



# **“Trânsito e Saúde: da prevenção a promoção de vidas”**

**Dr. Áquilla Couto**

**MEDICO DO TRAFEGO**

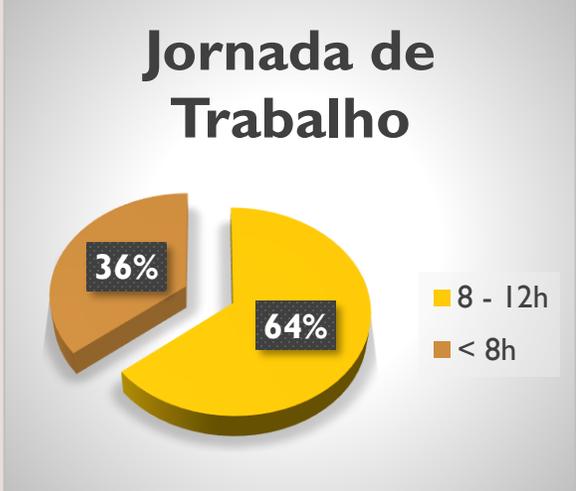
**Conselheiro CETRAN-SP**

**Universidade Federal de São Paulo  
(EPM/UNIFESP)**

**Associação Brasileira de Medicina do Tráfego  
(ABRAMET)**



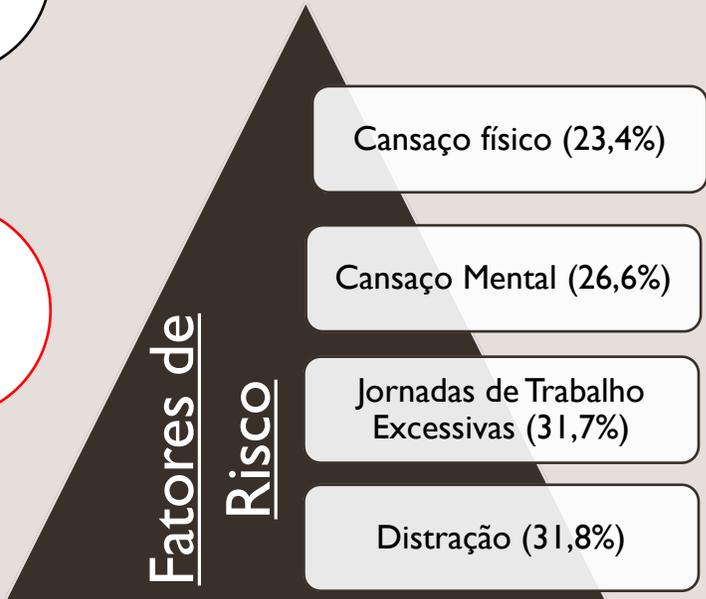
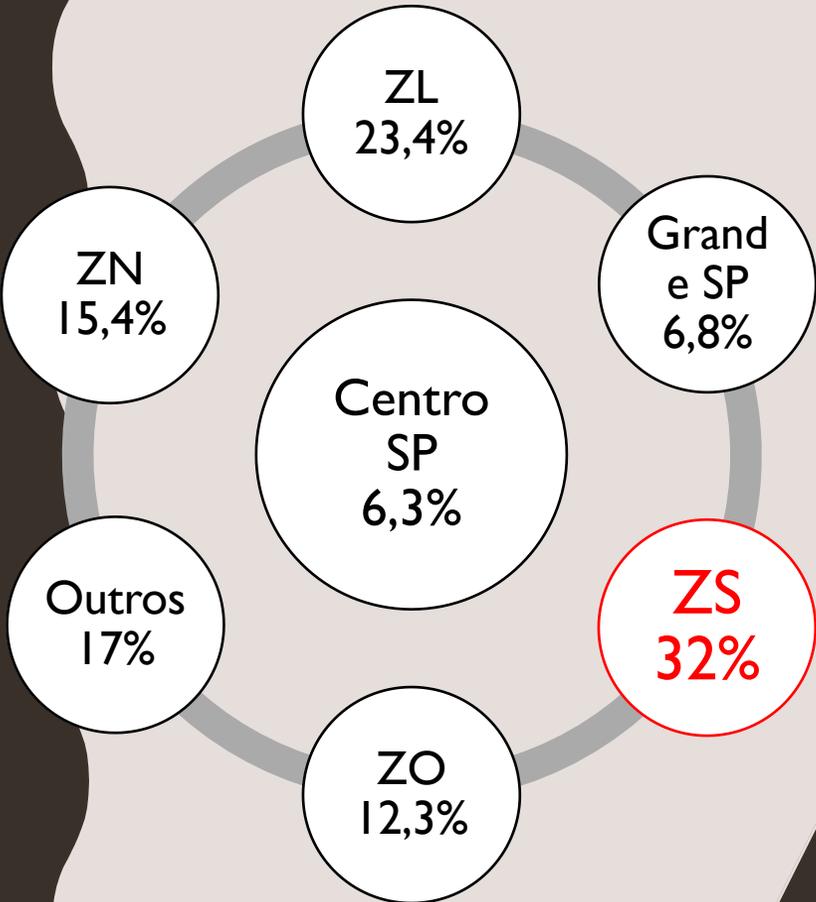
**475**  
respostas



