



## Eu sou uma #SafeDriver



Tenho o controlo  
do meu veículo  
em todas as  
circunstâncias



**TotalEnergies**



# Tenho o controlo do meu veículo em todas as circunstâncias

Ter o controlo do veículo significa ser capaz de realizar todas as manobras necessárias para evitar um obstáculo ou manter a trajetória do seu veículo, independentemente do contexto, da configuração e das condições de circulação.

O condutor deve ser capaz de controlar o seu veículo em todas as circunstâncias, de modo a não pôr em perigo a sua vida ou a de outros utentes da estrada.

Na prática, na estrada, deve:

- estar atento ;
- estar sempre em condições de efetuar todas as manobras necessárias ;
- comportar-se de forma adaptada às condições de circulação e de visibilidade.

**1,3 milhões** de pessoas morrem todos os anos nas estradas de todo o mundo.

Fonte: OMS



Um aumento **de 5%** da velocidade média origina um acréscimo de cerca de 20% do número de acidentes mortais.

Fonte: OCDE



No caso de uma colisão lateral entre dois veículos, o risco de morte para os passageiros é de

**85%** a 65 km/h.

Fonte: OMS



**1 acidente grave em cada 3** deve-se ao comportamento dos outros utentes da estrada.

Fonte: TotalEnergies

Ter um bom controlo do seu veículo significa:



Saber adaptar a sua condução às condições de circulação.



Ter em conta o estado do pavimento e as condições de visibilidade.



Ajustar o seu ritmo ao ambiente e à configuração da estrada, respeitando os limites de velocidade e as distâncias de segurança.



## Verifico o meu veículo antes de cada partida

**1 acidente grave em cada 6** deve-se a um problema mecânico.

Fonte: TotalEnergies

Antes de partir, deve verificar:

- ✓ se o seu veículo está a funcionar corretamente;
- ✓ a data prevista para a inspeção técnica;
- ✓ se todos os equipamentos de segurança estão a bordo e em boas condições;
- ✓ a validade da sua carta de condução adequada ao veículo;
- ✓ o cumprimento e a validação das ações de formação obrigatórias.



## Aumento a visibilidade ao volante

**1 para-brisas sujo ou danificado pode causar até 30%** de perda de visibilidade.

Fonte: Prevenção rodoviária

Para uma boa visibilidade, é necessário certificar-se de que:

- ✓ o para-brisas, as luzes e todas as superfícies de vidro estão limpas;
- ✓ não existem obstáculos no habitáculo, no painel de instrumentos ou na chapeleira;
- ✓ os espelhos retrovisores estão corretamente regulados para reduzir os ângulos mortos;
- ✓ sinaliza qualquer mudança de direção utilizando os indicadores de direção.



## Mantenho uma distância de segurança

**A distância de travagem é multiplicada por 2** numa estrada molhada.

Manter uma distância de segurança em relação ao veículo da frente significa:

- ✓ respeitar uma distância mínima de 2 segundos para os veículos ligeiros;
- ✓ respeitar uma distância mínima de 3 segundos para os veículos pesados;
- ✓ pôr o pé no travão quando se aproxima de uma zona de risco, para poder travar rapidamente.



**“ Na estrada, respeitar as distâncias de segurança pode salvar-lhe a vida! ”**

Simon

# Adapto a minha condução em condições difíceis

**3 acidentes graves em cada 10**

devem-se a uma condução não adaptada ao ambiente circundante.

Fonte: TotalEnergies

Em condições de condução de risco, deve:

- ✓ aumentar a vigilância;
- ✓ reduzir a velocidade;
- ✓ aumentar a distância de segurança em relação ao veículo da frente;
- ✓ fazer uma pausa, pelo menos, a cada 2 horas de condução.

Na estrada, as situações de risco incluem:



Pavimento da estrada degradado.



Tráfego intenso ou trabalhos na berma da estrada.



Condições de visibilidade alteradas (nevoeiro, chuva, neve, etc.).



Comportamento inadequado dos outros utentes da estrada.



“

Quando o tempo não está bom, adapto a minha velocidade.

Ian

”



# Adapto o meu ritmo sem nunca exceder os limites de velocidade

**1 acidente grave em cada 6** deve-se à velocidade excessiva.

Fonte: TotalEnergies

Adaptar o seu ritmo significa:

- ✓ respeitar os limites de velocidade autorizados pela legislação e pela TotalEnergies em função do tipo de veículo utilizado;
- ✓ ter em conta a configuração da estrada (descidas, curvas, rotundas, etc.), as condições de circulação e a carga do veículo.



“

Para mim, seguir as regras de segurança significa respeitar os limites de velocidade.

Marylen

”



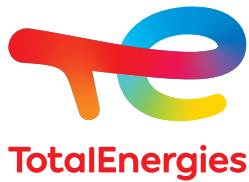
Gostaria de obter mais informações?

Inicie sessão na Toolbox HSE para aceder a todos os conteúdos das campanhas “#SafeDriver”.

**A TotalEnergies é uma empresa multienergética** mundial que se dedica à produção e ao fornecimento de energia: petróleo e biocombustíveis, gás natural e gás verde, renovável e elétrica.

Os nossos mais de 100 000 funcionários estão empenhados em tornar a energia mais económica, mais limpa, mais fiável e acessível ao maior número possível de pessoas.

Presente em cerca de 130 países, a TotalEnergies coloca o desenvolvimento sustentável em todas as suas dimensões no centro dos seus projetos e operações para contribuir para o bem-estar das populações.



### **TotalEnergies SE**

2 place Jean-Millier  
92400 Courbevoie – França  
Tel.: +33 (0)1 47 44 45 46  
Capital social:  
6 641 697 357,50 euros  
542 051 180 RCS NANTERRE



[totalenergies.com](https://www.totalenergies.com)