

DICAS DE SEGURANÇA NO TRÂNSITO: CICLISTAS, MOTORISTAS E PEDESTRES.

Pedalar com segurança é possível e um dever para o ciclista consciente. Muitos dos acidentes podem ser facilmente evitados e cabe a quem pedala, dirige ou caminha fazer a sua parte para que todos tenham o seu “ir e vir” seguro e respeitado. Estas dicas valiosas nos mostram o quanto é simples para todos os envolvidos no trânsito zelar pela segurança de forma mútua. Basta que cada um pense no próximo e que tenha em mente que as vias públicas são de todos, devem ser compartilhadas e não tomadas como um espaço privado e individual.

Trânsito: carros e mais carros, ônibus, motociclistas apressados, pedestres. E nós, ciclistas. Como é que a gente faz?

Pedalar no trânsito parece impossível para muitos, principalmente para quem mora em cidade grande. Será mesmo? Se isto é verdade, por que tem aumentado o número de ciclistas nas ruas? O que é verdade ou imaginação sobre segurança no trânsito? A segurança no trânsito é estabelecida a partir de números e estatísticas, encontrados através de pesquisas realizadas com base científica, que dizem de fato o que é seguro, perigoso ou inseguro para o condutor de um veículo, pedestre ou qualquer outro que esteja participando do trânsito. O resto é imaginação (ou ficção) popular, e esta sim, costuma ser perigosa.

Normalmente, quando acontece um acidente a história corre de boca em boca, e em pouco tempo parecerá que houve um acidente em cada esquina e a cada minuto. Há um certo prazer em contar e ouvir histórias deste tipo. Mesmo depois de muito tempo, um acidente sempre é uma conversa interessante. O que foi um tombo causado por um susto acaba se transformando num coitado sob as rodas de um ônibus. É como no caso dos aviões: há em média dois (sim, dois!) acidentes para cada milhão de decolagens, o que transforma o avião no meio de transporte mais seguro existente. Mesmo assim só se fala naqueles que se esborracharam. Detalhe: nestes dois raríssimos acidentes não necessariamente houve morte, nem um arranhão sequer (o avião apenas pousou de barriga, por exemplo).

A imensa maioria dos ciclistas pedala sem sofrer acidentes de trânsito! Mas, bom mesmo é quando há sangue na conversa. O fato é que as pessoas se apegam a certas verdades muito mais para evitar a possibilidade de mudanças em suas vidas do que para qualquer outra coisa. "Vai que pedalar é muito mais seguro que imagino, eu vou ter que assumir que estava errado todo este tempo". O que é novo é estranho e traz receios. Para quem pedala pela primeira vez no trânsito a situação pode parecer assustadora. Só nos conscientizamos que a maioria dos perigos são imaginários, com a convivência e a prática. Trânsito é previsível, tem lógica, responde à física. Há uma parte psicológica? Sim, mas esta também é previsível. Todo acidente é causado por um erro, uma falha. Se não houver erro ou falhas, não haverá acidente. É óbvio, parece uma

afirmação besta, idiota, mas não é, muito pelo contrário. Quem compreende esta verdade, entende o que é segurança no trânsito e praticamente zera a possibilidade de um acidente. **Antes de culpar o outro, descubra qual é o seu erro e você descobrirá a solução para o conflito.**

Para o ciclista em qualquer lugar:

- 1. Seja educado.*
- 2. Obedeça às leis de trânsito.*
- 3. Sempre sinalize suas intenções.*
- 4. Use roupas claras ou chamativas.*
- 5. Mantenha os refletores limpos.*
- 6. Evite ruas e avenidas movimentadas.*
- 7. Mantenha-se à direita e na mão de direção.*
- 8. Não faça zig-zag: procure pedalar mantendo uma linha reta.*
- 9. Aprenda a ouvir o trânsito.*

Pedalar com segurança.

Se o ciclista seguir umas poucas regras básicas o risco de acidente cai praticamente a zero. Sempre haverá possibilidade de alguma tensão ou conflito, mas será bem mais difícil a ocorrência de um acidente. O importante é você entender que, enquanto pedala e conduz a bicicleta, você é um ciclista, e não um motorista ou motociclista. Bicicleta acelera, mantém a velocidade e desacelera de uma maneira completamente diferente de qualquer veículo motorizado. Por causa disto a relação do ciclista com o trânsito tem suas particularidades que tem ser respeitadas. Mais da metade dos acidentes de trânsito envolvendo ciclistas são de responsabilidade do próprio ciclista.