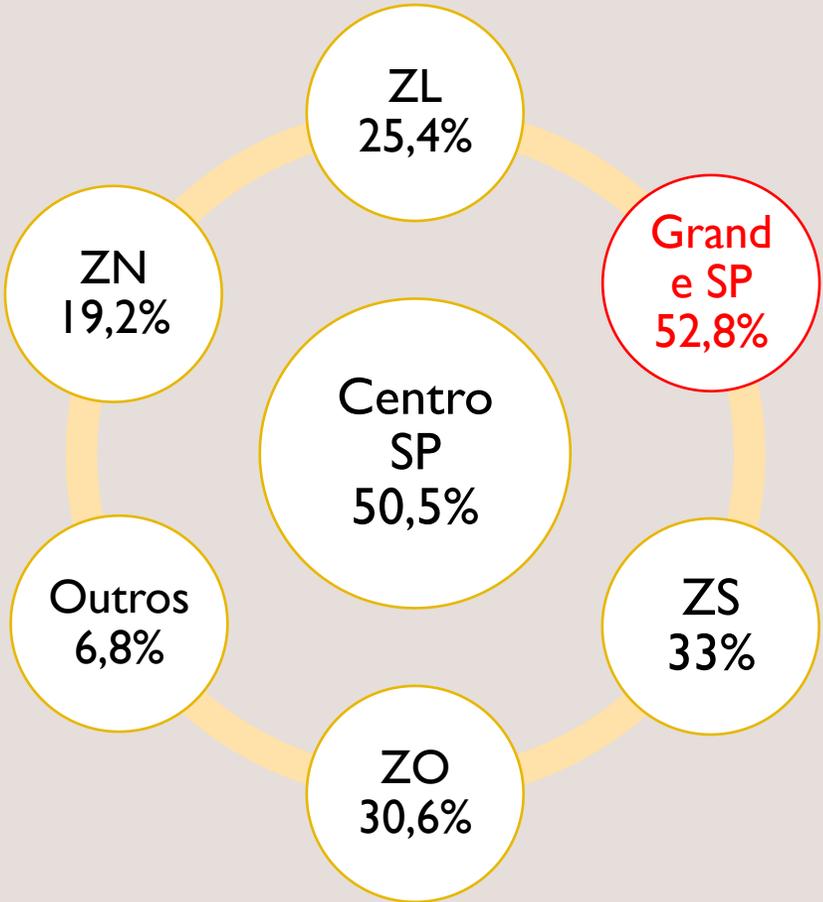
**475**  
respostas



## Local de Residência



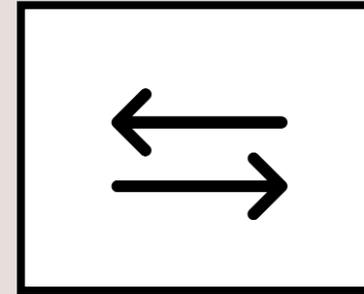
## Locais de Trabalho



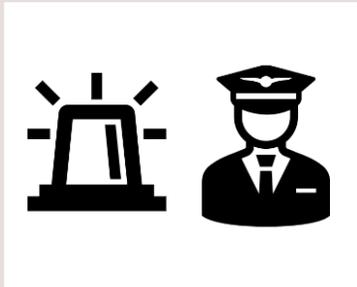
# COMO REVERTER O CENÁRIO DA SEGURANÇA VIÁRIA?



