

Manual de Boas Práticas na Utilização de Veículos

Índice

1. Introdução	3
1.1 Objetivo.....	3
1.2 Os 10 mandamentos do Bom Condutor	3
2. Utilização do veículo	4
2.1 Antes de Iniciar a Condução	4
2.2 Postura ao volante.....	4
2.2.1 Banco.....	5
2.2.2 Volante	5
2.2.3 Espelhos retrovisores	5
2.3 Condução.....	5
2.3.1 Recomendações.....	5
2.3.2 A Eco-Condução	6
2.3.3 Pneus.....	8
2.3.3 Travões.....	10
2.4 Sinistro	10
2.5 Avaria do Veiculo	11

1. Introdução

1.1 Objetivo

Este manual tem como objetivo descrever de forma clara as melhores práticas de utilização e condução do veículo.

A condução consciente e tranquila depende em grande parte de quem está ao volante, tendo a responsabilidade de melhorar a sua segurança e a dos outros.

1.2 Os 10 mandamentos do Bom Condutor

1. Prestar a maior atenção quando conduzir.

A segurança rodoviária também depende de si e não apenas dos outros;

2. Conhecer as leis do trânsito e obedecer à sinalização, respeitando todos os outros utentes da via;
3. Ver e ser visto;
4. Usar sempre o cinto de segurança (quer o condutor, quer os passageiros), tanto em estrada como na cidade;
5. Conhecer o automóvel que conduz;
6. Manter o automóvel sempre em boas condições de funcionamento e de segurança;
7. Ser capaz de decidir com lucidez, rapidez e corretamente nas situações de perigo;
8. Conduzir sem pressas, respeitando os limites de velocidade. Não aceitar desafios nem provocações;
9. Conduzir sempre no melhor estado físico e psíquico, não conduzindo cansado nem depois de ter ingerido bebidas alcoólicas;
10. Desfrutar do automóvel, nas viagens e deslocações, de forma tranquila, pensando que o mais importante é a sua vida e a dos outros.

2. Utilização do veículo

2.1 Antes de Iniciar a Condução

1. Verifique regularmente:
 - a) A pressão e o estado geral dos pneus, incluindo o sobressalente;
 - b) O bom funcionamento dos travões;
 - c) As luzes exteriores – funcionamento, regulação e bom estado dos piscas;
 - d) O nível do combustível, se conduzir na Autoestrada, verifique se tem combustível suficiente para chegar à área de serviço mais próxima (as áreas de serviço encontram-se a 40 km de distância entre elas);
 - e) Os níveis de óleo, do líquido refrigerante do motor, do limpa-vidros e da bateria;
 - f) Se os vidros e espelhos se encontram limpos;
2. Respeite os limites de peso e de passageiros do automóvel;
3. Cumpra o plano de manutenção do fabricante;
4. Cumpra os prazos de Inspeção Periódica Obrigatória;
5. Certifique-se que tem presente a documentação legalmente exigível:
 - a) Documento Único Automóvel ou, em sua substituição, o Livrete e Título de Registo de Propriedade;
 - b) Comprovativo de Inspeção Periódica Obrigatória e selo de aprovação da mesma devidamente afixado no para-brisas;
 - c) Certificado de seguro de responsabilidade civil ou modalidade superior;
 - d) Certificado de Isenção de Seguro e o respetivo selo afixado no canto inferior direito do para-brisas;
 - e) Certificado para transporte rodoviário entre Estados Membros válido para os veículos pesados;
 - f) Caso o veículo seja propriedade de uma gestora de frota, tenha sempre consigo uma cópia do contrato de AOV.

2.2 Postura ao volante

Ter os comandos do veículo sob controlo é essencial para uma condução segura e confortável. A correta postura ao volante, a utilização prudente dos sistemas de retenção (cintos de segurança) e a boa regulação dos espelhos retrovisores (interno e externos) e do volante, são fundamentais.

2.2.1 Banco

A ótima posição de condução é aquela em que temos a maior parte do corpo em contacto com o banco. Por isso deve estar sentado com as pernas e costas bem coladas ao banco, com os braços semi-estendidos para que todos os comandos estejam ao alcance das suas mãos. Não fique nem muito perto nem demasiado afastado do volante. Com o carro parado, tente rodar o volante de topo a topo sem que as costas se separem do banco. Estará aí a sua posição ideal. Outro exercício é depois de sentar-se, esticar os braços e ficar com o volante à altura dos punhos. Utilize a regulação em altura (caso disponível no veículo), mas evite ficar demasiado baixo para que não veja a frente do veículo.

