feito, mas a vontade política e a implementação de ações eficazes.

Uma das medidas mais urgentes é a implementação do conceito de “rodovias que perdoam”. Rodovias que minimizam as consequências de erros humanos – com barreiras de proteção adequadas, áreas de escape e sinalização mais eficiente – são essenciais para reduzir o número de fatalidades. A infraestrutura das nossas estradas ainda carece desses recursos, o que torna os acidentes mais graves e as mortes mais frequentes.

Além disso, a presença de radares é uma ferramenta fundamental na prevenção de acidentes, especialmente para controlar o excesso de velocidade – uma das principais causas de mortes no trânsito.

Outro fator que contribui para a insegurança nas rodovias brasileiras é a sobrecarga de veículos pesados, como bitrens e tritrens. O Brasil depende

do transporte rodoviário para o escoamento de bens e mercadorias, mas a infraestrutura viária do país não é capaz de suportar o aumento do tráfego desses veículos pesados.

O tratamento dos motoristas profissionais de forma equivalente aos motoristas comuns também é uma falha grave. Eles devem ser submetidos a critérios mais rígidos, como os protocolos utilizados em países europeus, que focam na segurança nas estradas, na saúde dos motoristas e na integridade das mercadorias.

Além disso, é urgente que sejam estabelecidas limitações para o tráfego de veículos bitrem em rodovias não duplicadas, especialmente durante feriados, quando o tráfego de veículos de passeio tende a aumentar.

Não podemos mais tratar a segurança no trânsito como algo secundário. Cada vida perdida no trânsito é uma tragédia irreparável, uma família destruída e uma falha coletiva no cumprimento da responsabilidade pública.

Em 2025, a conscientização sobre segurança viária precisa ser central nas discussões sobre políticas públicas. É preciso um compromisso coletivo pela vida, pela redução de acidentes e pela construção de um trânsito mais humano e seguro.

## NOTAS E FLAGRANTES

### VIRALIZOU

Voltou aos destaques das principais redes sociais do país um vídeo que mostra um caminhão “empurrando” um carro de ré, que tentava furar fila em um congestionamento. A cena divide opiniões com relação ao perigo da atitude, mas, ao mesmo tempo, “lava a alma” de todos aqueles que já foram vítimas de motoristas espertinhos, que se acham mais importantes que os demais, além de evidenciar a falta de infraestrutura das estradas brasileiras.



Por Ellen Bruehmueller  
contato@monatran.org.br



### ÁLCOOL X DIREÇÃO

Dirigir sob o efeito de álcool é crime e pode causar até prisão. No entanto, cerca de 5,4% dos brasileiros relataram dirigir após beber. Segundo o novo relatório do Centro de Informações sobre Saúde e Álcool (Cisa), baseado em dados do Ministério da Saúde, mais de 10 mil brasileiros morrem por ano em acidentes de trânsito envolvendo álcool e direção. O perfil das vítimas de acidentes envolvendo consumo de álcool é majoritariamente masculino. Isso porque 85% das hospitalizações envolvem homens, enquanto 89% das mortes são de pessoas do sexo masculino. Em relação à faixa etária, a população entre 18 e 34 anos de idade é a mais afetada.

## O Monatran

Jornal do Movimento Nacional  
de Educação no Trânsito

Sede Nacional:  
Av. Hercílio Luz, 639 Conj. 911  
Centro - Florianópolis  
Santa Catarina – CEP 88020-000  
Fones: (48) 99981-1015  
E-mail: [jornal@monatran.org.br](mailto:jornal@monatran.org.br)  
Site: [www.monatran.org.br](http://www.monatran.org.br)

#### DIRETORIA EXECUTIVA:

##### Presidente:

Roberto Alvarez Bentes de Sá

##### Diretores:

Alaor Francisco Tissot  
Sergio Carlos Boabaid  
Jorge Castro Reis Filho  
Francisco José Mattos Mibielli

##### Presidente do Conselho Deliberativo

Derly Massaud de Anunciação

##### Presidente do Conselho Fiscal

Pedro Moreira Filho

#### Jornalista Responsável e diagramador:

Rogério Junkes

Registro Profissional nº 775 - DRT

##### Redatora:

Ellen Bruehmueller

Registro Profissional nº 139/MS - DRT

Distribuição: Gratuita

Os artigos e matérias publicados neste jornal são de exclusiva responsabilidade dos autores que os assinam, não refletindo necessariamente o pensamento da direção do MONATRAN ou do editor.



## Motocicletas no Trânsito e os Desafios de Segurança

**N**os últimos anos, o uso de motocicletas, especialmente por profissionais autônomos como motoboys, tem se tornado uma realidade cada vez mais comum em várias cidades do Brasil. Este fenômeno, que é um reflexo da crescente demanda por serviços rápidos e convenientes, é particularmente visível em grandes centros urbanos como São Paulo.

Em uma viagem recente à cidade, pude observar in loco a onipresença dos entregadores, que circulam por quase todas as esquinas e avenidas, realizando entregas para atender ao consumo imediato da população. Embora o uso de motocicletas para esse fim não seja exclusivo do Brasil, ele é um fenômeno muito mais comum em países com menor renda, como o nosso, onde a flexibilidade do trabalho autônomo e o baixo custo de aquisição de uma moto são fatores decisivos para a escolha desse meio de transporte.

Contudo, a alta concentração de motocicletas nas ruas não resulta, em sua maioria, em uma regulação eficaz que contemple as necessidades de segurança dos motociclistas. A fiscalização e a regulação do trânsito nas cidades brasileiras, especialmente nas mais populosas, concentram-se majoritariamente em aspectos básicos de segurança, muitas vezes ignorando questões estruturais e de maior complexidade.

As políticas públicas de trânsito no Brasil, em grande parte, ainda estão centradas no controle e na fiscalização, sem oferecer soluções mais amplas e profundas para os problemas enfrentados pelos motociclistas.

Essa falta de uma abordagem integral acaba refletindo em números alarmantes de acidentes, como o caso de São Paulo, onde, no primeiro trimestre de 2024, a cidade registrou um número recorde de mortes de motociclistas (108), o maior desde o início da série histórica, em 2015.

Apesar dos desafios, algumas medidas adotadas pelas autoridades têm mostrado algum impacto positivo nas estatísticas de segurança. Um exemplo disso são as faixas exclusivas para

motos e as faixas de preferência nos faróis, que têm contribuído para uma redução nos acidentes em algumas áreas. No entanto, esses avanços são insuficientes diante da magnitude do problema.

Indubitavelmente, é essencial que o Brasil invista em tecnologia tanto no campo dos EPIs quanto no gerenciamento do tráfego. No âmbito dos EPIs, por exemplo, a legislação brasileira atualmente exige apenas o uso de capacete, sendo que não há discussões relevantes sobre a ampliação da regulação para incluir equipamentos de proteção mais avançados, como jaquetas com proteções específicas, luvas e botas apropriadas para minimizar os danos em casos de quedas. O recente processo de reforma do Código de Trânsito Brasileiro (CTB) também não trouxe mudanças significativas para os motociclistas, o que evidencia a falta de uma estratégia consistente e proativa para lidar com o aumento do número de motos nas ruas e os problemas de segurança decorrentes desse crescimento.

Além dos aspectos de segurança, é importante destacar os impactos sociais e econômicos do uso de motocicletas no Brasil. É importante lembrar que o uso indiscriminado das motos também contribui para a poluição do ar e aumenta o congestionamento nas áreas urbanas. Muitos motoboys trabalham em condições precárias, sem garantias trabalhistas, o que coloca sua saúde e segurança em risco.

É urgente que o Brasil adote uma abordagem mais eficaz e integrada para lidar com o crescente número de motocicletas no trânsito. Somente com um esforço conjunto entre governos, empresas e sociedade será possível transformar a realidade dos motociclistas no Brasil, minimizando os riscos e maximizando a segurança no trânsito. A ampliação das políticas públicas e a adoção de medidas inovadoras são passos fundamentais para garantir que o uso de motocicletas como meio de transporte e trabalho não resulte em mais vítimas, mas sim em um ambiente mais seguro e eficiente para todos.

### MAIS CARO

Os preços dos combustíveis registraram aumentos significativos em 2024, com destaque para a gasolina e etanol. Em novembro de 2024, o preço médio da gasolina comum foi de R\$ 6,194, representando uma alta de 8,3% no acumulado do ano e 7,6% em comparação com o mesmo período de 2023. O etanol também apresentou um aumento considerável de 15,1%, no balanço parcial de 2024, e de 13,1%, em 12 meses, encerrando novembro ao preço médio de R\$ 4,124 por litro.

### 60 +

A Comissão de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa da Câmara dos Deputados aprovou, neste mês de dezembro, projeto de lei que torna gratuita a renovação da Carteira Nacional de Habilitação (CNH) para as pessoas com mais de 60 anos. Atualmente, existem taxas que variam conforme a localidade e a categoria da carteira de motorista. Para virar lei, terá de ser aprovado pela Câmara e pelo Senado.

## Operação Rodovia terá como tema o respeito aos limites de velocidade

O Ministério dos Transportes lançou no dia 16 de dezembro a Operação Rodovia 2024/2025, com ações para a segurança viária durante os feriados de fim de ano, férias escolares e Carnaval. A campanha segue até 9 de março de 2025. Nesta edição da Operação Rodovia, o respeito aos limites de velocidade no trânsito é a mensagem principal do programa, que integra o Plano Nacional de Redução de Mortes e Lesões no Trânsito.

Na cerimônia de lançamento da operação, o Secretário Nacional de Trânsito, Adrualdo Catão, falou do papel dos gestores públicos nas ações de prevenção aos acidentes nas estradas do país. “Mencionar a velocidade, como fator de risco é importante. Porque a velocidade, por si só, se a gente atacar só esse fator, pode ter certeza que a gente diminui os sinistros, e o sinistro fatal, drasticamente. A responsabilidade é do motorista também, claro, mas não só dele. A responsabilidade é de quem opera a vida, quem faz a fiscalização, quem decidiu que ali não devia faixa de pedestre, mas deveria ter, é de quem não mediu corretamente qual é o padrão do uso daquela via”.