Legislação



Sinalização



Fiscalização



Educação



EAFM + APH

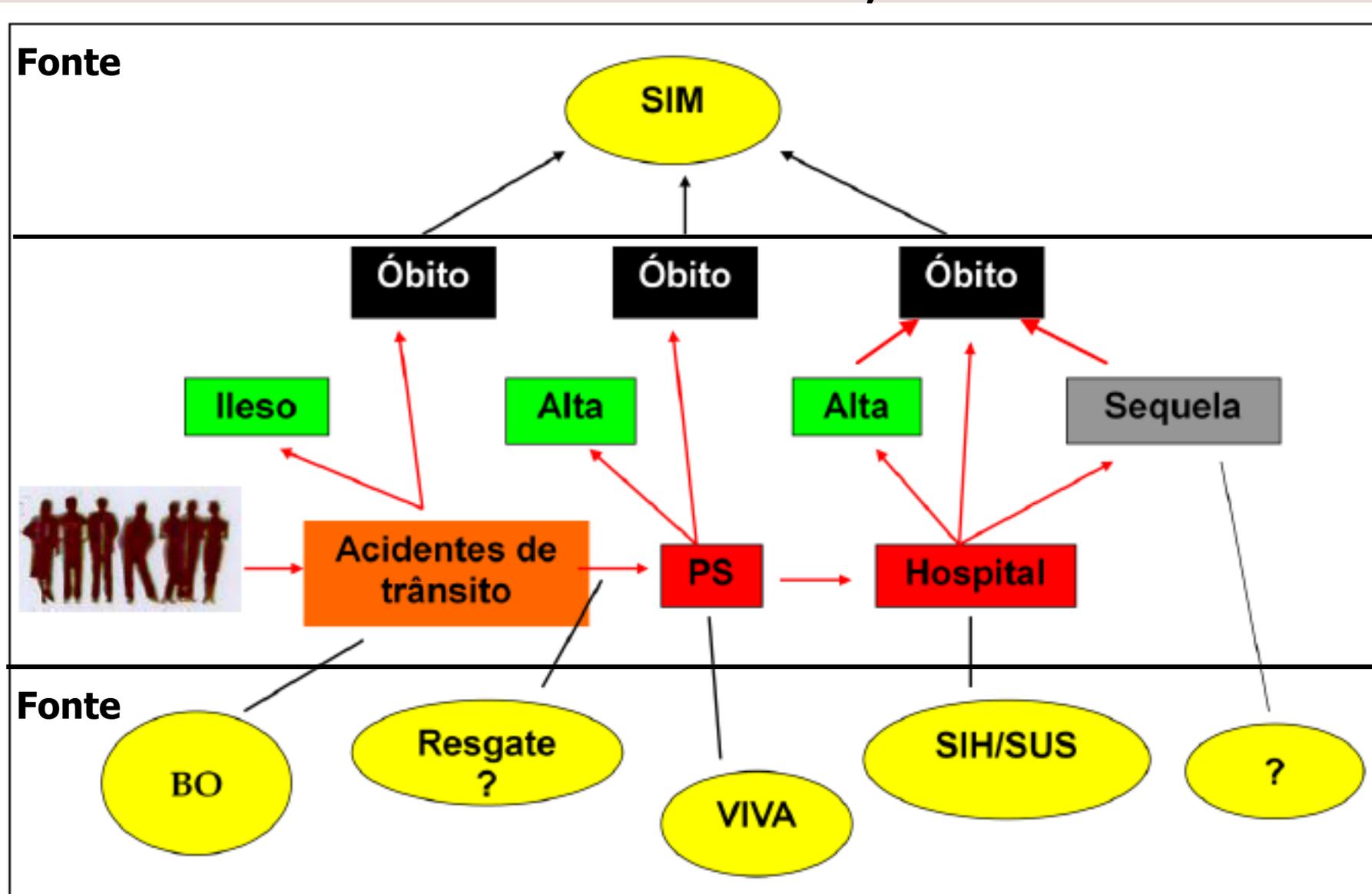
# Medicina do Tráfego

Ramo da ciência médica que trata da manutenção do bem-estar físico, psíquico e social do ser humano que se desloca, qualquer que seja o meio que propicie a sua mobilidade.

Estuda as causas do acidente de tráfego a fim de preveni-lo ou mitigar suas consequências e contribuir para a elaboração do ordenamento legal e modificação do comportamento do usuário do sistema de circulação viária.



# Situação da vítimas e fontes de dados para estudo dos sinistros de trânsito, Brasil



A MOTOCICLETA NO BRASIL DO SÉCULO XXI

# A OMS destacou fatores de risco e de proteção para os sinistros de trânsito



Velocidade



Álcool



Substâncias Psicoativas



Capacete para motociclistas



Cinto de Segurança



Cadeiras para crianças



Direção Distraída



Medicamentos



Condições Médicas



Veículos Inseguros



Cumprir Legislação



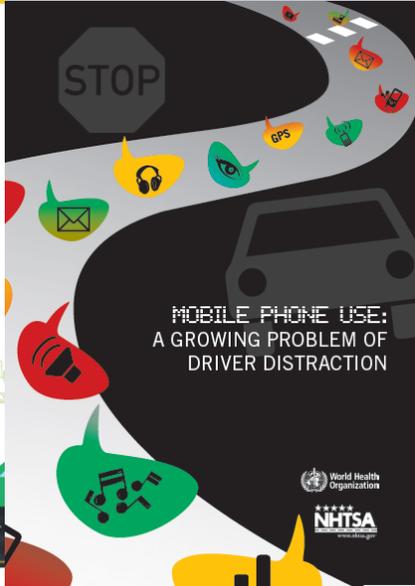
Atenção ao APH



# ANALISANDO OS FATORES DE RISCO/PROTEÇÃO

## GLOBAL STATUS REPORT ON ROAD SAFETY 2015

GLOBAL STATUS REPORT ON ROAD SAFETY 2018



## MEDICINA DE TRÁFEGO

transporte seguro de crianças em veículos automotores



## POST-CRASH RESPONSE

Supporting those affected by road traffic crashes



World Health Organization

## Gestão da velocidade

UM MANUAL DE SEGURANÇA VIÁRIA PARA GESTORES E PROFISSIONAIS DA ÁREA

World Health Organization | FIA Foundation

## Beber e Dirigir

MANUAL DE SEGURANÇA DE TRÂNSITO PARA PROFISSIONAIS DE TRÂNSITO E DE SAÚDE

World Health Organization | FIA Foundation

## Capacetes

MANUAL DE SEGURANÇA NO TRÂNSITO PARA OS GESTORES E PROFISSIONAIS DE SAÚDE

World Health Organization | FIA Foundation



World Health Organization  
Western Pacific Region

Western Pacific Regional Framework on Rehabilitation



# Trânsito:

Um olhar da **Saúde** para o tema

Organização Pan-Americana da Saúde | Organização Mundial da Saúde



## PORQUE OS ACIDENTES DE TRÂNSITO INTERESSAM AO SETOR SAÚDE

- números elevados e crescentes na mortalidade e na morbidade hospitalar
- atingem faixas etárias jovens
- alteram os indicadores APVP (Anos Potenciais de Vida Perdidos) e esperança de vida
- congestionam as emergências
- representam altos custos para o setor
- deixam sequelas



