

# Capacete

## Equipamento de Proteção Individual - EPI

### Cuidados



**Dr. Dirceu Rodrigues Alves\***

A parte mais importante e comprometida de um motociclista num acidente é a cabeça. São comuns as fraturas de nariz, mandíbula, afundamento da face, crânio além de lesões no globo ocular e arcada dentária. As fraturas podem ser acompanhadas de lesões neurológicas como diminuição da sensibilidade, perda total da sensibilidade, estado de coma e morte. Muitas vezes, quando se consegue recuperação evolui-se com sequelas.

Pesquisas nos Estados Unidos da América do Norte mostram que a probabilidade de uma pessoa morrer dirigindo uma motocicleta é vinte vezes maior que ao volante de um carro. Sem capacete isso aumenta para sessenta vezes. Quase 80% dos acidentes com moto resultam em mortes ou ferimentos graves.

No Brasil esses números não são muito diferentes. Estamos aí com 70% dos acidentes com mortos e feridos graves.

Felizmente, hoje, 92% dos motoqueiros só circulam com capacete. Muitos são capacetes com prazo de validade vencido, com furo onde foi colocado um acessório, com ranhuras, rachaduras, com viseiras arranhadas, sem higienização, etc.

Hoje a lei permite o uso de capacete sem a proteção da mandíbula com o que não concordamos. Se vamos recomendar proteção porque só parcialmente?

A proteção do olho e da face é dada pela viseira. Estamos cansados de ver acidentes com corpo estranho que ao bater nos olhos dependendo de sua massa e velocidade pode apenas flutuar na conjuntiva, como é o caso de um cisco, encravar neste tecido e até perfurar o olho como é o caso de uma pedra levantada do solo pelo pneu de um veículo. Este tipo de acidente torna-se extremamente perigoso porque em movimento e com a lesão provocada a tendência natural e reflexa é a de se levar a mão e coloca-la no local da lesão. Com o impacto e com esse gesto a visão torna-se nula e a desorientação espacial leva o indivíduo para o solo, agrava-se o acidente.

Muitas vezes a viseira ou óculos arranhados são responsáveis por transtornos durante o dia, impedindo a visão e sendo causa de acidentes no período da noite. Mas não é só o olho, qualquer pedrinha do asfalto pode produzir lesões na face que pode ir de simples cortes a fraturas. Daí insistirmos no capacete com proteção integral. A legislação permite o capacete sem a viseira, mas obriga o uso de óculos de proteção. Esse óculos

não protege a face, restringe-se apenas ao olho e as regiões periorbitais enquanto a viseira dá proteção total à face.

### **O capacete dá proteção total?**

Não. Ele foi projetado para distribuir a energia proveniente do impacto por uma superfície maior reduzindo o trauma sobre o crânio. Desta maneira fica claro que mesmo usando o capacete não significa que estamos livres de danos. Qualquer pancada reduz a resistência do casco do capacete e do isopor de revestimento interno devendo ser substituído imediatamente porque já não dá a proteção inicial.

Levantamentos têm mostrado que mesmo com proteção do capacete, em média, 60% dos acidentes provocam danos à cabeça.

### **Trás inconvenientes?**

Sim, trás desconforto, calor, embaça a viseira, alguns até sentem falta de ar quando colocam o capacete que recomendamos, outros se sentem mal pelo enclausuramento. Mas ele é muito útil.

Muitos ignoram que tal proteção tem um período de validade. Estamos cansados de ver motociclistas com capacetes cheios de fita gomada porque sofreram algum impacto e lascaram ou racharam. Observe que qualquer impacto que o capacete sofra, seja de uma simples queda ao solo, é igual à inutilização do mesmo. Ele deixa de oferecer a proteção que se deseja. Está fragilizado, é necessário a aquisição de novo capacete. Além disso, como dissemos, tem um período de validade. Não existe capacete eterno. Em média a validade é de três anos. O fabricante coloca um adesivo no interior do equipamento mostrando a validade do mesmo. Com o tempo, com o uso, submetido a condições de desgaste e pequenos impactos o material torna-se frágil e não estará mais dando proteção.

Outro fator interessante para o qual poucos estão ligados é o fato desse equipamento ser de uso individual.

### **E por quê?**

Porque na pele, couro cabeludo, nariz, olhos, boca temos milhões de microrganismos e o interior do capacete armazena esses microrganismos que para o indivíduo que os deixou ali não fazem mal, o organismo dele já reconhece e sabe se defender dos mesmos, mas para qualquer outra pessoa pode ser extremamente agressivo causando infecções localizadas ou generalizadas. Entra também a oleosidade da pele, do couro cabeludo, o suor, a chuva, a umidade do ar que tornam o ambiente propício para que este ambiente se torne um ninho de microrganismos. Além de tudo, temos que lembrar que o motociclista na via pública ao deslocar-se turbilhona a poeira do solo, assim como todos os veículos, impregnando a roupa, a pele, os olhos, a via respiratória, digestiva e o capacete do motociclista com poeiras, cistos, bactérias, vírus, bacilos, fungos, etc. A possibilidade de aparecimento de doenças é muito grande.

Por tudo isso temos que estar ligados no uso individual, jamais emprestar o capacete. Há também necessidade de higienização permanente do nosso capacete. Entendido tudo isso estaremos rodando com muito mais segurança.

## O que se recomenda?

- **Viseiras limpas e sem arranhões**
- **Não expor o capacete a temperatura superior a 50°C**
- **Não modificar a sua estrutura**
- **Não usar derivados do petróleo ou tintas**
- **Consultar o manual para higienização**
- **Após queda ou pancada troca-lo**
- **Mesmo sem impactos o capacete deve ser trocado a cada três anos**
- **Utiliza-lo conforme legislação**
- **O capacete é de uso pessoal**
- **Deve estar bem afivelado para não se deslocar com impactos**

- **Dr. Dirceu Rodrigues Alves Júnior**  
Diretor de Comunicação e do Departamento de Medicina de Tráfego Ocupacional da ABRAMET  
Associação Brasileira de Medicina de Tráfego.  
[www.abramet.org.br](http://www.abramet.org.br)  
[dirceurodrigues@abramet.org.br](mailto:dirceurodrigues@abramet.org.br)  
[dirceu.rodrigues5@terra.com.br](mailto:dirceu.rodrigues5@terra.com.br)