

Manual da Segurança do Trabalho

Título do DDS: Direção Defensiva: Prevenção é o Melhor Caminho Duração: 15 minutos

Data: [Data atual]

Facilitador: [Nome do responsável]

Participantes: [Espaço para assinaturas]

OBJETIVO

Compreender os princípios da direção defensiva, reconhecer comportamentos de risco no trânsito e promover a adoção de práticas seguras ao volante, reduzindo a probabilidade de acidentes.

DESENVOLVIMENTO

HISTÓRIA INTRODUTÓRIA (5 minutos)

Pedro era um motorista experiente, com 12 anos dirigindo para a empresa. Certo dia, voltando de uma entrega, estava em uma rodovia quando notou pelo retrovisor um veículo em alta velocidade fazendo ultrapassagens perigosas. Em vez de acelerar ou disputar espaço, Pedro reduziu a velocidade gradualmente e se manteve na faixa da direita.

Segundos depois, o veículo em alta velocidade tentou uma ultrapassagem forçada, mas teve que retornar à faixa original bruscamente ao perceber um caminhão na direção contrária. Por pouco não ocorreu uma colisão frontal.

Na mesma rodovia, mais à frente, Pedro viu o mesmo veículo parado no acostamento. O motorista havia perdido o controle após outra manobra arriscada e colidido com a proteção lateral. Felizmente, o acidente não teve vítimas graves.

Ao passar pelo local, Pedro refletiu sobre como sua atitude defensiva de ceder espaço e não competir no trânsito evitou que ele fizesse parte daquela estatística. Ao chegar na empresa, compartilhou essa experiência na reunião de segurança, reforçando como a direção defensiva tinha feito diferença naquele dia.

INTRODUÇÃO AO TEMA (2 minutos)

A direção defensiva não é apenas uma técnica, mas uma filosofia de condução que pode salvar vidas. No Brasil, segundo dados do Ministério da Saúde, ocorrem cerca de 35 mil mortes no trânsito anualmente, e muitas delas poderiam ser evitadas com práticas defensivas.

Dirigir defensivamente significa estar sempre alerta, prever situações de risco e adotar medidas preventivas antes que os problemas ocorram. É uma abordagem que pressupõe que todos os outros motoristas podem cometer erros, e cabe a nós estarmos preparados para evitar que esses erros resultem em acidentes.

PONTOS PRINCIPAIS (4 minutos)

1. Princípios fundamentais da direção defensiva:

Manual da Segurança do Trabalho

Atenção constante ao ambiente de trânsito Manutenção de distância segura entre veículos Antecipação de situações de risco Conhecimento e respeito às leis de trânsito Adaptação às condições da via e climáticas

2. Fatores de risco que devemos evitar:

Excesso de velocidade Uso de celular ao volante Consumo de álcool ou outras substâncias Fadiga e sonolência Comportamento agressivo no trânsito

3. Técnicas práticas de direção defensiva:

Verificar os pontos cegos antes de mudar de faixa Sinalizar todas as manobras com antecedência Manter distância equivalente a 3 segundos do veículo à frente Reduzir a velocidade em condições adversas (chuva, neblina) Realizar manutenção preventiva do veículo

4. Benefícios da direção defensiva:

Redução significativa do risco de acidentes Economia de combustível e menor desgaste do veículo Diminuição do estresse ao volante Proteção não só de si mesmo, mas dos passageiros e outros usuários da via Contribuição para um trânsito mais seguro e harmônico

DISCUSSÃO INTERATIVA (3 minutos)

Você já esteve em alguma situação onde a direção defensiva evitou um acidente? Como foi essa experiência? Quais são os comportamentos de risco que você mais observa no trânsito durante seus deslocamentos diários? Quais hábitos de direção defensiva você considera mais difíceis de manter no dia a dia? Como podemos superar essas dificuldades?

CONCLUSÃO E COMPROMISSO (1 minuto)

A direção defensiva é uma escolha que fazemos a cada vez que assumimos o volante. Não se trata apenas de técnica, mas de responsabilidade com a própria vida e a dos outros. Ao adotarmos uma postura defensiva, não estamos sendo "motoristas lentos" ou "atrasando o trânsito" – estamos sendo profissionais conscientes e responsáveis.

Proponho que nesta semana, cada um de nós escolha ao menos três práticas de direção defensiva para incorporar ou reforçar em sua rotina. Na próxima reunião, poderemos compartilhar como foi essa experiência e quais resultados observamos.

FRASE MOTIVACIONAL: "No trânsito, prevenir não é apenas melhor que remediar – muitas vezes, é a única chance que temos."

VERIFICAÇÃO

Cite dois princípios fundamentais da direção defensiva. Qual deve ser a distância segura recomendada entre veículos em condições normais? Por que é importante considerar que outros motoristas podem cometer erros?

MATERIAL DE APOIO

Folder ilustrativo com as principais técnicas de direção defensiva Checklist para verificação diária das condições do veículo Aplicativo sugerido para monitorar e melhorar hábitos de direção Vídeo curto demonstrando situações de risco e como evitá-las com direção defensiva

DDS são ferramentas importantes na gestão de SMS, com a função de instruir os funcionários antes do início de suas atividades laborais.

IMPORTANTE: O conteúdo é meramente sugestivo e elaborado para a realidade de uma frente de serviço teórica.

Portanto, todos os DDS são genéricos e devem ser adaptados a realidade das frentes de trabalho pelo profissional de SMS(Segurança, Meio Ambiente e Saúde) e / ou líderes da empresa, ou setores.

A responsabilidade do DDS é exclusivamente da pessoa que estará realizando o diálogo nas frentes de trabalho!!!