O diretor-geral da Polícia Rodoviária Federal, Antônio Fernando Oliveira, defendeu esforços para promover a educação no trânsito. E, assim, aumentar a conscientização dos motoristas. “Todas as agências dedicadas ao trânsito fazem isso com afinco e, às vezes, os números parecem não retratar. A gente faz uma fiscaliza-



ção e a pessoa atende durante a fiscalização. E, nos lugares onde não há fiscalização, terminam por exceder os limites legais e os cuidados necessários do trânsito. Por que que isso ocorre? Talvez por uma formação cultural e formação cultural demora de ser reconstruída, ressignificada e a gente precisa muito desse trabalho”.

Além do respeito aos limites de velocidade, ao longo da mobilização estão previstas ações voltadas também ao enfrentamento à embriaguez ao volante. Além disso, de proteção dos motociclistas. A fiscalização integrada prevista no Programa Rodovia une o trabalho dos

órgãos públicos de trânsito federais, estaduais e municipais.

Respeitar o limite de velocidade das vias ainda é um grande desafio para os condutores brasileiros. As infrações relacionadas ao excesso de velocidade lideram o ranking das mais cometidas nas vias do País. O Relatório da Situação Global da OMS sobre segurança no trânsito de 2018 destacou que uma das formas de reduzir acidentes causados por excesso de velocidade é o controle por fiscalização eletrônica, além da diminuição dos limites de velocidade nas cidades. (As informações são da Agência Brasil)

## Colapso da ponte JK, entre Tocantins e Maranhão, deixa 11 mortos e 6 desaparecidos

Os últimos dias de 2024 são de buscas na divisa entre Tocantins e Maranhão, onde uma ponte colapsou. Seis pessoas continuam desaparecidas no rio Tocantins, e 11 morreram após a queda da estrutura, no último dia 22 de dezembro.

Negligência? Omissão? O que fez a ponte ruir? As buscas por vítimas devem virar o ano e as investigações realizadas pelo Departamento Nacional de Infraestrutura de Transportes (DNIT) e pela Polícia Federal (PF) buscam por respostas.

As cenas da queda da ponte federal de uma BR de tamanha importância espantam, mas não surpreendem quem mora na região. A estrutura que colapsou fica entre as cidades de Aguiarnópolis, no Tocantins, e Estreito, no Maranhão.

A ponte JK foi construída em 1960, mas de lá pra cá muita coisa mudou. “O peso do tráfego sobre a ponte foi aumentando. Ela era projetada para 45 toneladas. E hoje tem carreta que trafega por essas pontes com 72 toneladas, 80 toneladas”, afirma o engenheiro civil Roberto Racanicchi, do Crea-SP.

O governo federal já sabia que a ponte

Juscelino Kubitschek tinha problemas - pelo menos desde de janeiro de 2020. Há quase cinco anos, o DNIT produziu um documento que já indicava danos e irregularidades e danos. O relatório indicava que havia fissuras em todas as colunas; cabos de aço - que sustentavam os vãos - estavam expostos, enferrujados; e havia também rachaduras.

Em maio de 2024, o DNIT abriu licita-

ção para reparos. Mas o edital foi um fracasso. A empresa que venceu a concorrência não estava habilitada para o tipo de obra.

Em outubro, o Google Maps passou pela ponte e registrou um pavimento com rachaduras.

Dia do colapso

Um morador filmou o momento exato do colapso. Ao congelar a imagem, é possível ver os veículos despencando. O

trecho que caiu tinha 120 metros de extensão.

Naquele momento, havia dez veículos no trecho que caiu. Havia, quatro caminhões, três carros e três motocicletas. Pelo menos 18 pessoas viajavam por ali.

Buscas

Nos primeiros dias, mergulhadores dos Bombeiros do Maranhão, do Tocantins e do Pará, e da Marinha fizeram buscas até 30 metros de profundidade. Cerca de uma semana depois, a Marinha levou as buscas até 60 metros, com uma técnica de mergulho profundo.

Nas margens do rio Tocantins, os parentes aguardam por notícias.

O DNIT, que é responsável pela ponte, instaurou um inquérito administrativo pra investigar o que aconteceu, embora a resposta seja evidente: negligência e omissão por parte do órgão que deveria monitorar as mais de 6200 pontes pelo Brasil e tomar as medidas cabíveis em cada situação. “O que dá para dizer é que uma ponte não cai de um dia pro outro”, diz o diretor do Instituto Nacional de Criminalística, Carlos Eduardo Palhares Machado.





JOSÉ ROBERTO DIAS\*

## Além dos Céus, Um Novo Natal

**R**eceba este convite para, ainda que brevemente, esquecer o cotidiano: as ruas congestionadas, o trânsito caótico, o abandono da cidadania, os riscos à liberdade de expressão e o descumprimento da Constituição por aqueles que têm o dever de preservá-la.

Contemple os céus e observe, com os próprios olhos, as transformações que se desdobram.

Vivencia-se o limiar de uma transformação que transcende as antigas concepções de realidade. Os tempos do materialismo histórico, com sua visão limitada e linear, já não explicam a complexidade do momento presente.

Agora, no entanto, inicia-se uma nova era, na qual essas antigas certezas estão sendo desconstruídas. O multiverso que se revela transcende a ciência e se torna uma metáfora da multiplicidade de sentidos e caminhos abertos à humanidade.

Nesse novo paradigma, o verdadeiro espírito do Natal ressurge com força renovada, iluminando aquilo que é eterno, puro e imutável em meio à vastidão das possibilidades. Mais do que uma celebração de tradições, o Natal se reafirma como um lembrete de que há algo maior que nos une: uma verdade simples e profunda – o amor que renova, a fé que guia e a esperança que transcende tempo e espaço.

As mudanças que se anunciam exigem mais do que adaptação; demandam uma verdadeira conversão. Não se pode mais sustentar antigas crenças no progresso linear ou na supremacia do material. É preciso abraçar uma visão mais ampla, na qual o espírito humano, inspirado pelo significado do Natal, se torna a ponte para novas formas de existência.

Cristo, nascendo humildemente em um estábulo, ensina que o poder não reside no que se acumula, mas no que se compartilha; que a verdadeira riqueza não está no que se possui, mas naquilo que se é capaz de oferecer.

Ao adentrar essa nova era, marcada pela superação das fronteiras do universo tal como era conhecido, cada indivíduo é convidado a redescobrir a essência do ser. O multiverso que se desvela não é apenas externo; está também dentro de cada um, na capacidade de imaginar, criar e amar. O Natal nos recorda que há uma luz que ilumina todas as dimensões – visíveis e invisíveis – e que essa luz é a verdadeira fonte de significado, conectando o terreno ao eterno.

Que neste Natal, seja possível reconhecer o fim de uma era e o início de algo infinitamente maior. Que o nascimento de Cristo continue a ser o símbolo de que, mesmo diante de um multiverso de possibilidades, o essencial permanece inalterado: o amor, a fé e a esperança. É tempo de romper as correntes do materialismo e avançar com coragem rumo a este novo horizonte.

Contemple os céus – os tempos são outros...



*Esta imagem, produzida pelo Autor do Artigo com ferramentas de AI, representa a cena cósmica e espiritual do Natal, com um céu iluminado e um estábulo humilde, simbolizando o nascimento de Cristo. Ela transmite a sensação de transformação e a abertura para um novo horizonte de possibilidades.*

O mundo conhecido está sendo superado, abrindo-se um novo horizonte diante de todos, onde o universo, com suas leis tangíveis e previsíveis, é apenas uma fração de algo muito maior: um multiverso repleto de possibilidades, significados e dimensões que desafiam a compreensão.

Victor Sales Pinheiro, em seu Especial de Natal 2024 do Brasil Paralelo, aponta para os limites de uma civilização que ignorou o transcendente em favor do imediato. O materialismo, com sua obsessão pelo palpável e pelo consumo, reduziu a existência humana ao que se pode acumular, medir e controlar.

\* **Jornalista, Mtb 0083569 / SP/BR**, Doutor em Ciências Humanas e Mestre em História Econômica pela USP, foi Prof. Adj. Dr. da UFSC, criou e coordenou o Programa PARE do Ministério dos Transportes, ex-Diretor do Departamento Nacional de Trânsito – DENATRAN, ex-Secretário-Executivo do GERAT da Casa Civil da Presidência da República, ex-Conselheiro do Movimento Nacional de Educação no Trânsito - MONATRAN, Doutor Honoris Causa pela Faculdade de Ciências Sociais de Florianópolis – Cesusc, Two Flags Post – Publisher & Editor-in-Chief.

# DETRANs discutem soluções e desafios para o trânsito no Brasil

O Encontro Nacional dos DETRANs, realizado nos dias 9 e 10 de dezembro em Brasília, foi um marco para o setor de trânsito brasileiro, reunindo gestores, especialistas e representantes de diversos órgãos para debater questões cruciais para a segurança viária e a modernização dos processos de trânsito no país. Promovido pela Associação Nacional dos DETRANs (AND), o evento contou com uma agenda intensa de palestras, mesas redondas e fóruns temáticos que abordaram desde inovações tecnológicas até a redução de acidentes no trânsito.

A cerimônia de abertura do evento teve a presença do secretário Nacional de Trânsito, Adualdo Catão, que destacou a importância do encontro como um espaço de integração e troca de boas práticas para a melhoria da gestão do trânsito no Brasil.

Em seu discurso, o presidente da AND, Givaldo Vieira, destacou a importância de eventos como este para consolidar as políticas públicas de segurança viária e disseminar boas práticas entre os diversos DETRANs do Brasil.