2.2.2 Volante

Depois de bem sentado, preocupe-se com o volante. Se tiver regulação em altura e profundidade, repita os passos anteriores e regule o volante. Deve sempre deixar uma folga de vários centímetros entre si e o volante para deixar o airbag funcionar em caso de necessidade.

Durante a condução, deve manter as mãos na posição das “22.10 horas”, ou seja, como os ponteiros do relógio, com as costas a fazerem um ângulo entre 120 a 140 graus. Não aperte em demasia o volante, pois ficará cansado em pouco tempo e sentirá muito mais qualquer irregularidade da estrada.

2.2.3 Espelhos retrovisores

Bem sentado e alinhado com o volante, preste atenção aos espelhos. São a sua ajuda mais preciosa e por isso requerem atenção. O espelho interior deve mostrar a maior área possível da estrada atrás de nós e não os passageiros ou outras coisas. Os espelhos exteriores devem mostrar a maior área possível na lateral do veículo, deixando sempre como ponto de referência uma pequena parte do veículo. Não regule os espelhos para que não veja o seu carro, pois isso fá-lo perder referências e apresenta perigo.

2.3 Condução

2.3.1 Recomendações

1. Tenha sempre no veículo o Livro de Manutenção e uma Declaração Amigável de Acidente Automóvel;

2. Respeite rigorosamente o Código da Estrada e a normas de segurança rodoviária;
3. Pratique uma condução prudente e não agressiva para se proteger a si e aos restantes condutores e peões;
4. Respeite os limites de peso e de passageiros do veículo;
5. Adapte a condução ao estado do piso, às condições de visibilidade, ao estado e carga do veículo, às suas condições psicofisiológicas e a intensidade do tráfego;
6. Utilize sempre o cinto de segurança e verifique que todos os passageiros o usam igualmente, mesmo nos bancos traseiros;
7. Não fale ao telemóvel enquanto conduz, a atenção do condutor deve ser prioritariamente dirigida para a condução;
8. Cumpra sempre os limites de velocidade;
9. O condutor deve deixar sempre em relação o veículo que segue à sua frente uma distância, que lhe permita travar/parar em segurança;
10. Se deslocar um reboque deve atender à sua influência na direção, na aclaração e na travagem;
11. Na condução sob condições atmosféricas adversas, o condutor deve evitar a realização de manobras desnecessárias, sobretudo a de ultrapassagem e reforçar a adoção de uma condução defensiva, adaptando a sua condução, particularmente, à redução da visibilidade e da aderência ao piso;
12. Quando conduzir não consuma bebidas alcoólicas;
13. Imobilize imediatamente o veículo em caso de comportamento irregular, ruídos anormais, fumo, cheiro a combustível ou óleo, ativação de luzes e/ou sinais sonoros de alerta e colisão ou choque, incluindo qualquer embate envolvendo a zona inferior do veículo. A não imobilização imediata nestas ou noutras situações anómalas pode provocar danos irreversíveis no veículo.

2.3.2 A Eco-Condução

A Eco-Condução é uma forma de condução eficiente que permite reduzir o consumo de combustível e a emissão de gases com efeito de estufa e outros poluentes, contribuindo também para um maior segurança rodoviária e um maior conforto dos ocupantes.

Devem assim, ser adotados hábitos de condução que permitem tirar o maior partido dos veículos, tendo em atenção as características dos motores, otimizando os consumos, numa ótica de eficiência energética.

As Boas Práticas da Eco-Condução:

1. Ligue o veículo apenas quando iniciar a viagem, aquecer o motor apenas contribui para desperdiçar combustível e poluir o ambiente;
2. Deve conduzir sempre com uma distância de segurança e um amplo campo de visão. Ao conduzir por antecipação reduz o número de acelerações e travagens, melhorando os consumos médios e aumentando o conforto na condução.
Ao adotar uma condução antecipada terá maior tempo de reação, prevenindo situações de perigo e contribuindo assim para uma maior segurança rodoviária;
3. Sempre que possível utilizar rotações do motor mas baixas e ao gerir a caixa de velocidades utilize mudanças mais altas.
Troque de mudanças num carro a gasolina entre as 2000 rpm e 2500 rpm e num carro a gasóleo entre as 1500 rpm e 2000 rpm;
4. Acelere e desacelere suavemente, as acelerações bruscas levam a que o seu veículo consuma mais combustível e emita poluentes atmosféricos. As repetidas acelerações e travagens provocam um maior desgaste mecânico, aumentando ainda o desconforto;
5. Mantenha a velocidade o mais constante possível, siga a fluidez da circulação, evite as acelerações e alterações de mudanças desnecessárias.
Não conduza em velocidades elevadas, pois implica maior risco e aumenta o consumo de combustível. Os limites do código da estrada correspondem a consumos aceitáveis;
6. Evite situações de ralenti. Um automóvel gasta aproximadamente 1 litro de combustível por hora ao ralenti, sendo que em poucos segundos o gasto energético associado à ligação do motor é compensado pelo período em que o motor permaneceu desligado.
Um automóvel ao ralenti contribui para o ruído ambiente e para o aumento da poluição energética;
7. Nas descidas e travagens, mantenha uma mudança engrenada. Um veículo com tecnologia moderna corta a injeção de combustível quando se retira o pé do acelerador e se mantém uma mudança engrenada. Esta situação permite o aproveitamento da energia cinética do veículo para prolongar o seu movimento, sem ser necessário consumir combustível.
Ao retirar o pé do acelerador, mantenha sempre o carro engatado, e em descidas ou situações de travagem controlada pode aproveitar mais eficientemente a energia utilizada;