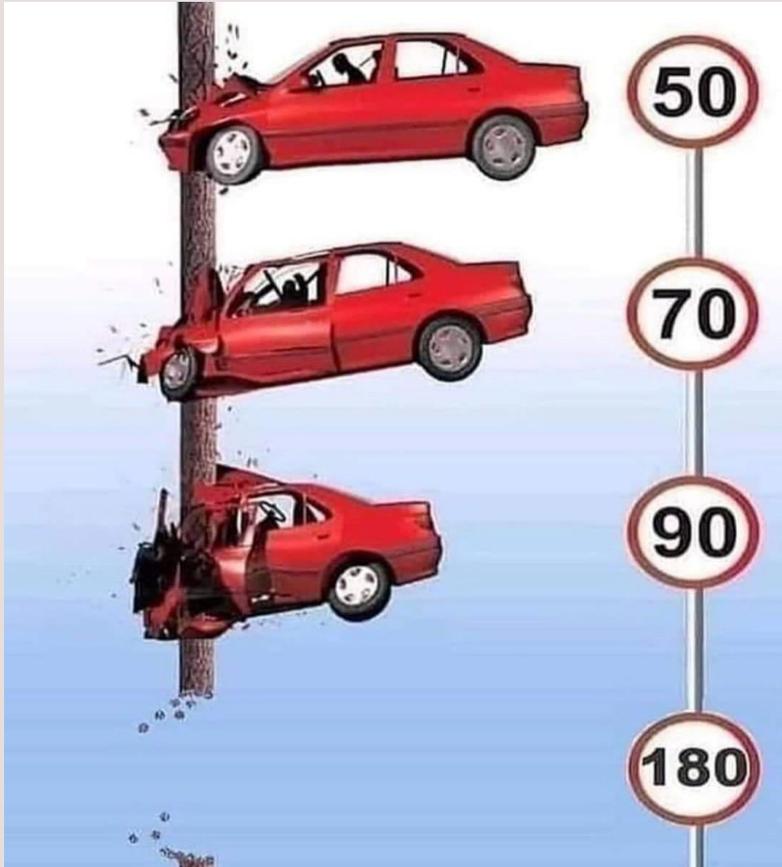
FIGURA 1

A "pirâmide das lesões"