## Principais Temas Debatidos

O Fórum de Comunicação foi um dos destaques do evento, reunindo assessores de imprensa dos DETRANs que compartilharam experiências sobre como as campanhas de mídia têm sido essenciais para promover a educação no trânsito. Cases de sucesso



mostraram como a comunicação pode sensibilizar a população e contribuir para a redução de sinistros, principalmente com ações de conscientização que envolvem a mídia local.

Outro ponto de destaque foi a recuperação extrajudicial de veículos, uma prática inovadora que ganhou atenção dos participantes. Apresentada pela DETRAN/MS, que se tornou pioneira no tema, a medida promete otimizar processos administrativos e reduzir a burocracia, oferecendo uma alternativa mais ágil e menos onerosa aos tradicionais processos judiciais.

O evento também trouxe à tona a preocupação com o alto número de acidentes envolvendo motociclistas,

que seguem sendo as maiores vítimas do trânsito no Brasil. A Dra. Letícia Cardoso, diretora do Departamento de Análise Epidemiológica e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis do Ministério da Saúde, apresentou dados alarmantes sobre a mortalidade desses condutores e defendeu ações integradas para reduzir esses números. Ela destacou a necessidade urgente de regulamentação para trabalhadores por aplicativos, muitos deles motociclistas, uma demanda que precisa ser atendida para garantir a segurança dessas categorias.

## Tecnologia e Inovação no Trânsito

O segundo dia do evento também foi marcado por discussões sobre

tecnologia e inovação no setor de trânsito. O DETRAN/BA apresentou ferramentas de inteligência artificial que estão sendo utilizadas para agilizar processos e reduzir a carga de trabalho das unidades, visando uma gestão mais eficiente e transparente. Já o DETRAN/PR compartilhou os avanços do estado na transformação digital, com projetos que buscam eliminar o uso de papel e implementar soluções mais sustentáveis e práticas para a população.

Outro tema importante foi o Registro Nacional de Veículos em Estoque (Renave), abordado em uma mesa de debates que discutiu as melhorias e a implementação do sistema, que promete modernizar a gestão de veículos e facilitar a movimentação de automóveis entre os estados.

O evento foi encerrado com uma palestra magna do renomado navegador e escritor Amir Klink, que compartilhou sua experiência sobre liderança, motivação e comunicação. Klink destacou a importância de resiliência e estratégia para enfrentar os desafios diários, lembrando aos presentes que, “depois da saúde, o nosso bem mais valioso é o tempo”.

## Agenda

Ao final do encontro, foi anunciada a próxima edição do Encontro Nacional dos DETRANs, que ocorrerá entre os dias 10 e 13 de março de 2025, em Manaus.

## Seminário Internacional reforça união de esforços para a segurança no trânsito

A Senatran (Secretaria Nacional de Trânsito) promoveu, na sede do DNIT (Departamento Nacional de Infraestrutura de Transportes), a terceira edição do Seminário Internacional de Segurança no Trânsito. Com o lema “Paz no trânsito começa por você”, o evento foi realizado de 2 a 4 de dezembro. Ele contou com painéis conduzidos por autoridades, acadêmicos e especialistas nacionais e internacionais de diferentes áreas.

O Sistema Transporte é um dos apoiadores da iniciativa. Vinicius Ladeira, diretor executivo nacional interino do SEST SENAT, participou da solenidade de abertura, representando o presidente do Sistema Transporte, Vander Costa. Representantes de diversos órgãos do Sistema Nacional de Trânsito também estiveram presentes, com foco na meta comum de reduzir os sinistros nas es-

tradas.

Durante a cerimônia de abertura, Vinicius Ladeira destacou o compromisso do Sistema Transporte em promover um trânsito mais seguro, ressaltando a realização de centenas de campanhas educativas. “Precisamos necessariamente unir esforços para encaminhar soluções efetivas. Mesmo sendo um tema complexo que não tem solução única, a educação é um caminho necessário para que possamos avançar na redução das mortes no trânsito”, afirmou.

**Conscientização** – No Seminário, Adualdo Catão, secretário nacional de Trânsito, trouxe a necessidade de se adotar uma nova perspectiva para promover a conscientização pela segurança no trânsito. “Esse Seminário e as campanhas do próximo ano devem focar cada vez mais nos fatores de riscos.



Devemos pensar não só na educação do condutor e do pedestre, mas também na do gestor de trânsito. O sistema tem que ser seguro”, pontuou.

A diretora do Departamento de Segurança no Trânsito da Senatran, Maria Alice Nascimento Souza, destacou o papel estratégico do Pnatrans (Plano Nacional de Redução de Mortes e Lesões

no Trânsito). O programa, que busca reduzir pela metade as mortes no trânsito até 2030, pode salvar cerca de 86 mil vidas. Também marcaram presença no seminário representantes do Ministério da Saúde, da PRF (Polícia Rodoviária Federal), da Câmara dos Deputados, do DNIT, de Detrans, entre outras autoridades e especialistas.



DIRCEU RODRIGUES ALVES JÚNIOR\*

## Fúria no trânsito

**Q**uais seriam os agentes causais capazes de fazer um indivíduo agredir ou matar no trânsito porque foi fechado ou teve um arranhão na lataria do seu veículo?

É assustador o que se vê no trânsito hoje em dia.

É a máquina sobre rodas virando escudo e arma ao mesmo tempo. Falta educação, gentileza, cordialidade e cidadania. Mas existem alguns comportamentos que assustam, intimidam e geram insegurança a todos nós.

A serotonina é um importante neurotransmissor responsável pelo nosso bom humor. Baixo nível pode nos levar a alterações de comportamento dependendo de fatores psicológicos, psiquiátricos e de fatores pessoais.



Vamos chamar de psicopatas ou sociopatas o Transtorno de Personalidade Antissocial. Nessa condição nosso motorista vê as pessoas como objeto. Ele é consciente, sabe o que está fazendo, nunca identifica seu erro. Isso não tem cura, é um processo crônico, evolutivo. Ele é capaz de atropelar um pedestre, dar uma fechada num outro veículo causando danos pessoal e material e nem se importar com isso. Nunca sente remorso dos erros e absurdos cometidos. É avesso a vida associativa.

O raciocínio, razão, emoção são nulos.

Os loucos são tratáveis. São inconscientes, não têm razão e são afogados por excesso de emoções.

Existem ainda os distúrbios comportamentais ou comportamento antissocial gerado pelo uso

do álcool e drogas de maneira isolada ou crônica.

Álcool e drogas atuam no cérebro alterando funções cognitivas (atenção, concentração, raciocínio, vigília), função motora (reflexos, movimentos coordenados) e sensorial perceptiva (tato, audição, visão).

Tanto um como outro agem depressivamente o sistema nervoso central. Provocam distúrbios comportamentais, geram fatos policiais e impregnam o nosso trânsito.

Temos ainda, indivíduos portadores do Transtorno Explosivo Intermitente (TEI). São aqueles chamados de “Pavio Curto”. Trata-se de um quadro psiquiátrico em que o indivíduo perde “a estribeira”, perde a tranquilidade e parte para o ataque. Faz escândalo, berra, grita, xinga, faz ameaças, é capaz de destruir objetos, bater no veículo que supostamente lhe incomoda sendo capaz de saltar e agredir fisicamente ou através do que tiver nas mãos. Torna-se extremamente perigoso porque não tem limites. Naquele momento se acha pleno de razão. São esses que intimidam as pessoas no trânsito.

O quadro aparece de maneira súbita, inesperadamente diante do que julga ter sido agredido, ultrajado, explode com esse distúrbio tornando-se extremamente perigoso diante do que julga ser o seu algoz.

Interessante que após o fato demonstra vergonha, arrepende-se e julga-se culpado.

Esse é o inimigo que mais vemos presente no dia a dia do nosso trânsito, que gera violência, agressões e desencadeia a “Fúria no Trânsito”.

É o elemento que sempre está na defensiva e repentinamente, quase sempre sem motivo mais justo, parte para o ataque enfurecido, da fechada, joga o farol alto, cola na traseira, tornando-se um invasor da tranquilidade e do espaço alheio.

Fatores biológicos, psíquicos, sociais e ambientais são os desencadeantes desse transtorno.

Há necessidade de se buscar auxílio psicológico e psiquiátrico por conta própria e muitas vezes por orientação da família que teme os momentos mais agudos das crises. Não podemos e não devemos deixar tais quadros evoluírem e levarem os portadores a conflitos no trânsito que podem chegar à prisão ou morte.

\* Membro das Comissões de Medicina do Tráfego Ocupacional e de Comunicação da Abramet (Associação Brasileira de Medicina do Tráfego), Conselheiro do Instituto P.A.R.A.R. - (Plataforma de Educação de Gestão de Frotas) e membro efetivo do Conselho Deliberativo do MONATRAN - Movimento Nacional de Educação no Trânsito.

# Detran/SC lança cartilha em espanhol para orientar turistas estrangeiros

O Departamento Estadual de Trânsito de Santa Catarina (Detran/SC) lançou uma cartilha em espanhol destinada a orientar condutores estrangeiros sobre as normas de trânsito no estado. O material se destina principalmente a turistas argentinos, paraguaios e uruguaios, que compõem a maior parcela de visitantes estrangeiros no estado.

O presidente do Detran/SC, Kennedy Nunes, destacou o compromisso do estado com a segurança viária e o cumprimento das leis de trânsito. “O governador Jorginho Mello nos pediu um trabalho intenso na educação, e essa cartilha reforça nossa mensagem: nossas ruas não são terra sem lei, aqui é preciso respeitar as regras”, afirmou.

A cartilha apresenta informações sobre limites de velocidade, uso adequado de vagas exclusivas para idosos e pessoas com deficiên-



cia, transporte seguro de crianças e procedimentos para pagamento de multas. Também oferece um QR Code que possibilita aos condutores a consulta de débitos vinculados à placa do veículo.