8. Em paragens prolongadas (acima dos 60 segundos) é recomendado desligar o motor.

Ter em atenção:

- a) Não circule com mercadorias supérfluas e que sabe não precisar;
- b) As janelas abertas ou acessórios montados no tejadilho do veículo podem afetar o consumo de combustível;
- c) Quando for realmente necessário circular com carga no veículo, circule com velocidade moderada;
- d) No caso de o veículo ter ar condicionado, deve apenas utilizar quando for necessário. À utilização do ar condicionado está associado um aumento de consumo de combustível na ordem dos 20%;
- e) Escolha o melhor percurso nas deslocações e tente antecipar o fluxo de trânsito. Uma viagem bem planeada é um bom recurso para poupar combustível.

2.3.3 Pneus

Um dos componentes do veículo mais importante são os pneus. A função que desempenham como único elo de ligação do veículo ao solo, e as condições em que essa função é realizada são de extrema importância na vida do veículo, mas também na segurança dos seus ocupantes.

a) Profundidade dos sulcos

Um pneu novo possui um piso com sulcos cuja profundidade se situa entre os 7 e os 9 milímetros. A lei diz que a profundidade mínima é de 1,6 milímetros, mas nunca deve deixar que esse valor vá além dos 3,5 milímetros. A profundidade dos sulcos pode ser medida numa oficina da marca ou de pneus.

b) Duração de um pneu

A duração de um pneu depende do tipo de utilização, das prestações do veículo, da condução, das estradas onde circula e da carga que suportam. Por isso mesmo deve vigiar o desgaste, percebendo que quando trocar de borrachas a duração não será a mesma. Mesmo que sejam exatamente iguais aos que estavam montados de série. Todos os elementos da suspensão também sofrem desgastes mais ou menos significativos e que as afinações se vão alterando ao longo dos anos.

c) Pressão adequada

Controlar regularmente a pressão dos pneus. Não existem prazos pré-estabelecidos para este controlo, pois as causas da falta de pressão podem ser diversas: mau estado das jantes, má montagem do pneu na jante, falta de aderência do talão do pneu ao bordo da jante ou a maior ou menor porosidade da jante.

d) Amortecedores em forma

Os pneus funcionam melhor se os amortecedores estiverem em bom estado. Além das imperfeições da estrada serem mais perceptíveis e o ruído de rolamento ser mais elevado, os pneus degradam-se.

e) Subir passeios

Enfrentar os passeios num ângulo reto, ao invés de tentar fazer a subida a 45 graus, pode provocar danos ao ombro do pneu e à estrutura interna do pneumático, sendo a causa mais comum para o derrapar do pneu a alta velocidade. Tente subir os passeios num ângulo de 45 graus e sempre devagar.

f) Longos períodos de imobilização

Os pneus achatam-se na zona de contacto com o solo quando o veículo (especialmente se for pesado) permanece muito tempo imobilizado.

g) Pressão insuficiente

Se os pneus tiverem pressão a menos, será provocado um sobreaquecimento anormal que poderá danificar de forma irremediável a estrutura do pneu. Além disso, é a causa mais comum para um desgaste exagerado do piso nos bordos que, por sua vez, provoca falta de aderência ao solo.

h) Pressão exagerada

No caso dos pneus do seu carro terem pressão a mais, o conforto será menor, torna a direção mais leve e menos precisa. Como só a parte central do piso entra em contacto com a estrada, a aderência é muito menor que o normal.

i) Bloqueio de rodas

Se o veículo não possuir ABS, deve evitar o bloqueio de rodas. É que a cada bloqueio corresponde um desgaste exagerado da banda de rolamento, que vai provocar vibrações e “saltos” ritmados na direção. Além de desagradáveis, são suscetíveis de provocar desalinhamentos na direção e suspensão.