Pedalar tranqüilo:

- 1. Acredite no que é científico; tome cuidado com o que falam por aí.*
- 2. Mais de 50% dos acidentes são de responsabilidade do próprio ciclista.*
- 3. 95% dos acidentes envolvendo ciclistas acontecem em cruzamentos*
- 4. Em menos de 1% dos acidentes o ciclista sofre uma colisão traseira.*
- 5. Pedalar na contra-mão aumenta muito a possibilidade de acidente com seqüelas graves ou morte.*

6. Ciclista que veste roupas claras ou chamativas e sinaliza suas intenções, diminui sensivelmente a possibilidade de acidente.

7. Boa parte dos acidentes são causados por falha na manutenção da bicicleta. Se sua habilidade com a bicicleta não é boa e você tem que cruzar uma via muito perigosa ou cheia de obstáculos, cruze a pé, empurrando a bicicleta.

A Relação com o motorista:

1. Quanto espaço ele precisa para frear?

2. Para onde ele está olhando?

3. Olho no olho do motorista ou pedestre.

4. Se não é possível ver o olho do motorista, olhe para as rodas dianteiras do carro.

5. Tente antecipar a reação do trânsito: olhe longe, pense adiantado;

6. Cuidado com portas de carro se abrindo.

O que nunca se deve fazer

1. Nunca pedale na contra-mão, a não ser que esteja sinalizado.

2. Não pedale onde o motorista não o pode ver.

3. Nunca entre com tudo nos cruzamentos, esquinas ou saídas de estacionamentos.

4. Nunca force uma situação contra um carro, moto ou ônibus.

5. Não pedale muito próximo do meio fio.

6. Não fique olhando para trás, preocupe-se com o que vem pela frente.

7. Não use walk-man, MP3 e fones nos ouvidos.

Precauções:

1. Pedale de forma que seu comportamento transmita segurança aos outros.

2. Só olhe para trás quando for realmente necessário.

3. Em descidas fortes, evite deixar a bicicleta correr demais.

4. Cuidado com mudanças de piso e suas diferentes aderências.

5. Tampas de bueiro em aço ou sinalização pintada no solo quando molhadas escorregam muito.

- 6. Com chuva ou chão escorregadio diminua a velocidade.*
- 7. Com chuva a visibilidade de todos fica prejudicada.*
- 8. Esteja sempre com a marcha correta engatada. Antes de parar a bicicleta nos cruzamentos engate uma marcha que lhe permita arrancar rápido.*
- 9. Respeite o pedestre, sempre.*

Para o motorista:

- 1. Faixas de rodagem são calculadas para a passagem de um veículo por vez.*
- 2. A maioria dos motoristas não pedala, portanto não sabe como a bicicleta se comporta em movimento.*
- 3. A diferença de velocidade entre uma bicicleta e um automóvel é grande e o tempo de reação do motorista é baixo.*
- 4. Motoristas precisam prestar atenção em muita coisa ao mesmo tempo. A bicicleta é visualmente o menor dos veículos no trânsito, portanto o mais difícil de ser percebido.*
- 5. Motoristas de qualquer veículo grande não tem uma boa visibilidade externa, portanto o ciclista deve guardar distância.*
- 6. Um carro ou uma moto freiam mais rápido que uma bicicleta.*
- 7. A bicicleta desaparece no ângulo formado pela coluna de um carro.*

Para o Pedestre e outros:

- 1. Pedestres tem prioridade sobre ciclistas. Lembre-se que você também é um pedestre. Respeite para ser respeitado.*
- 2. Um pedestre pode mudar de direção de maneira muito brusca. Aproxime-se devagar, avisando sua chegada e passe guardando distância.*
- 3. Patins e skates também mudam de direção muito rápido.*
- 4. Cachorros e gatos tem reações inesperadas. Evite assustá-los.*
- 5. Próximo a árvores pode haver raízes perigosas*

Texto extraído de: www.escoladebicicleta.com.br