## Multas de trânsito

A Polícia Rodoviária Federal e a Polícia Militar de Santa Catarina realizarão a cobrança de multas, sendo a quitação necessária para

que turistas estrangeiros possam deixar o território brasileiro sem pendências. Em Santa Catarina, as infrações cometidas por estrangeiros somam quase R\$ 13 milhões, com aproximadamente R\$ 2 milhões registrados em 2023. A cartilha contou com o apoio do Consulado da Argentina na confecção, bem como da Associação Brasileira da Indústria de Hotéis

– Santa Catarina – ABIH-SC, que distribuirá as informações na rede hoteleira catarinense.

## Cartilha da PRF

No ano passado, a Polícia Rodoviária Federal (PRF) também lançou uma cartilha de trânsito Bilíngue para Condutores estrangeiros do Mercosul e países associados. O material trouxe – nos idiomas português e espanhol – informações sobre a legislação de trânsito. Além disso, sinalizações das vias e números de emergência de instituições brasileiras que atuam nas rodovias.

Conforme a PRF, dezembro é um dos períodos de maior movimento de turistas estrangeiros. O aumento de veículos de outros países nas rodovias federais da região Sul do país resultou, entre 2017 e 2023, em aproximadamente 70 mil infrações de trânsito e pelo menos 520 acidentes, com 98 feridos graves e 26 mortes. (Com informações da Agência de Notícias SECOM)

## Hermanos infratores não sairão impunes de SC

Os turistas estrangeiros que cometerem infrações de trânsito em Santa Catarina não ficarão impunes. Um convênio firmado entre o Detran e a Polícia Rodoviária Federal (PRF) irá exigir o pagamento das infrações de trânsito cometidas em território catarinense, sob pena do veículo ficar retido no país antes da volta para casa.

O pagamento poderá ser feito em pix, crédito ou débito e será utilizado o sistema de identificação de placas, com cruzamento de dados para abordar os veículos.

Em Santa Catarina, as infrações cometidas por estrangeiros somam quase R\$ 13 milhões, com aproximadamente R\$ 2 milhões registrados em 2023.

No ano passado, das 8.437 infrações de trânsito cometidas por veículos estrangeiros em Santa Catarina, os **carros** emplacados na Argentina foram responsáveis por 7.213 delas. A quantidade é o dobro do registrado em 2022, quando os ‘gringos’ retornaram para casa com 4.295 infrações na bagagem. Os dados são do Detran-SC (Departamento Estadual de Trânsito de Santa Catarina).

Levando em consideração os últimos cinco anos, os dados de 2023 são semelhantes ao patamar pré-pandemia da covid-19. Em 2019 — ano da última



maior alta nas infrações por veículos estrangeiros — foram 8.947 multas lançadas.

Os números ainda mostram um padrão. O primeiro trimestre do ano, historicamente, tem a maior incidência nas infrações, já que nos meses de janeiro, fevereiro e março, Santa Catarina recebe mais turistas estrangeiros para a temporada de verão.

Outro ponto importante é que os números seguem a tendência de queda a partir de março e voltam a subir em dezembro, período das festividades de fim de ano e que também têm alta no número de turistas no estado.

Quanto à natureza das infrações, a maioria delas foi grave.

## Novidades

Neste ano de 2024, o Detran/SC lançou uma cartilha em espanhol destinada a orientar condutores estrangeiros sobre as normas de trânsito no estado. O material é destinado a turistas argentinos, paraguaios e uruguaios, que compõem a maior parcela de visitantes estrangeiros no estado. (Matéria completa acima)

Além disso, o telefone (48) 36641800 com a atendente virtual Catarina, está operando desde o dia 16 de dezembro com a opção em espanhol para facilitar serviços e informações sobre o Detran em Santa Catarina.



# Educação no trânsito não pode sair de férias

As festas de fim de ano e a temporada de férias são sinônimo de mais veículos nas estradas e mais registros de acidentes, uma crônica que se repete ano a ano. É quando a impaciência pode ser fatal. E, principalmente, é um período no qual muitos condutores parecem ter esquecido a educação no trânsito em casa.

Não que a realidade do resto do ano seja muito diferente. Quem está no trânsito diariamente, nos deslocamentos das cidades e mesmo nas rodovias, sabe que está faltando civilidade. E isso é um sintoma da falta de educação: não somente o desconhecimento ou descumprimento das regras basilares da condução de veículos, como o próprio comportamento ao volante. Ninguém parece querer ceder pelo outro.

Mas é importante a reflexão: nesta temporada de recesso e férias, são familiares e amigos que viajam juntos. Quem se disponibiliza a dirigir precisa se lembrar disso o tempo todo, das vidas que estão sob sua responsabilidade. Sem falar nos desconhecidos que também podem se vitimar



em um acidente provocado pela imprudência, pela negligência ou pela imperícia. Estar ao volante é estar plenamente consciente de tudo isso.

A educação no trânsito ainda é tratada como um acessório nas escolas. É um apêndice de disciplinas consideradas mais importantes, quando se trata de um conhecimento que vale para a vida toda. Mesmo para quem não dirige: pedestres e ciclistas também fa-

zem parte do trânsito e precisam conhecer seus direitos e deveres.

Um motorista educado sabe que não pode e nem deve ultrapassar os limites de velocidade, pois tem consciência de que essa decisão o coloca mais próximo de um acidente. Um motorista educado sabe que a faixa contínua nas estradas não é uma sugestão, mas um impedimento à ultrapassagem. Um motorista educado vai dar passagem a outro veículo

quando solicitado. Um motorista educado vai sinalizar ao fazer conversões. Um motorista educado é uma verdadeira máquina de evitar acidentes.

Esse motorista educado não é difícil de se encontrar, ele existe e circula incólume pelas ruas. Mas o estrago causado pelos mal-educados é tão grande que eles acabam ofuscados. E são esses que colocam vidas em perigo. (Fonte: A Gazeta)

## BR-282 É A ESTRADA DA MORTE NO INÍCIO DO VERÃO EM SC

A BR-282 é a “estrada da morte” no início do verão em Santa Catarina. Em cinco dias, nove pessoas morreram. Com mais de 600 quilômetros de extensão, a estrada que liga Litoral, Serra e Oeste vive a sua saturação.

A conta não fecha e o resultado é de mortes que se acumulam, sofri-

mentos familiares e perda de competitividade. Um estado com economia pujante, que aumenta sua população acima da média nacional — o mesmo ocorre com a frota de veículos — e uma demanda crescente com as exportações de proteína animal através do Agro do Oeste que precisa cruzar

o mapa até chegar aos portos.

Mesmo sabendo que a principal causa de mortes no trânsito é a imprudência (falha humana), nota-se que uma rodovia de pista simples potencializa a fatalidade dos acidentes. A explicação é que as ultrapassagens indevidas resultam nas colisões frontais, com consequências terríveis e que a maioria termina em morte.

Neste sentido, é urgente avançar no projeto de duplicação da rodovia.

### Previsão

O projeto de duplicação está dividido em dois grupos de lotes. O primeiro deles é o mais atrasado, e contempla os 210 km de Palhoça a Lages. São oito lotes neste trecho e a licitação já foi concluída para a elaboração dos projetos de engenharia, mas ainda falta a assinatura de contrato.

O segundo grupo de lotes (4) vai de Lages a São Miguel do Oeste e está mais avançado. Apenas o lote de Lages

a Campos Novos (102 Km) é o que aguarda a aprovação do contrato. Os demais já estão com ordem de serviço para elaboração do projeto de engenharia assinada. São eles: Campos Novos/Irani (110 Km), Irani/Chapécó (96 Km) e Chapécó/São Miguel Oeste (117 Km).

A expectativa é que os projetos levem até dois anos para a conclusão. Não há prazos para o início das obras.

Neste sentido, o cenário é assustador para Santa Catarina. São mais de 500 Km a serem duplicados. Não se pode imaginar em algo pronto em menos de 10 anos. Até lá, teremos um cenário de população que cresce e continua a crescer em Santa Catarina em uma economia pujante e uma frota de veículos que só aumenta.

O resultado disso é mais mortes e famílias dilaceradas. E a competitividade catarinense comprometida. (Fonte: Diário Catarinense)





## JUDICIÁRIO

## Repetitivo admite condenação em danos materiais e morais coletivos por excesso de peso nas rodovias

A Primeira Seção do Superior Tribunal de Justiça (STJ), sob o rito dos recursos repetitivos (Tema 1.104), estabeleceu a tese de que “o direito ao trânsito seguro, bem como os notórios e inequívocos danos materiais e morais coletivos decorrentes do tráfego reiterado, em rodovias, de veículo com excesso de peso, autorizam a imposição de tutela inibitória e a responsabilização civil do agente infrator”.

Com a definição da tese, podem voltar a tramitar os recursos especiais e agravos em recurso especial que estavam suspensos à espera do precedente qualificado. O entendimento deverá ser necessariamente seguido pelas demais instâncias do Judiciário.

O ministro Teodoro Silva Santos (foto), relator do tema repetitivo, ressaltou que, embora o Código de Trânsito Brasileiro (CTB) preveja a



aplicação de multas para o caso de excesso de peso em veículos, o Judiciário também pode adotar outras medidas para responsabilizar as transportadoras pela deterioração das rodovias.

O relator afirmou que, para preservar as rodovias e garantir a segurança no trânsito, o artigo 231, inciso

V, do CTB estabelece que o excesso de peso é infração de natureza média, sujeita a multa. No entanto, segundo ele, a punição administrativa não esgota necessariamente a resposta punitiva do Estado, sobretudo, quando há uma evidente desproporção entre a penalidade e o benefício obtido pelo infrator com

a reincidência no comportamento proibido.

“À luz dos princípios da inafastabilidade da jurisdição e da independência das instâncias punitivas, não se exclui da apreciação do Poder Judiciário a postura recalcitrante à legislação de trânsito”, disse.

