



@cuidados.alzheimer

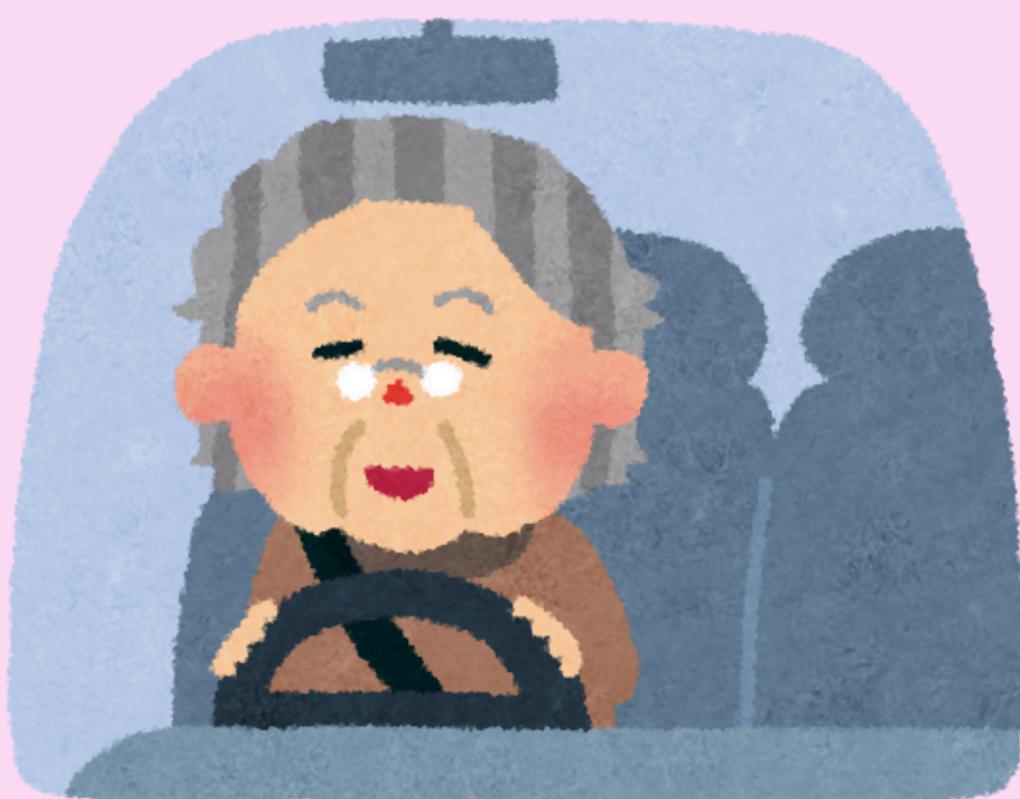
---

# Reflexos e visão: quando o idoso deve parar de dirigir?

---



Manter a **autonomia** é fundamental para o bem-estar na terceira idade, e dirigir representa liberdade, independência e interações sociais para muitos idosos. No entanto, com o passar dos anos, o corpo passa por mudanças naturais que podem afetar a **segurança** no trânsito, tanto para quem dirige quanto para os outros.



# O que é preciso para dirigir com segurança?

Para dirigir com segurança, várias partes do nosso corpo funcionam ao mesmo tempo:

- **Sistema Nervoso:** para prestar atenção no trâfego, perceber uma situação de risco, processar as informações e comandar a resposta do corpo ao ambiente;
- **Visão:** para enxergar a pista, a sinalização da rua, os veículos e pedestres;



# O que é preciso para dirigir com segurança?

- **Audição:** para ouvir os motoristas e seus **sinais sonoros**;
- **Mobilidade:** para **mexer nos pedais, no volante** e conseguir virar a cabeça para olhar um cruzamento.

Quando todos os fatores citados estão funcionando bem, estamos prontos para dirigir de maneira segura e agir para **evitar um acidente**.



# Quando é hora de parar?

A decisão deve ser feita com **cuidado e respeito**, levando em conta a opinião do idoso, da família e de profissionais de saúde. Não existe uma idade exata para parar de dirigir, mas sim um conjunto de fatores que indicam se a **direção continua sendo segura**.



# Sinais que devem ser levados em conta na decisão:

- Dificuldade para **ver placas**, pedestres ou obstáculos;
- **Se perder** com facilidade em trajetos conhecidos;
- Respostas mais lentas a situações no trânsito;
- Pequenos acidentes ou "**esbarrões**" **frequentes**;
- Medo ou **ansiedade** ao dirigir;
- Uso de muitos medicamentos que causam **sonolência ou tontura**.





Esta pode ser uma decisão difícil para muitos idosos pois **interfere** diretamente em sua rotina e independência como dito anteriormente, por isso, é importante oferecer alternativas: **caronas**, transporte por aplicativo, **transporte coletivo**, entre outros. A perda da direção não precisa ser sinônimo de isolamento.

**Cuidar da segurança no trânsito é cuidar da vida!**

# **Quer saber mais sobre o assunto?**

**Acesse o nosso blog e o nosso site!**

**Os link se encontram na bio do nosso instagram e na descrição da publicação.**

**Lá você vai encontrar o material completo  
e muitas outras informações!**



**<https://cicacamacho.blogspot.com/>**



**<http://cuidadosalzheimer.uff.br/>**

# Gostou da publicação?



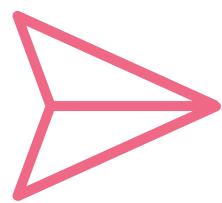
**Salve**



**Curta**



**Comente**



**Compartilhe**

# Autores:



Alessandra Conceição L. F. Camacho  
Enfermeira. Prof.<sup>a</sup> Associada da Escola  
de Enfermagem Aurora de Afonso  
Costa



Paola Paiua Monteiro  
Enfermeira



Gustavo Martins Lemos Tavares  
Acadêmico de Enfermagem do 7º  
Período



## Referências Bibliográficas:

**ADURA, F. E. et al. Mobilidade e Condução Veicular da Pessoa Idosa. Associação Brasileira de Medicina do Trâfego – ABRAMET.** 26 de Março de 2023.

**PITOL, V. A. Tenha uma direção segura! Manual da pessoa idosa condutora, 1 Edição. Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG), 2023.**

**HILL, L. L. O motorista Idoso. MSD Manuals. Julho de 2024.**