Fonte: 1

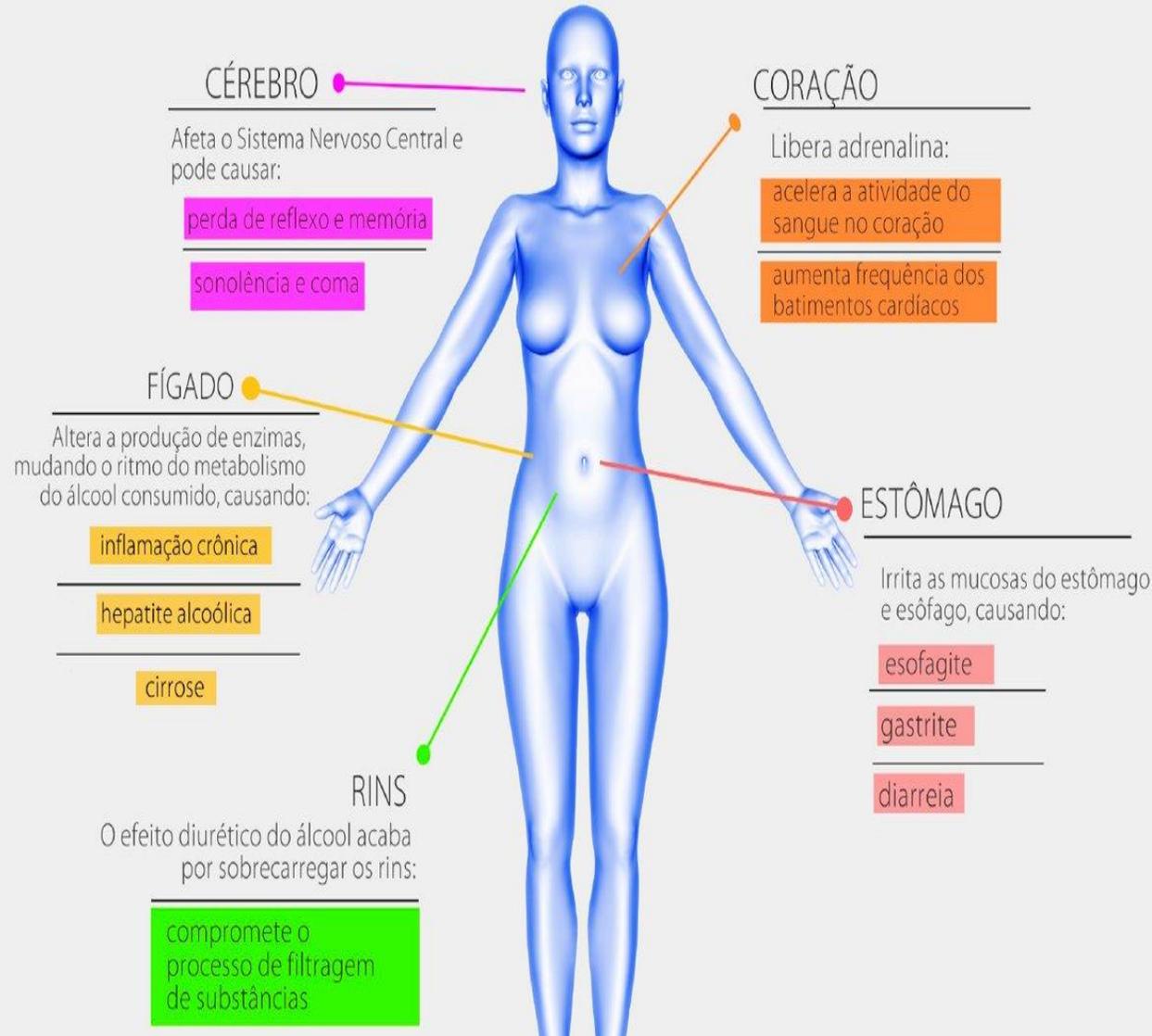
# Velocidade



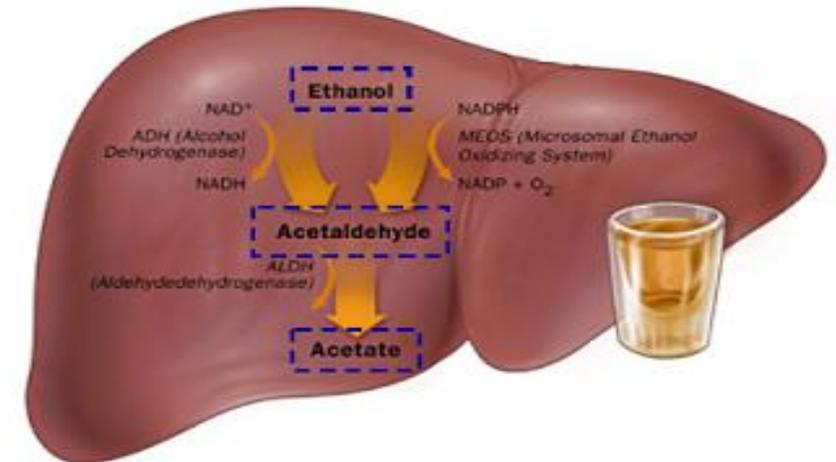
Cada aumento de 1% na velocidade média produz, por exemplo, um aumento de 4% no risco de acidente fatal e um aumento de 3% no risco de acidente grave.

# Álcool, Substâncias Psicoativas e Sinistros de Trânsito

## O QUE ACONTECE QUANDO INGERIMOS ÁLCOOL?



<b>Álcool</b>	<b>Aumento Pressão Ocular</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Glaucoma</li><li>• Neurite Óptica</li></ul>
	<b>Distúrbios de Superfície</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Olho Seco</li></ul>
	<b>Músculos Lisos da Íris</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Foco</li><li>• Visão Dupla</li><li>• Visão Embaçada</li></ul>



# Uso de Medicamentos



Tabela 1 - Classes de Medicamentos e seus efeitos prejudiciais

CLASSE DO MEDICAMENTO	EFETOS PREJUDICIAIS
ANTIDEPRESSIVOS	Sonolência, hipotensão, tontura, diminuição do limiar convulsivo (20,21), prejuízo nas funções psicomotoras (48).
ANTI-HISTAMÍNICOS	Sedação, aumento tempo de reação e desempenho psicomotor prejudicado (16).
BENZODIAZEPÍNICOS	Quase todos os domínios cognitivos do desempenho do condutor são afetados (49).
HIPNÓTICOS Z	Sedação, lapsos de atenção, erros de rastreamento, diminuição do estado de alerta, instabilidade corporal (50,51)
OPIÁCEOS	Sedação, diminuição do tempo de reação, reflexos e coordenação, déficit de atenção, miose e diminuição da visão periférica (28, 52-54).

Fonte: Elaborado pelo autor



# Importância do Equipamentos de Proteção Individual (EPI) e Capacete

En la moto ...  
**EI CHASIS S.O.S. VOS**

UN MENSAJE DE:

**mopt**  
Asociación de Motociclistas y Turistas

**cosevi**  
Seguridad Vial

Equipamento	Preço
CASCOS	€ 75.000
CABEZA	€ 983.021,40
CHAQUETA DE SEGURIDAD	€ 150.000
TÓRAX ANTERIOR Y POSTERIOR	€ 1.869.673,24
GUANTES	€ 30.000
MANO Y MUÑECA	€ 2.158.688,47
RODILLERAS	€ 80.000
RODILLA	€ 973.702,52
BOTAS	€ 80.000
TOBILLO Y PIE	€ 2.518.404,53

O uso correto de capacetes pode reduzir em 42% o risco de mortes e em 69% o risco de lesões graves.



# Falha de Atenção ao Conduzir - Celular



# Uso de Celular e Motoristas Profissionais

## 60% da população dependentes de celular

- < 5min ao acordar
- Desbloqueia + 30x/dia
- Uso de celular em lugares não apropriados (reunião, palestras, encontros)
- Uso de celular em locais de risco (dirigindo, atravessando a rua)
- Alguém já te disse que está usando o celular demais?

## Afeta o sono

- Demora mais para conseguir dormir
- < Duração do sono
- Sono ineficiente
- Sintomas diurno (fadiga, cansaço, dificuldade de concentração)

## Interatividade

Vídeos, trabalho, checar conta bancária, falar com a família

## Luminosidade

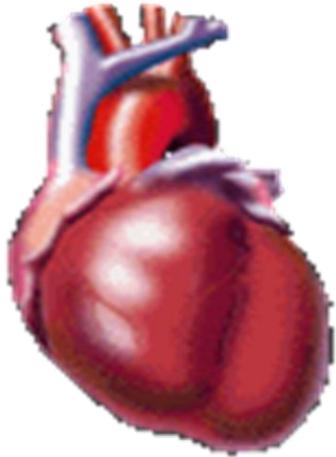
- Luz da Tela é diferente da Luz Solar
- Inibe a liberação de melatonina
- Ex: ver TV antes de dormir