O relator ponderou que, enquanto a multa administrativa sanciona ilícitos passados, a multa civil (astreintes) tem finalidade distinta: desestimular a conduta reiterada do infrator e garantir o cumprimento de obrigações determinadas judicialmente. Assim, para o ministro, não há configuração de *bis in idem* nas diversas respostas estatais direcionadas à mesma conduta contrária ao ordenamento jurídico.

O ministro também destacou que o excesso de peso nos veículos provoca uma deterioração prematura da

malha viária, fazendo com que a vida útil da via diminua em 30%, ou em até 70% nas rodovias de tráfego intenso. “Assim, um pavimento projetado para durar cerca de dez anos dura apenas sete e, nos casos mais extremos, resume-se a três anos”, acrescentou.

“É fato notório o nexo causal existente entre o transporte com excesso de peso e a deterioração da via pública decorrente de tal prática. A circulação de veículos com sobrepeso danifica a estrutura da malha viária, abreviando o seu tempo de vida útil e ocasionando o dispêndio de recursos públicos. Além dos graves danos materiais gerados ao patrimônio público, há ofensa *in re ipsa* a direitos coletivos e difusos, de caráter extrapatrimonial, como a ordem econômica, o meio ambiente equilibrado e a segurança dos usuários das rodovias”, concluiu.

## Sexta Turma confirma absolvição de motorista que levava CRLV falso, mas não chegou a apresentá-lo

Ainda que se trate de documento de porte obrigatório, não caracteriza o crime previsto no artigo 304 do Código Penal (CP) a conduta de quem dirige um carro na posse de Certificado de Registro e Licenciamento de Veículo (CRLV) falsificado, mas sem apresentá-lo aos agentes de trânsito – não se verificando, assim, a intenção de usar o documento falso.

A decisão é da Sexta Turma do Superior Tribunal de Justiça (STJ), que negou o pedido do Ministério Público de Goiás (MPGO) para condenar um motorista por levar o CRLV falso no porta-luvas.

Segundo o processo, o

motorista foi abordado por policiais, que acabaram apreendendo o veículo. Somente depois da apreensão, os agentes pegaram o CRLV, que estava no porta-luvas e não chegou a ser apresentado pelo motorista. Posteriormente, verificou-se que o documento era falsificado.

O motorista foi absolvido da acusação de uso de documento falso pelo Tribunal de Justiça local, o que levou o MPGO a recorrer ao STJ. Para o órgão recorrente, quando se trata de documento cujo porte é obrigatório por determinação de lei, basta o porte de documento falso para caracterizar o crime do artigo 304

do CP, não sendo necessário que a pessoa efetivamente o apresente às autoridades. E, conforme ressaltou o MPGO, o artigo 133 do Código de Trânsito Brasileiro (CTB) estabelece que o CRLV é de porte obrigatório.

O relator do caso no STJ, ministro Sebastião Reis Junior (foto), citou precedentes do tribunal no sentido de que apenas a ação do agente que deliberadamente utiliza o documento falso é capaz de caracterizar o tipo penal do artigo 304 do CP.

“Em observância ao princípio da legalidade (artigo 1º do CP), é vedada a ampliação do tipo penal, de



modo a contemplar verbo ou conduta não elencada na norma penal, sendo certo que a previsão contida no artigo 133 do CTB — no sentido da obrigatoriedade do porte de Certificado de Licenciamento Anual — consubstancia norma de índole administrativa, inapta a alterar o tipo penal em referência, providência que dependeria do advento de norma penal em sentido

estrito”, disse.

Na avaliação do ministro, a adoção da interpretação pretendida pelo MPGO, além de violar o princípio da legalidade, também desrespeitaria o princípio da ofensividade, “pois o mero porte de documento falso, sem dolo de uso, não ofende o bem jurídico tutelado pela norma penal (fé pública) nem mesmo remotamente”.

## LEGISLATIVO



## Comissão aprova punição para motorista que fizer gesto obsceno no trânsito

Comissão de Viação e Transportes da Câmara dos Deputados aprovou o Projeto de Lei 3575/21, que estabelece multa para o motorista que fizer gesto obsceno ou injurioso no trânsito. A proposta inclui essa conduta entre as infrações leves, com multa de R\$ 88,38 e três pontos na carteira de habilitação.

O objetivo da proposta, que altera o Código de Trânsito Brasileiro, é coibir comportamentos desrespeitosos que possam provocar reações perigosas no trânsito. O texto, do ex-deputado Carlos Bezerra (MT), foi aprovado por recomendação do relator, deputado Diego Andrade (PSD-MG).

Na avaliação do relator, a punição reforça a importância do respeito entre motoristas e entre condutores e

pedestres, promovendo um trânsito mais seguro e civilizado. “A troca de insultos, gestos obscenos e outros tipos de hostilidade podem gerar reações impulsivas e até conflitos físicos entre os motoristas, levando a comportamentos imprudentes, como manobras arriscadas e perseguições”, observou Diego Andrade. “A escalada de violência no trânsito aumenta significativamente o risco de acidentes”, acrescentou

*Seria utópico imaginar um ambiente de respeito, com cidadãos éticos e responsáveis convivendo?* O trânsito, sendo um local público onde circulam várias pessoas, veículos e animais, onde todos interagem, é necessário que haja respeito, responsabilidade, educação e ética entre os que dele



participam. É fundamental respeitar as normas de trânsito, a fim de resguardar a vida e prevenir sinistros. A partir do momento em que entramos no trânsito, seja por qual motivo for, devemos entender que colocamos as nossas vidas ali. Assim, para que tenhamos um trânsito mais seguro,

com cada um fazendo a sua parte da melhor forma possível, garantindo a segurança individual e coletiva, precisamos, acima de tudo, respeitar os direitos e deveres estabelecidos para que a vida no trânsito flua em harmonia e segurança. *(Com informações da Agência Câmara de Notícias)*

## Reviravolta: Fim do SPVAT é aprovado na Câmara e no Senado

No dia 19 de dezembro, o Senado aprovou o Projeto de Lei Complementar (PLP) que integra o pacote de corte de gastos do governo federal. A proposta segue agora para sanção do presidente Luiz Inácio Lula da Silva (PT). Um dos pontos incluídos pela Câmara dos Deputados e mantidos pelos senadores é o fim do Seguro Obrigatório para Proteção de Vítimas de Acidentes de Trânsito (SPVAT), anteriormente conhecido como Danos Pessoais por Veículos Automotores Terrestres (DPVAT).

Criado em 1974, o DPVAT era um seguro pago anualmente por proprietários de veículos, com recursos destinados a indenizar vítimas de acidentes de trânsito. Com sua extinção, esses pagamentos serão descontinuados.

O relator do texto foi o senador Jaques Wagner (PT-BA), líder do governo no Senado, que optou por não fazer alterações, evitando o retorno da proposta à Câmara.

De acordo com o comunicado oficial do Senado, foram 72 votos favoráveis e apenas um contrário (de Hamilton Mourão, do Republicanos-RS). A proposta segue agora para sanção presidencial.



Já a Câmara dos Deputados havia revogado o SPVAT em uma votação no dia 18 de dezembro, após intensos debates. O texto que previa a continuidade do seguro havia sido incluído e retirado no dia anterior, mas acabou retornando ao projeto e foi aprovado. A decisão fez parte de um acordo do governo para avançar no pacote de redução de gastos.

O pagamento do SPVAT seria regulamentado pelo CNSP até o final de 2024. Em estados que aderiram à cobrança, o vencimento seguiria o calendário da cota única do IPVA. Já em estados que rejeitaram a medida, como São Paulo e Santa Catarina, os proprietários precisariam emitir uma guia de pagamento diretamente pelos canais oficiais da Caixa Econômica Federal.

## CSP aprova PL que torna homicídio no trânsito crime inafiançável

A Comissão de Segurança Pública (CSP) aprovou projeto que torna crime inafiançável o homicídio praticado por motorista. Com isso, quem estiver na condução de um veículo e matar alguém de forma dolosa torna-se insuscetível de graça, indulto e anistia e terá decretada a prisão em flagrante, mesmo que preste socorro à vítima.

O PL 1.229/2024, do senador Fabiano Contarato (PT-ES) (foto), recebeu parecer favorável do senador Alessandro Vieira (MDB-SE) e segue agora para análise da Comissão de Constituição e Justiça (CCJ). A proposta, que altera o Código de Trânsito Brasileiro, também obriga o condutor de veículo automotor envolvido em acidente de trânsito ou que seja alvo de fiscalização de trânsito a se submeter a teste de alcoolemia, exame clínico ou outro procedimento que permita identificar influência de álcool ou de outra substância psicoativa.

O senador Sergio Moro (União-PR) afirmou que existe uma “certa fantasia” de que obrigar o condutor envolvido em acidente a se submeter a um teste para verificar a dosagem de álcool seja contrário ao direito a não autoincriminação. “No mundo inteiro não é assim, a pessoa pode sofrer sanções caso se

recuse a fazer esses testes. Minha única ressalva quanto ao texto original é sobre a previsão de prisão em flagrante obrigatória, isso é um pouco controvertido” disse. Delegado de polícia, o senador Fabiano Contarato esclareceu que a regra se aplica em situações específicas. “O que ocorre atualmente é que a pessoa, mesmo em estado flagrantial, se ela parar e não evadir quando a polícia chegar, ou se ela pedir socorro, a legislação fala taxativamente que não se imporá prisão em flagrante se o condutor parar, prestar socorro ou ligar. Daí, até em casos de mortes instantâneas, os motoristas alcoolizados ligam e, com isso, os delegados ficam impedidos de atuar em flagrante”, afirmou. *(As informações são da Agência Senado)*



## Dirigir em dias de chuva: cuidados redobrados para o verão

O verão chegou! Com ele, os condutores enfrentam um desafio comum tanto em vias urbanas quanto rurais: dirigir sob chuva. Além de aumentar o risco de sinistros de trânsito, as chuvas típicas dessa estação podem provocar alagamentos e deixar as pistas extremamente escorregadias. Segundo dados da Polícia Rodoviária Federal (PRF), cerca de 25% dos acidentes de trânsito no Brasil estão relacionados a condições climáticas adversas, sendo a chuva o principal fator.