2.3.3 Travões

O desenvolvimento dos sistemas de travagem tem passado por diversas fases desde os travões às quatro rodas, ao melhoramento dos travões em si.

Um dos sistemas que mais contribuiu para a segurança ativa neste domínio foi o ABS. O ABS impede o bloqueio das rodas na travagem, garantindo assim a estabilidade e o domínio do carro. Este sistema permitiu também que se desenvolvessem outros sistemas de apoio à travagem desde os que permitem distribuir melhor a força de travagem pelas quatro rodas aos que otimizam a força de travagem.

Assim pode-se concluir que a travagem ideal se fará sem derrapagem, mas se possível, muito perto dela de maneira a maximizar a força de resistência entre o pneu e a estrada.

O aumento de segurança proporcionado pelos dispositivos de travagem ao condutor comum sobretudo em chuva ou em condições de difícil aderência são espantosos e podem contribuir para reduzir significativamente o número de acidentes, sobretudo em travagens de emergência. Em condições de aderência normais a ação destes equipamentos é menos notada, ainda assim podem evitar sobressaltos nas travagens em pisos irregulares. Mantenha os travões em bom estado.

Um dos cuidados a ter na manutenção do sistema de travagem é a atenção ao desgaste das pastilhas. Isto porque muitos veículos deixaram de ter a luz sinalizadora que avisava o condutor quando a espessura das pastilhas atingia um certo limite. A partir daí para além da capacidade de travagem diminuir corremos o risco de danificar os discos.

2.4 Sinistro

1. Se existirem feridos, contacte imediatamente o 112;
2. Se o condutor não for o proprietário do veículo, anote sempre a identificação dos dois (proprietário e condutor);

3. Se o acidente envolver um veículo articulado composto por trator e reboque, anote a matrícula de ambos e identifique as apólices que cobrem cada um deles, em especial a do trator;
4. Se o veículo tiver matrícula estrangeira, além de tudo o que já foi referido, verifique qual o país onde o veículo está estacionado habitualmente e solicite, sempre que possível, cópia ou duplicado da carta verde;
5. Se o acidente envolver mais que dois veículos, todos os intervenientes deverão preencher uma DAAA (Declaração Amigável de Acidente Automóvel), em conjunto com os condutores que tenham embatido entre si;
6. Tenha em atenção a posição dos veículos intervenientes, após o acidente, fazendo o respetivo esboço na DAAA;
7. Assine a DAAA conjuntamente com os outros condutores intervenientes, sem esquecer de assinalar os casos aplicáveis ao acidente e preencher o n.º de quadrados assinalados;
8. Cada um dos intervenientes deverá ficar com uma cópia da DAAA, sendo indiferente ser original ou o duplicado;
9. Anote adequadamente todos os dados das testemunhas presenciais (nome, morada e telefone), incluindo os passageiros transportados nos veículos intervenientes;
10. Não havendo acordo quanto às circunstâncias do acidente, peça intervenção imediata das autoridades competentes;
11. Se os condutores dos outros veículos intervenientes fugirem, anote, se possível, as matrículas respetivas, eventuais testemunhas e alerte as autoridades competentes;
12. Contactar a Assistência em Viagem da Companhia de Seguros;
13. Caso o veículo seja propriedade de uma Gestora de Frota e o seguro tenha sido contratado com esta, seguir os procedimentos estabelecidos no Manual de Conductor.

Se o Veículo não possuir Seguro:

1. Identifique o Veículo, como sendo um veículo pertencente ao Estado.

2.5 Avaria do Veículo

A avaria do veículo é identificada no caso de alguma luz avisadora ser acionada ou por algum acontecimento que fuja à apresentação normal do veículo.

Recomendações:

1. Utilize a berma para imobilizar o veículo;
2. Ligue de imediato as luzes de emergência;
3. Quando sair da viatura vista sempre o colete;
4. Coloque o triângulo de pré-sinalização a uma distância nunca inferior a 50 metros.

Se o Veículo possuir seguro:

- a) Contactar a Assistência em viagem da Companhia de Seguros;
- b) Caso o Veículo seja propriedade de uma gestora de Frota e a seguro tenha sido contratado com esta, seguir os procedimentos estabelecidos no Manual do condutor.

Se o Veículo não possuir seguro:

Cada organismo deve ter os seus procedimentos, poderá no entanto chamar o reboque e comunicar o organismo a que o veículo está afeto, para a sua reparação com brevidade.