

CAMPANHA



AO VOLANTE,  
**O TELEMÓVEL**  
PODE ESPERAR.

A Sinistralidade Rodoviária é um problema a nível mundial: todos os anos morrem 1,35 milhões de pessoas em todo o mundo. São 3700 pessoas por dia, 1 pessoa a cada 24 segundos. É a primeira causa de morte dos 5 aos 29 anos. Em Portugal, apesar dos resultados obtidos nas últimas duas décadas, em média, 650 pessoas por ano perderam a vida nas nossas estradas. Um número muito longe do único aceitável: **ZERO**.

## O TELEMÓVEL E O RISCO DE ACIDENTE

A tentação de responder a chamadas e notificações do telemóvel é uma realidade que provoca muitos acidentes. Ao volante, ninguém é “multitasking”.

Escrever uma mensagem é a distração mais perigosa.

### Note bem:

- A utilização do telemóvel durante a condução aumenta em quatro vezes a probabilidade de ter um acidente.
- A 50 km/h, olhar para o telemóvel durante 3 segundos é o mesmo que conduzir uma distância de 42 metros com os olhos vendados, o equivalente a uma fila de 10 carros.
- Utilizar o telemóvel durante a condução provoca um aumento no tempo de reação a situações imprevistas superior ao efeito de uma taxa de álcool no sangue de 0,8 g/l.

## O QUE É ESPERADO DE CADA UM DE NÓS

A conduzir, desligue-se desta distração perigosa e opte por uma das seguintes estratégias:

- Desligue o telemóvel.
- Ative o modo silêncio.
- Coloque o telemóvel no porta-luvas ou num local que não permita o acesso.
- Ative as mensagens de voz para que as pessoas possam deixar mensagens enquanto viaja.
- Pare em local autorizado e seguro para verificar ou devolver chamadas urgentes.
- Evite, sempre que possível, usar o modo mãos livres.
- Tome a iniciativa de dizer que volta a ligar mais tarde, sempre que se aperceber que a pessoa para quem telefona está a conduzir.

## O QUE ACONTECE SE ADOTAR COMPORTAMENTOS INDEVIDOS

[Para além de colocar a sua vida e a dos outros em risco]

Comportamento infrator	Consequências legais		
	Coima	Inibição de conduzir	Pontos subtraídos na carta de condução
Utilização ou manuseamento de forma continuada, durante a marcha do veículo, de qualquer tipo de equipamento ou aparelho suscetível de prejudicar a condução.	250 € a 1250 €	1 a 12 meses	3 pontos

## ENVOLVA-SE NA CAUSA

Pais, professores, alunos, escolas, empresas, organizações e associações do setor público e privado são convidados a desenvolver iniciativas que alertem para os riscos da distração do telemóvel na condução.

Se tiver desenvolvido alguma iniciativa ou campanha, ou tiver algum testemunho encorajador sobre o tema, torne-se embaixador da causa e partilhe-a connosco: [comunicacao@ansr.pt](mailto:comunicacao@ansr.pt).

**Dar o exemplo é a melhor forma de inspirar e encorajar a mudança.**

Junte-se à ANSR neste compromisso de combate à sinistralidade rodoviária. Contribua ativamente para o grande propósito coletivo de Salvar Vidas, de chegar às Zero Mortes.

**# ZeroTelemóvel #ZeroMortes**

Siga a ANSR nas Redes Sociais, mas não as utilize durante a condução!



### Referências bibliográficas:

ANSR (2022). *Relatório Novembro 2021- Sinistralidade 24 horas Fiscalização e contraordenações*. Barcarena: Autor

Jeff K. Caird, Sarah M. Simmons, Katelyn Wiley, Kate A. Johnston, William J. Horrey (2018). Does Talking on a Cell Phone, With a Passenger, or Dialing Affect Driving Performance? An Updated Systematic Review and Meta-Analysis of Experimental Studies. *Human Factors*, Vol. 60, No. 1, February, pp. 101–133

P C Burns, A Parkes, S Burton, R K Smith (TRL Limited) and D Burch (Direct Line Group) (2002). How dangerous is driving with a mobile phone? Benchmarking the impairment to alcohol. *TRL Report TRL547*

<https://www.think.gov.uk/themes/mobile-phones>

<https://www.nhtsa.gov/risky-driving/distracted-driving>

[https://www.rsa.ie/docs/default-source/road-safety/rsa\\_mobile\\_dl.pdf?sfvrsn=9282add2\\_10](https://www.rsa.ie/docs/default-source/road-safety/rsa_mobile_dl.pdf?sfvrsn=9282add2_10)