Para garantir a segurança, é essencial que os condutores tomem cuidados redobrados durante esse período. Confira, abaixo, algumas orientações indispensáveis.

### Cuidados ao dirigir sob chuva

**Reduza a velocidade:** a chuva diminui a aderência dos pneus ao asfalto, aumentando o risco de derrapagens. Andar mais devagar é crucial para manter o controle do veículo.

**Aumente a distância entre os veículos:** o tempo de frenagem é maior em pistas molhadas. Manter uma distância segura evita colisões em caso de freadas bruscas.

**Evite freadas abruptas:** use os freios de forma suave e antecipada para evitar o travamento das rodas e o risco de aquaplanagem. Faróis sempre ligados: mesmo durante o dia, os faróis acesos ajudam a aumentar a visibilidade do seu veículo para outros condutores.

**Cuidado com a aquaplanagem:** se sentir que perdeu o contato com o asfalto, mantenha a calma, reduza a velocidade gradualmente e evite virar o volante bruscamente.

### Manutenção do veículo no período de chuvas

Um veículo em boas condições é essencial para enfrentar a chuva com segurança. Verifique:



**Pneus:** o desgaste excessivo reduz a capacidade de escoamento de água. Certifique-se de que a profundidade dos sulcos está dentro do limite mínimo de 1,6 mm.

**Palhetas do limpador de para-brisa:** garanta que estejam em boas condições. Palhetas ressecadas ou rachadas comprometem a visibilidade.

**Freios:** sistemas de freio precisam estar em perfeito estado para garantir respostas rápidas e eficazes em emergências.

**Faróis e lanternas:** luzes funcionando corretamente são fundamentais para visibilidade e sinalização.

Além da manutenção preventiva, é importante que o veículo esteja equipado conforme a legislação. O triângulo de sinalização, chave de roda, estepe e macaco hidráulico são itens obrigatórios e podem

ser úteis em emergências durante tempestades.

De acordo com Celso Mariano, especialista e diretor do Portal do Trânsito & Mobilidade, evitar sinistros de trânsito em dias de chuva começa com o planejamento. “Antes de sair, verifique as condições climáticas e, se possível, evite dirigir em períodos de tempestade ou em regiões com histórico de alagamentos. Caso se depare com uma área alagada, não arrisque atravessá-la: a profundidade da água pode ser maior do que parece e causar danos ao veículo ou até situações de perigo para os ocupantes”, explica. Dirigir sob chuva exige atenção redobrada e respeito às condições da estrada. “Com os cuidados certos e a manutenção adequada do veículo, é possível enfrentar o verão com segurança e tranquilidade. Afinal, a prevenção é a melhor forma de proteger vidas”, conclui. (Fonte: Portal do Trânsito)

## Saiba como o excesso de peso afeta seu carro e a segurança

Neste período de celebração e descanso, garantir a segurança nas estradas é essencial para que as viagens sejam momentos de alegria e tranquilidade. No entanto, é de suma importância que os motoristas estejam atentos a um detalhe que pode afetar diretamente a segurança das viagens: o excesso de bagagem.

### O perigo do excesso de peso e bagagens soltas

Durante as viagens de férias, é comum que os veículos fiquem mais carregados do que o habitual. O excesso de peso pode comprometer o desempenho do veículo, aumentando o risco de danos mecânicos, especialmente nos pneus, que são fundamentais para a estabilidade e frenagem. Todo automóvel possui uma capacidade máxima de carga que precisa ser respeitada, e essa informação está disponível no manual do proprietário. Ignorar esse limite pode resultar em sobrecarga na suspensão, nos freios e, principalmente, nos pneus, que podem se desgastar



de maneira desigual, perder aderência ou, em casos extremos, estourar.

Além disso, um veículo extremamente carregado demora mais para frear, exigindo maior distância de segurança e tornando as ultrapassagens mais perigosas. Outra prática arris-

cada é colocar malas no interior do veículo sem a devida fixação. Objetos soltos podem se deslocar em freadas bruscas, causando danos graves aos ocupantes ou obstruindo a visão do motorista, comprometendo ainda mais a segurança.

### Dicas para uma Viagem Segura

Para garantir uma viagem tranquila, é importante realizar uma revisão completa no veículo. Verifique os freios, limpadores de para-brisa, radiador, óleo e, claro, a calibração dos pneus. A calibragem correta é fundamental para a eficiência dos pneus, principalmente quando o veículo está mais pesado. Consulte o manual do veículo para seguir as especificações recomendadas.

**Respeite o limite de carga:** verifique a capacidade máxima de peso no manual do veículo e distribua as malas de forma segura.

**Bagagens na cabine:** se desejar acomodar objetos no interior, prenda-os com cintos ou coloque-os no chão.

**Cuidados com o rack de teto:** fique atento aos limites de peso e fachadas durante o trajeto para verificar a fixação da carga.

**Adote uma direção defensiva:** mantenha uma distância maior do veículo à frente, evite altas velocidades e não deixe de ancorar objetos soltos.



## A cada 10 minutos, 1 motorista desobedece a Lei Seca no Brasil

A cada 10 minutos, uma pessoa foi multada por desobedecer a Lei Seca nas rodovias federais no Brasil em 2024. Segundo dados da Polícia Rodoviária Federal (PRF), entre janeiro e setembro, houve o registro de 45.930 mil infrações entre recusa de fazer o teste do bafômetro e constatação de embriaguez. É nesse contexto que órgãos de trânsito e as policiais rodoviárias se preparam para mais um período de festas.

“O consumo de álcool nessa época do ano cresce muito por causa das festas e isso se traduz em mais imprudência, acidentes e mortes”, comenta a presidente da Associação de Clínicas de Trânsito do Estado de Minas Gerais (ACTRANS-MG) e psicóloga especialista em Trânsito, Adalgisa Lopes.

Os efeitos maléficos do álcool no organismo dos motoristas já são de conhecimento geral da população. No entanto, o Brasil ainda enfrenta um paradoxo. Possui uma das legislações mais rígidas do mundo contra a combinação de álcool e direção, mas ainda registra números alarmantes de acidentes, feridos e mortes causados por motoristas embriagados. Fatores culturais, como o “jeitinho brasileiro” e a banalização do consumo de álcool, especialmente entre jovens, contribuem para a persistência desse problema. A alta incidência do consumo de álcool, somada à percepção de impunidade e à leniência na aplicação da lei, reforçam a sensação

de que dirigir alcoolizado não acarretará consequências graves. Assim, perpetuando o ciclo de tragédias no trânsito.

Dados alarmantes revelam a magnitude do problema. Somente nas rodovias federais, o consumo de álcool provocou 2.866 acidentes com 2.276 feridos e 142 mortos nos nove primeiros meses de 2024. “O consumo de álcool, enraizado na cultura brasileira e associado a momentos de lazer e socialização, mascara os seus efeitos sobre a capacidade de dirigir, como a redução da atenção, reflexos e o aumento da impulsividade. Esse contexto exige uma abordagem multifatorial para combater o problema”, comenta Adalgisa.

A solução, diz a especialista, passa por uma combinação de ações. Ou seja, aplicação rigorosa da lei seca no Brasil, responsabilização efetiva dos culpados, aumento da fiscalização e campanhas educativas de longo prazo. “Precisamos desconstruir a cultura de permissividade em torno do álcool e direção, conscientizando a população sobre os riscos envolvidos”, diz.

Segundo ela, a educação, iniciada precocemente e com abordagem consistente, aliada a campanhas de conscientização impactantes, com a colaboração do governo, sociedade civil e iniciativa privada, são fundamentais para a construção de um trânsito mais seguro e responsável para todos.

## Uma morte a cada 90 minutos em sinistros nas rodovias federais

16 mortes por dia. Essa é a média do número de mortes decorrentes de sinistros de trânsito em rodovias federais, por dia, entre janeiro e setembro deste ano. Além disso, cerca de 30% destas ocorrências tiveram como causa a desatenção dos motoristas. Os dados da Polícia Rodoviária Federal (PRF) revelam que a saúde dos condutores brasileiros é um dos maiores desafios para reduzir o número de mortes e feridos em incidentes que poderiam ser evitados.

Especialistas em segurança viária destacam que um dos maiores vilões da preservação de vidas no Brasil tem sido os celulares. Conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS), usar telas ao volante quadruplica os riscos de acidentes.

“A dependência tecnológica, alimentada por mecanismos de manipulação e persuasão das mídias sociais, transforma o ato de dirigir em uma atividade perigosa. O uso de telas afeta nosso corpo e nossa mente de várias formas. Compromete o nosso sono, nos deixa mais sedentários e aumenta nossa ansiedade. No trânsito, isso significa menos foco e atenção e mais imprudência e agressividade”, comenta a psicóloga especialista em Trânsito e presidente da Associação de Clínicas de Trânsito do Estado de Minas Gerais (ACTRANS-MG), Adalgisa Lopes.

A boa notícia é que, enquanto o comportamento das pessoas não muda, a tecnologia ajuda na prevenção. Uma nova geração de radares equipados com inteligência artificial e câmeras de alta resolução, que detecta não apenas o excesso de velocidade, mas também o uso de celulares é um alento na busca por mais segurança.

A mudança de comportamento impulsionada pela internet criou uma geração de dependentes tecnológicos e de ansiosos. Adalgisa explica que as notificações funcionam como pequenas

doses de dopamina, que provocam prazer instantâneo. Segundo a especialista em segurança viária, o uso de celulares ao volante não apenas provoca distrações diretas, mas também contribui para um estado de ansiedade e desatenção entre os motoristas.

