



@cuidados.alzheimer

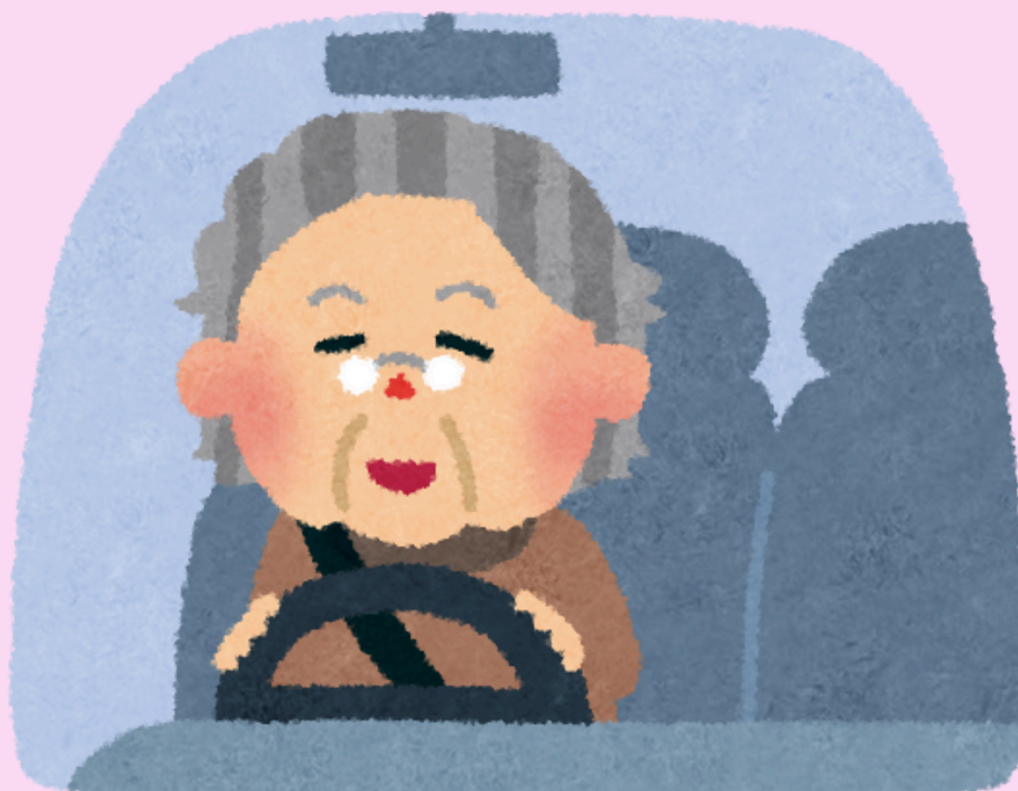
---

# 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 **tráfego**, 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?



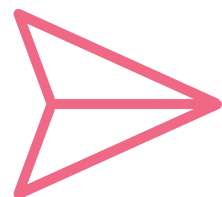
**Salve**



**Curta**



**Comente**



**Compartilhe**

# Autores:



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



**Paola Paiva 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 Tráfego – 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.**