## Recomendações finais

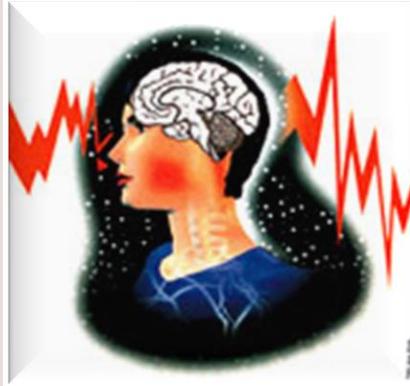
- Evitar 1h antes de dormir
- Evitar deitado na cama
- Manter no silencioso durante a noite
- Caso acorde a noite, não manuseie o
- Redução de luz da tela e ativar opção luz azul

# Condições Médicas + EAFM

## 1. Cardiopatias



## 2. Crises convulsivas



## 3. Transtornos mentais



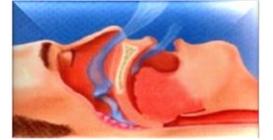
## 4. Demências cognitivas



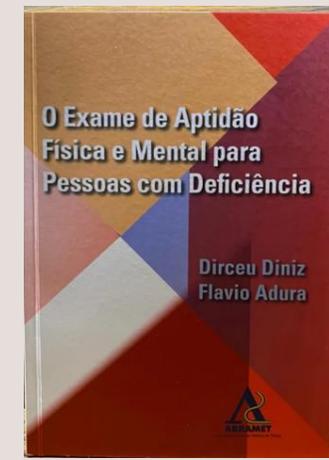
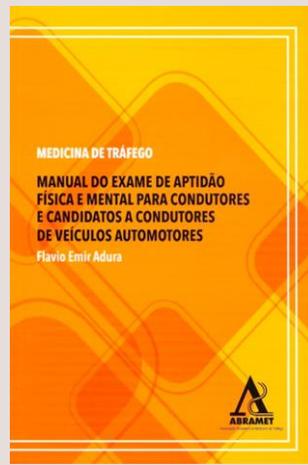
## 5. Hipoglicemia



## 6. Apneia do sono

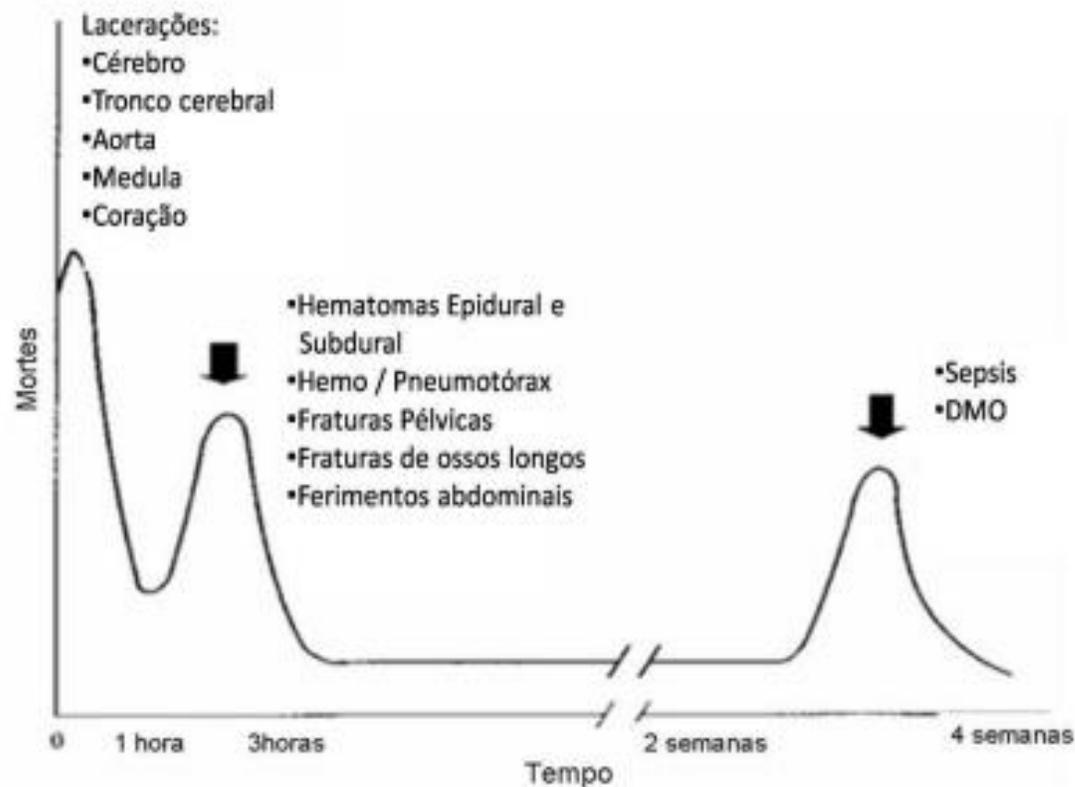


**Doenças orgânicas do motorista, segundo estudos, são responsáveis por cerca de 12% dos acidentes de trânsito fatais**



# Atendimento Pré Hospitalar - Distribuição do Trauma

## TRIMODAL (Trunkey, 1982)



Fonte: Doherty G., 2006, pág 208.