A psicóloga especialista em trânsito, Giovanna Varoni, destaca que a ansiedade, intensificada pelo uso excessivo de telas, compromete a concentração e as habilidades cognitivas dos motoristas. “Motoristas ansiosos são mais impulsivos e têm 20% mais chances de se envolver em sinistros”, explica.

### Dicas para se desintoxicar das telas

As especialistas recomendam que os motoristas adotem cuidados básicos, além de não usar o celular enquanto dirigem. “Desatenção, irritação, cansaço e ansiedade são fatores de risco para sinistros. É fundamental que a gente evite dirigir quando estiver sentindo algum desses sintomas. Além disso, cuidar da saúde física e mental é indispensável. Faça checkups anuais, se exercite, tenha boas noites de sono, boa alimentação e procure ajuda caso apareça sinais de ansiedade ou depressão”, enumera Adalgisa.

Giovanna orienta a adoção de práticas de mindfulness (atenção plena) e pausas regulares das telas. “Para não afetar a qualidade do sono, evite o uso de celulares 1 hora antes de dormir. Não use o aparelho durante as refeições, preste atenção nas atividades que você está desempenhando e desative as notificações para evitar a ansiedade”, conta. Adalgisa recomenda estabelecer limites para o uso de redes sociais e evitar mexer no celular quando acordar. “Guarda o seu celular quando estiver na companhia de outras pessoas e insira na sua rotina diária atividades que não envolvam o uso do celular, como hobbies ou exercícios físicos. A vida está lá fora, não nas telas”, resume.





## CARTAS

**RETÓRICA**

Infelizmente, o chamado Dia Mundial em Memória das Vítimas de Acidentes de Trânsito, instituído pela Organização das Nações Unidas (ONU), não passa de retórica aqui no Brasil. Aliás, em muitos lugares nem se ouve falar, muito menos se refletir em algo. Imagina provocar algum tipo de mudança em nossa sociedade. Só nos resta lamentar.

**Cristina Ramos – Campo Grande/MS**

**ABANDONO E DESCASO**

Muito boa a reportagem sobre o abandono e o descaso para com a mobilidade na Grande Florianópolis. O transporte público é uma vergonha, além do preço lá nas alturas, sem o mínimo conforto e regularidade. O estado das calçadas então, nem se fala e a fiscalização simplesmente não existe. Parabéns pela coragem da reportagem!

**Cláudio Sanches – São José/SC**

**FIM DE ANO**

Como sempre, o artigo do Dr. José Roberto Dias nos propõe uma reflexão direta e necessária. Infelizmente, a precariedade das vias urbanas e rodovias do nosso país é mais do que evidente. E não aguentamos mais suportar tantas tragédias. É necessária uma mudança de rumo, soluções concretas que priorizem de fato a vida no trânsito.

**Edson Meira – São Paulo/SP**

**MOTORISTA**

Sinceramente, morro de preocupação com os milhares de motoristas profissionais que transitam por nossas estradas. Não bastasse os longos períodos sentados atrás do volante, a saudade de casa e da família, todo o estresse a que são submetidos deveriam ser muito mais valorizados.

**Gabriela Batista – Rio de Janeiro/RJ**

**15 ANOS**

Parabéns ao Monatran pelos 15 anos de jornal, sem falhar nenhum mês. O único dedicado exclusivamente ao trânsito e à mobilidade. Uma luta nobre e que merece todo o nosso reconhecimento e admiração. Parabéns em especial ao presidente da entidade, Roberto Bentes, que não poupa esforços para manutenção deste periódico essencial na luta por um trânsito mais humano e seguro!

**Sérgio Coelho – Florianópolis/SC**

**DROGÔMETROS**

Muito importante este PL que determina o uso de bafômetros e drogômetros em testes de alcoolemia e toxicologia. Já deveria ser praxe. Mas, como tudo no Brasil, precisa ser explicado e desenhado e incluídas muitas doses de paciência. Infelizmente, o uso de drogas e psicoativos são muito mais comuns do que se imagina.

**Michael Andrade – Brasília/DF**

**ANSIEDADE**

Nunca tinha parado para pensar sobre os impactos da ansiedade no trânsito. Realmente, muito interessante a matéria da última edição do jornal O Monatran que trata sobre o assunto, especialmente, relacionando a questão dos jovens, o uso excessivo de telas e a dificuldade em manter o foco, ampliando a ansiedade. Um problema moderno que nosso sistema de saúde não possui condições de enfrentamento.

**Juliana Quadrado - Maringá/PR**

**NOVOS RADARES**

Espero que a tecnologia dos radares instalados em São Paulo chegue a todo o Brasil. Só assim para os motoristas sem noção respeitarem as leis que proíbem a utilização de celulares ao volante. A maioria parece que perdeu o senso do perigo. Somente se doer no bolso irão rever suas atitudes.

**Fabício de Lima – Porto Alegre/RS**

**INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL**

Impressionante o artigo do Espaço Livre sobre Inteligência Artificial! Chego até a ter mais fé no futuro. Já que a inteligência humana não está dando conta de resolver os problemas do trânsito e da mobilidade, que a IA nos ajude nesta missão de transformar o trânsito em um ambiente mais seguro e humano.

**Felipe Deives – Curitiba/PR**

**CÓDIGO DE TRÂNSITO BRASILEIRO (LEI Nº 9.503, DE 1997)****CONSTITUI INFRAÇÃO DE TRÂNSITO:**

**Art. 211.** Ultrapassar veículos em fila, parados em razão de sinal luminoso, cancela, bloqueio viário parcial ou qualquer outro obstáculo, com exceção dos veículos não motorizados:

Infração - grave;

Penalidade - multa.

## ESPAÇO LIVRE

\*Francisco Garonce



## Brasil Inspira e Lidera o Pacto Global pela Segurança Viária

**Durante evento nos Estados Unidos o exemplo brasileiro motivou os países membros da Câmara Internacional da Indústria do Transporte a criarem um pacto global, inspirado no Pacto pela Segurança Viária do Brasil.**

O Pacto pela Segurança Viária tem sido um marco importante para o Brasil na busca por soluções eficazes para reduzir mortes e lesões no trânsito. Com uma rede de 11 parceiros públicos e privados, incluindo a Associação Brasileira de Concessionárias de Rodovias (ABCR), o Instituto Nacional de Projetos para Trânsito e Segurança (INPROTRAN), a Agência Nacional de Transportes Terrestres (ANTT), o Ministério dos Transportes, a Polícia Rodoviária Federal (PRF) e diversas organizações da sociedade civil, o pacto tem como base a promoção de políticas específicas voltadas para a segurança, implementação de medidas para reduzir fatalidades e lesões graves nas rodovias e a adoção de uma agenda permanente de melhorias. Inspirado por iniciativas globais como a Década de Ação pela Segurança Viária da ONU, estudos da Organização Mundial da Saúde e o PNATRANS, o pacto brasileiro está pavimentando um futuro mais seguro para as vias do país.

Em novembro de 2024, esse compromisso nacional foi levado à Assembleia Geral da Câmara Internacional da Indústria do Transporte (CIT), realizada na cidade de Savannah, no estado da Geórgia, EUA. Representando o Pacto brasileiro, o INPROTRAN apresentou

o modelo de colaboração que está sendo desenvolvido no país durante uma palestra para os países membros, com ênfase nas ações de baixo custo e curto prazo para mitigar riscos, como ações que promovem sistemas seguros, a percepção de riscos pelos usuários e a mitigação de sinistros. Durante o evento, o Presidente do INPROTRAN, Jamil Megid Junior, foi agraciado com a medalha da Ordem do Mérito Interamericano dos Transportes, uma honraria que reforça a relevância do pacto brasileiro no cenário internacional. Também participaram do evento a Associação Nacional dos DETRANs (AND), representada por Givaldo Vieira, Presidente da AND, e Kennedy Nunes, Presidente do DETRAN-SC, dentre vários presidentes de órgãos estaduais de trânsito que, em reuniões de trabalho, nos EUA, deliberaram que a AND participará ativamente de ações no Brasil, para fortalecer este pacto.

A recepção ao modelo brasileiro foi extremamente positiva, resultando em uma proposta histórica: a criação do Pacto Global pela Segurança Viária (*Global Pact for Road Safety*). Essa iniciativa foi aprovada por unanimidade pelos países membros da CIT, estabelecendo uma colaboração internacional para adotar e adaptar soluções inova-



**Francisco Garonce apresentando o Pacto pela Segurança Viária do Brasil para mais de 30 países reunidos em Savannah (Estados Unidos).**

doras como as desenvolvidas no Brasil nos diferentes países membros. O Pacto Global busca alinhar políticas públicas e privadas em todo o mundo para promover sistemas viários mais seguros e humanos.

Os fundamentos que guiam as ações do pacto estão enraizados em princípios globais e nacionais. Iniciativas como a “Visão Zero”, que visa eliminar mortes no trânsito, e a Aliança Global de ONGs para a Segurança Viária são exemplos de abordagens que inspiram o trabalho em rede promovido pelo pacto. No Brasil, o PNATRANS serve como um norteador para as metas nacionais, integrando ações de educação, fiscalização e engenharia para transformar as estradas em espaços mais seguros.

A aprovação do Pacto Global não apenas eleva o protagonismo do Brasil na segurança viária, mas também cria um caminho para maior integração e troca de experiências entre países. Soluções inovadoras, como sistemas de alerta aos usuários, tecnologias de monitoramento baseadas em IA e campanhas educativas alinhadas à fiscalização, serão compartilhadas para fortalecer a segurança viária globalmente. Essa colaboração internacional também enfatiza o impacto positivo das ações locais, reforçando que cada país deve contribuir de forma significativa para a redução das fatalidades no trânsito.

