

O derramamento de gasóleo é perigoso para os outros utentes da estrada, particularmente os motociclistas, porque reduzirá significativamente o nível de aderência entre os pneus e a superfície da estrada. Verifique novamente para fugas de combustível e certifique-se de que:

- não enche o seu depósito de combustível em demasia;
- o tampão do combustível está apertado correctamente;
- o selo no tampão não está rasgado, destruído ou desaparecido;
- não há quaisquer danos visuais no tampão ou no depósito de combustível.

Os tampões do combustível de emergência, se montados, devem formar um bom selo isolante.

Nunca fume, ou use um telemóvel, na área do posto de combustível porque estes actos são os principais riscos de explosão e podem causar uma explosão.

## Segurança do veículo

**Ao sair do seu veículo,** deve:

- remover a chave de ignição e accionar o bloqueamento da direcção;
- fechar o carro, mesmo se o deixar só por alguns minutos;
- fechar as janelas completamente;
- nunca deixar crianças ou animais de estimação num automóvel sem ventilação;
- levar todo o recheio consigo, ou guardá-lo no porta-bagagem. Lembre-se, que um ladrão sabe que um saco de asas pode conter artigos de valor;
- nunca deixar os documentos do veículo no carro.

**Para segurança extra instale** um dispositivo anti-roubo, tal como um alarme ou um imobilizador. Se vai comprar um carro novo é uma boa ideia verificar o nível de características de segurança internas. Considere ter o seu número de matrícula gravado em todas as janelas do carro. Este é um impedimento barato e eficaz para os ladrões profissionais.

## 7. Primeiros socorros na estrada

No caso de um incidente, pode fazer uma série de coisas para ajudar, mesmo se não teve nenhuma formação.

### 1. Lidar com o perigo

Os principais perigos a seguir a um acidente são colisões adicionais e incêndio. Aproxime-se de qualquer veículo envolvido com cuidado. Desligue todos os motores e, se possível, avise o trânsito restante. Impeça qualquer pessoa de fumar.

### 2. Obter ajuda

Tente obter auxílio dos espectadores. Peça a alguém para chamar, o mais cedo possível, os serviços de urgência apropriados.

Precisarão de saber a posição exacta do incidente e o número de veículos envolvidos.

### 3. Ajudar as pessoas envolvidas

**NÃO** mova as vítimas que continuam nos veículos a menos que haja ameaça de um perigo adicional. **NÃO** remova o capacete de um motociclista, a menos que seja essencial. Lembre-se que a vítima pode sofrer de choque. **NÃO** dê qualquer coisa de comer ou beber. **TENTE** mantê-los mornos e tão confortáveis quanto possível, mas evite o movimento desnecessário. **RESTABELEÇA** a confiança e tente não os deixar sozinhos ou deixá-los a vagar no caminho do trânsito restante.

### 4. Prestar os cuidados de emergência

Lembre-se das letras **D R A B C**:

**D - Perigo** – certifique-se de que não está em perigo.

**R - Resposta** - tente obter uma resposta fazendo perguntas e agitando ligeiramente os seus ombros.

**A - Vias respiratórias** - as vias respiratórias devem ser desobstruídas e mantidas abertas. Coloque uma mão na testa, dois dedos sob o queixo e incline ligeiramente a cabeça para trás.

**B - Respiração** - deve ser estabelecida a respiração normal. Depois das vias respiratórias estarem abertas, verifique a respiração durante até 10 segundos.

**C - Compressões** - se não estão a respirar normalmente, devem ser administradas compressões para manter a circulação; coloque as duas mãos no centro da caixa torácica e comprima 4 a 5 cm a uma taxa de 100 por minuto. Pode só necessitar de uma mão para uma criança. Faça 30 compressões na caixa torácica. Incline então a parte traseira da cabeça ligeiramente, aperte as narinas da vítima juntas e coloque a sua boca sobre a da vítima. Faça duas respirações, cada uma com um segundo de duração (usar respirações delicadas para uma criança pequena).



Se a vítima está inconsciente e a respirar, coloque-a na posição de recuperação até à chegada da assistência médica

**Sangramento.** Primeiro verifique se há alguma coisa que possa estar na ferida, tal como o vidro. Se não houver nada, aplique uma pressão firme sobre a ferida. Preste atenção para não pressionar no objecto - coloque um penso de cada lado. Prenda um penso à ferida com uma ligadura ou pedaço de pano. Use o material mais limpo disponível. Se um membro está a sangrar, mas não está partido, levante-o acima do nível do coração para reduzir o fluxo de sangue. Qualquer restrição da circulação de sangue durante mais de um curto período de tempo poderá causar lesões a longo prazo.

**Queimaduras.** Tente arrefecer a queimadura molhando-a com água limpa, fria ou líquido não tóxico semelhante, durante pelo menos 10 minutos. Não tente remover qualquer coisa que esteja colada à queimadura.

## 5. Esteja preparado.

Transporte sempre um kit de primeiros socorros. Poderá salvar uma vida aprendendo assistência de emergência e primeiros socorros numa organização qualificada, tal como os serviços de ambulância locais, a Associação e a Brigada da Ambulância de St John, Corpos de Ambulância da Ordem de Malta, Cruz Vermelha britânica ou qualquer órgão qualificado apropriado (consultar página 134 para dados de contacto).

## 8. Código de segurança para os novos condutores

Depois de passar o exame de condução, poderá conduzir sozinho. Isto proporcionar-lhe-á muitas oportunidades mas necessita de permanecer seguro. Mesmo tendo em conta que mostrou ter as competências que necessita para conduzir com segurança, muitos dos novos condutores qualificados recentemente têm falta de experiência. Necessita de continuar a desenvolver as suas competências, antecipando especialmente o outro comportamento dos outros utentes da estrada para evitar ter uma colisão. Um em cada cinco condutores novos tem algum tipo de colisão no seu primeiro ano de condução. Este código presta-lhe o aconselhamento para ultrapassar os primeiros 12 meses após ter passado o exame de condução, quando está mais vulnerável, o mais seguro possível.

- A maioria das colisões mais graves ocorrem durante a noite. Entre a meia-noite e as 6h00 é um momento de alto risco para os condutores novos. Evite conduzir durante este período, a menos que seja realmente necessário.
- Se está a conduzir com passageiros, é responsável pela sua segurança. Não permita que o distraiam ou incentive a tomar riscos. Diga aos seus passageiros que necessita de se concentrar para os levar em segurança ao seu destino.
- Nunca faça exhibições ou tente competir com outros condutores, particularmente se estão a conduzir mal.