1º pico – 50% dos óbitos  
2º pico – 30% dos óbitos  
3º pico – 20% dos óbitos

## BIMODAL

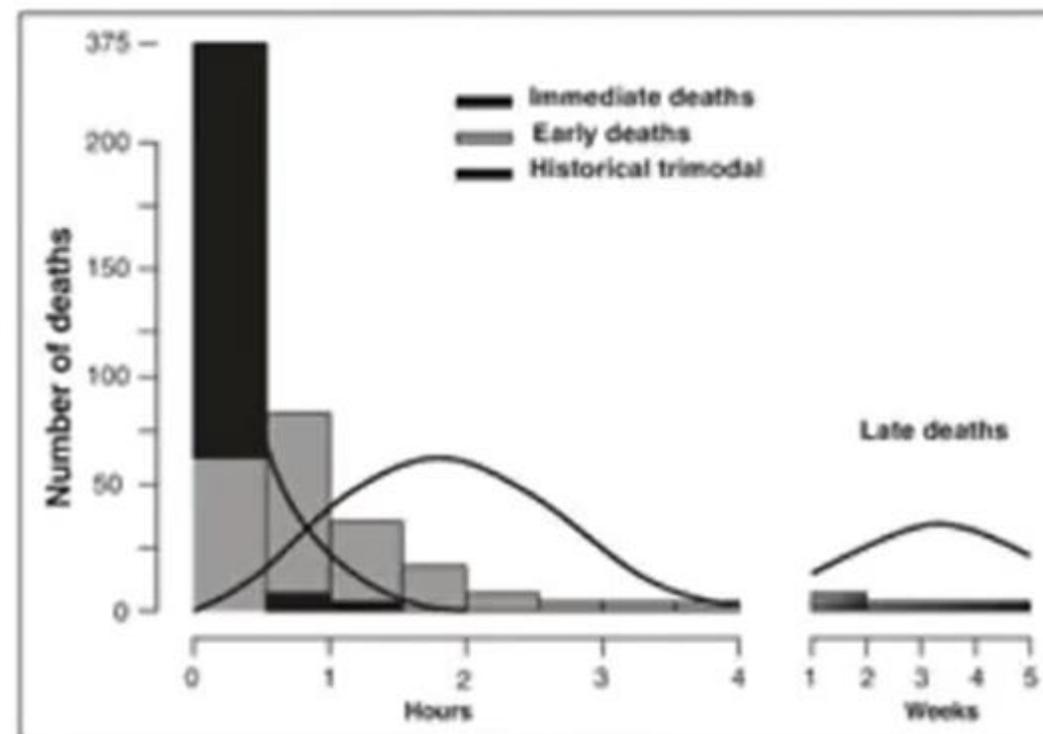


Figure 4. Timing distribution of trauma deaths compared with the historical trimodal distribution. The black line represents the historical trimodal distribution; bars represent the present study.

# Segurança do Local e Primeiros Socorros



## COMO AGIR EM UM SINISTRO ENVOLVENDO CICLISTA / MOTOCICLISTA

O Anexo II da Resolução nº 789/2020 CONTRAN lista os itens ligados às ações de socorro que deverão ser ensinados nos cursos de formação de condutores de veículos automotores e elétricos. Essas ações são aplicáveis no caso de sinistros no trânsito, mesmo aqueles que envolvem ciclistas e motociclistas:

- ✓ Noções de Primeiros Socorros – (5 horas-aula)
- ✓ Sinalização do local do acidente;
- ✓ Acionamento de recursos: bombeiros, polícia, ambulância, concessionária da via, e outros;
- ✓ Verificação das condições gerais da vítima;
- ✓ Cuidados com a vítima (o que não fazer);
- ✓ Cuidados especiais com a vítima.



# Segurança do Local e Primeiros Socorros



**AGORA É A SUA VEZ! ME  
CONTA.**

**VOCÊ SE SENTE SEGURO**

**PARA PRESTAR ATENDIMENTO DE**

**PRIMEIROS SOCORROS?**

# Projeto Surf-Salva

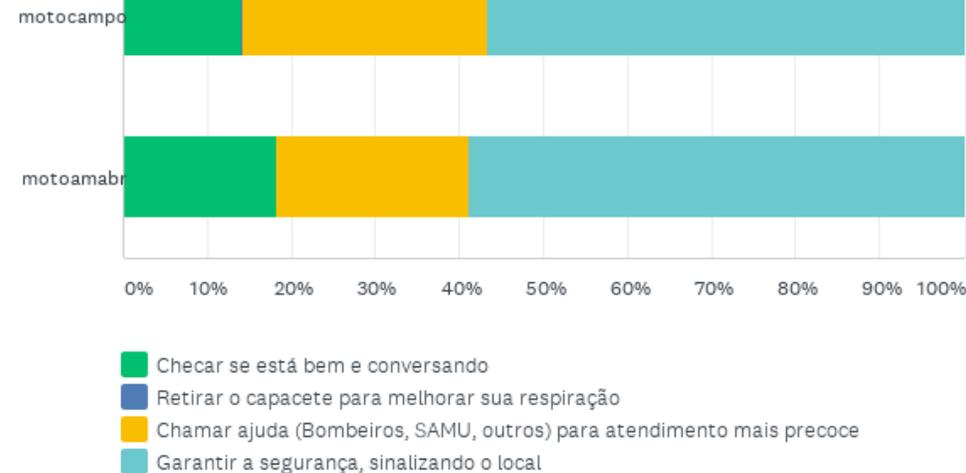
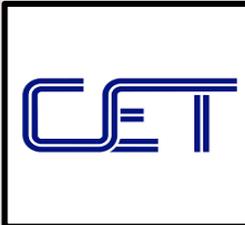
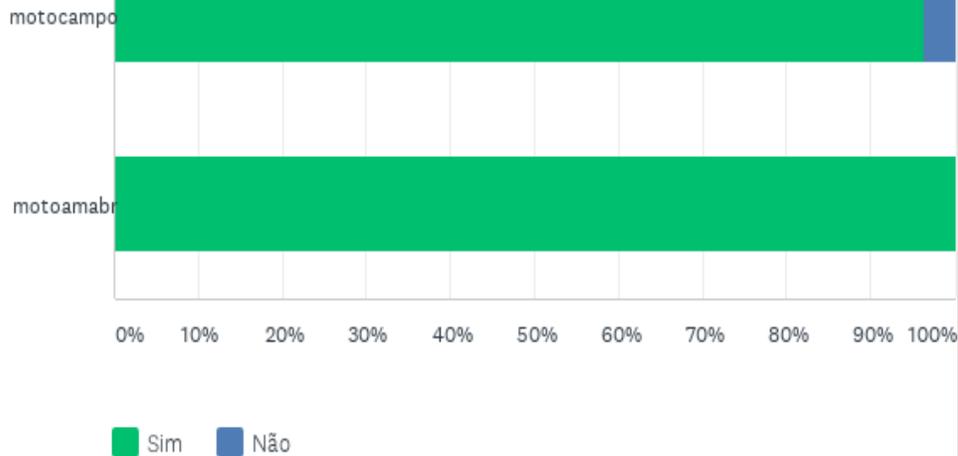
- 32% refere medo por não ter conhecimento de primeiros socorros,
- 46% já teve a oportunidade de ajudar um guarda-vidas,
- 51% dos surfistas já presenciaram alguém morrendo na praia,
- 74% já participou de algum salvamento,
- 84% gostaria de participar de algum curso de primeiros socorros para afogamento.