Uma das ações de maior destaque

do pacto brasileiro foi o curso de especialização lato sensu denominado VIAS SEGURAS, desenvolvido pelo INPROTRAN, com apoio da ANTT e da concessionária EcoVias, por meio do qual estão sendo formados os primeiros especialistas em segurança viária, academicamente titulados, em uma instituição universitária com nota máxima de avaliação pelo MEC. Isso atraiu a atenção dos representantes dos países na assembleia da CIT, que pretendem levar a iniciativa para seus países.

O Brasil, ao liderar esse movimento mundial, demonstra à comunidade internacional que a união entre governo, sociedade civil e iniciativa privada é essencial para o avanço da segurança viária. A atuação de parceiros na formação de especialistas, no desenvolvimento de soluções baseadas em evidências e na construção de parcerias globais reafirma o compromisso do Brasil com a preservação de vidas. Mais do que um pacto, essa é uma declaração de que a segurança viária é uma prioridade que transcende fronteiras.

O Pacto Global pela Segurança Viária é um marco de colaboração internacional que une forças para transformar o futuro das rodovias e vias urbanas. Ele simboliza a convergência de esforços em prol de um objetivo comum: salvar vidas. E, nessa trajetória, o Brasil segue como um exemplo de como o compromisso, a inovação e a união de esforços podem inspirar mudanças globais significativas.

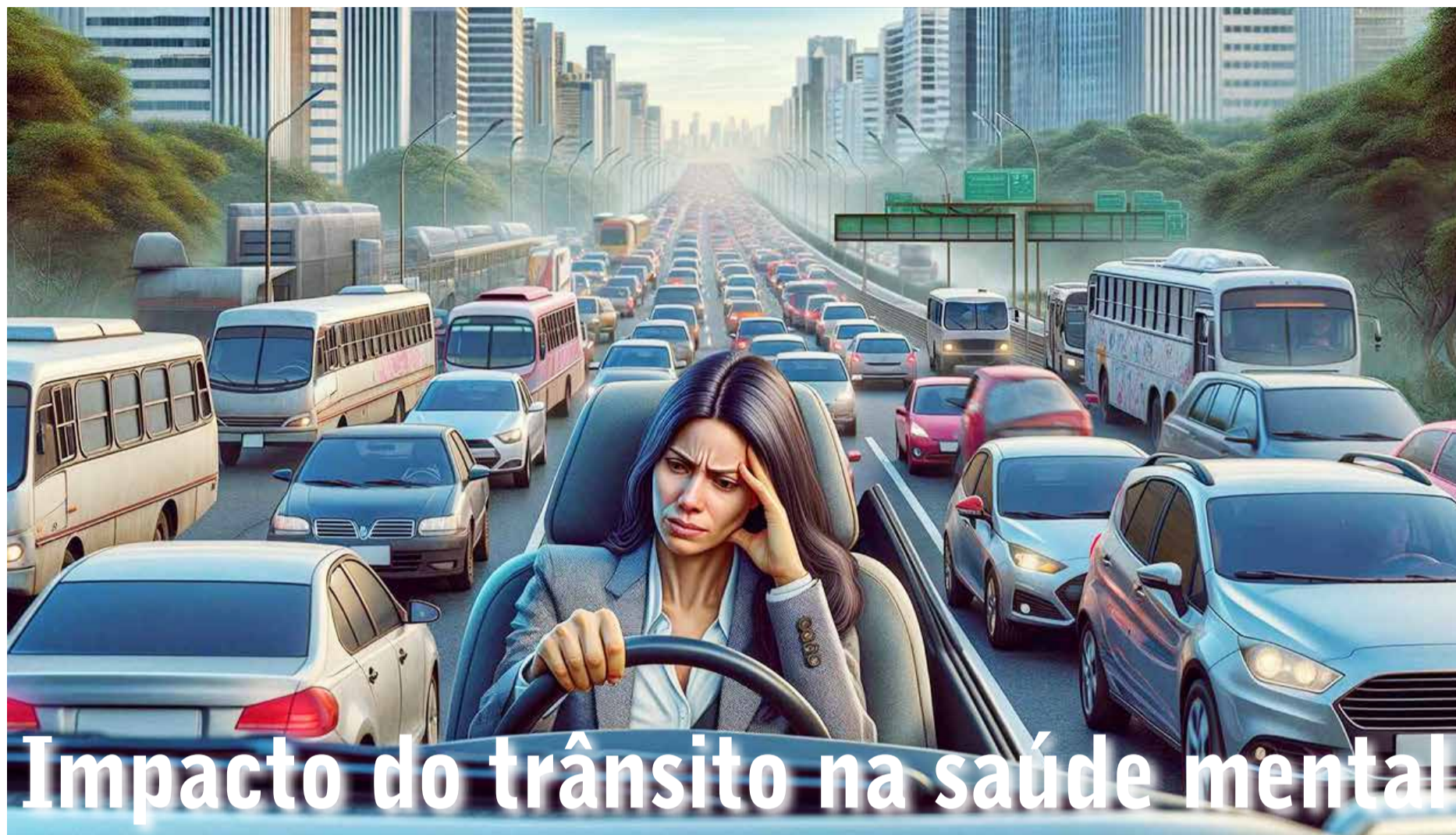


**Francisco Garonce, Vice-Presidente do INPROTRAN, e Kennedy Nunes, Presidente do DETRAN-SC.**



**Comitiva brasileira em Savannah (Estados Unidos).**

\* Doutor em Educação, Aviador, Especialista em Segurança no Trânsito e Jornalista.



## Impacto do trânsito na saúde mental

Passar longas horas no trânsito não é apenas uma questão de perda de tempo, mas também de saúde física e mental. Uma pesquisa da Confederação Nacional de Dirigentes Lojistas, em parceria com o Serviço de Proteção ao Crédito e o Sebrae, revelou que moradores de grandes centros urbanos no Brasil gastam, em média, 21 dias por ano no trânsito. Além do incômodo diário, essa realidade tem repercussões diretas na saúde mental e física da população.

A professora Laiz Chohfi, do Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, reforça a importância de cuidar da saúde mental no contexto urbano. “Saúde mental diz um pouco de como a gente está no cotidiano, de como a nossa cabeça funciona, e a cabeça é meio parte de absolutamente tudo. Então, se o nosso corpo está afetado, a cabeça não fica boa. Se a nossa cabeça também não está boa, ela afeta o corpo. Se a gente não tiver saúde, fica muito difícil a gente se conduzir na nossa vida”, explica a especialista.

O trânsito afeta não apenas o corpo, mas também o aspecto psicológico, segundo Laiz. “Qualquer estresse, no fim das contas, afeta o nosso corpo e, nesse sentido, afeta a nossa cabeça também, assim, o nosso aspecto psicológico.” Ela destaca que longas horas no trânsito resultam em irritação, impaciência e cansaço acumulado. Laiz exemplifica: “Imagina que se a gente já chega na faculdade, por exemplo, depois de três horas de trânsito, então a gente já chega cansado, como se a gente tivesse tido ali uma atividade. Afinal, acontece um estresse, o corpo está estressado, a

cabeça já está cansada e ainda é esperado de você um rendimento, que é absolutamente diferente de alguém que leva 15 minutos”.

Além disso, a especialista aponta que o contexto das obrigações diárias torna o cenário ainda mais desgastante. “Normalmente a gente pega essas longas horas de trânsito ou indo ou voltando das nossas obrigações, seja trabalho, faculdade ou mesmo quando o trabalho envolve o próprio trânsito.” Outro fator agravante é o aumento da violência no trânsito, que muitas vezes reflete problemas sociais e psicológicos. “A gente vive numa sociedade que é patriarcal, então homens já têm muito mais a possibilidade, é quase que exigido, que se posicionem dessa forma no mundo”, afirma Laiz. Ela aponta que há “adoecimentos múltiplos” que resultam em brigas e comportamentos agressivos no trânsito. “É lógico que a gente vai ter muita faísca, muita faísca que vai gerando briga mesmo”, comenta.

**Como lidar?** Para lidar com o impacto do trânsito na saúde mental, Laiz sugere medidas individuais e coletivas. “A gente precisa se cuidar antes de entrar no transporte público e antes de entrar no carro. Pode ser fazer atividade física, tentar dormir bem, fazer coisas que goste, comer uma comida gostosa”, recomenda. No entanto, ela ressalta que mudanças estruturais são indispensáveis.

“Uma das coisas importantes que a gente pode fazer para ter um trânsito melhor e, nesse sentido, uma saúde mental melhor, é pressionar por políticas que cuidem do transporte público de maneira diferente, para que mais pessoas pos-

sam ter acesso a transporte de qualidade. Isso vai fazendo com que a gente leve menos tempo para chegar aos lugares ou use menos o carro”, conclui.

### Dicas Práticas Para Ajudar a Reduzir a Ansiedade no Trânsito:

- 1. Planeje sua Rota:** Utilize aplicativos de navegação que fornecem informações em tempo real sobre o trânsito. Planejar rotas alternativas pode ajudar a evitar engarrafamentos e economizar tempo.
- 2. Saia com Antecedência:** Se possível, saia mais cedo para seus compromissos. Isso pode reduzir a pressão do tempo e permitir que você enfrente o trânsito com mais calma.
- 3. Pratique Técnicas de Relaxamento:** Técnicas de respiração profunda e meditação podem ajudar a reduzir o estresse. Tire alguns minutos para relaxar e respirar fundo antes de começar a dirigir.
- 4. Mantenha o Carro em Bom Estado:** Realizar manutenções regulares no seu veículo pode prevenir problemas mecânicos inesperados. Um carro bem cuidado é menos provável de quebrar no meio do trânsito.
- 5. Escute Música ou Audiolivros:** Escutar suas músicas favoritas ou audiolivros pode tornar a experiência de dirigir mais agradável e distrair sua mente do estresse do trânsito.
- 6. Pratique a Direção Defensiva:** Adote uma abordagem defensiva ao dirigir. Isso inclui manter uma distância segura dos outros veículos, obedecer às leis de trânsito e estar sempre atento ao seu entorno.