- 41% dos guarda-vidas já foram auxiliados alguma vez por um surfista
- 84% acredita que o surfista possa realizar um salvamento.

# Primeiros Socorros

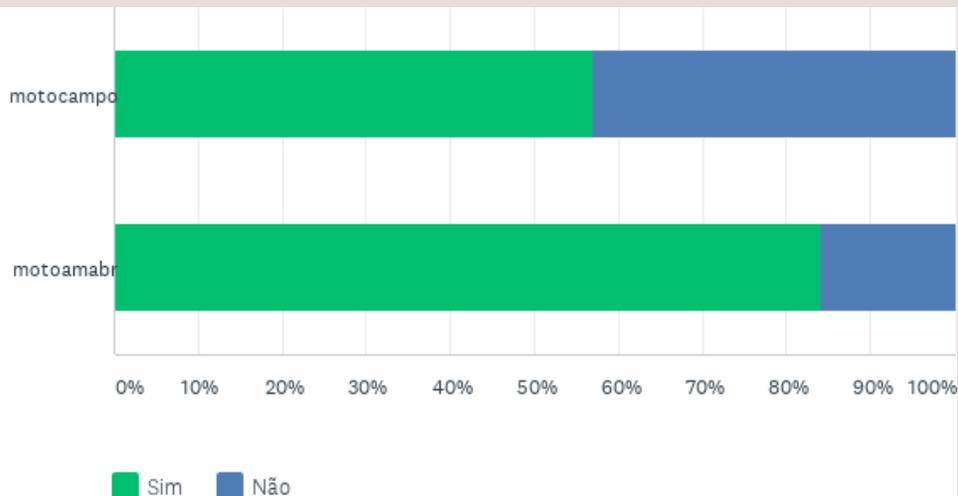




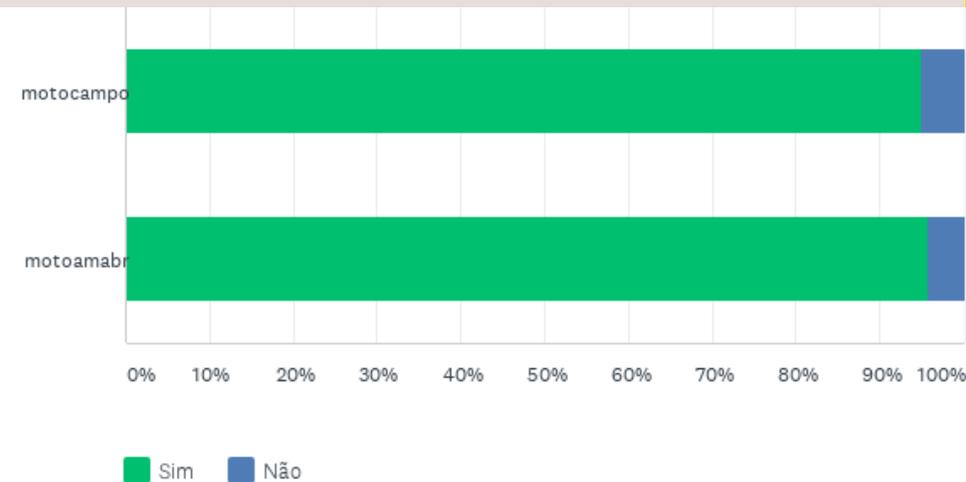
**P35:** Você pararia para ajudar alguém acidentado?

**475**  
respostas

**P38:** Qual a primeira coisa mais importante para o atendimento do acidentado?



**P40:** Tem vontade de reciclar e atualizar seus conhecimentos sobre Primeiros Socorros?



**P41:** Ajudaria os profissionais de saúde, caso fosse solicitado?





**STOP**



**THINK**



**ACT**

O Medico do Tráfego não prescreve  
medicamentos, prescreve  
**segurança!**

**OBRIGADO!**

[aquillacouto@gmail.com](mailto:aquillacouto@gmail.com)