Checklist completo: Planejamento de viagem segura

I. Informações da viagem

Data da viagem: ___/___ / ____ **Hora de saída: _____**
Origem: _____ **Destino: _____**
Veículo (modelo/placa): _____ **Quantidade de Ocupantes: _____**
Parada para almoço (local/hora): _____ **Hora: _____**
Hora estimada de chegada: _____

II. Documentação e condutor

[ ] **Documentos do veículo:** licenciamento e CRLV sem pendências
[ ] **CNH:** Carteira Nacional de Habilitação dentro da validade
[ ] **Exame Toxicológico:** vigente (obrigatório para categorias C, D e E).
[ ] **Saúde e descanso:** condutor condutor descansado e em plenas condições físicas

III. Inspeção mecânica e técnica

[ ] **Pneus:** calibragem correta (inclusive estepe) e sulcos sem desgaste
[ ] **Sistema de travagem:** verificação do funcionamento dos freios
[ ] **Fluidos:** níveis de óleo do motor e sistema de arrefecimento (água/aditivo)
[ ] **Suspensão e direção:** verificação de estabilidade e ausência de ruídos
[ ] **Iluminação:** faróis, lanternas, setas, luzes de freio e de ré funcionando
[ ] **Híbridos/Elétricos:** inspeção de cabos, baterias de tração e conectores

IV. Planejamento de rota

[ ] **Condições da via:** consulta à Pesquisa CNT para evitar trechos precários
[ ] **Pontos críticos:** identificação de buracos, quedas de barreira ou erosões
[ ] **Rodovias que perdoam:** escolha de rotas com menor risco de acidentes graves
[ ] **Pontos de apoio:** localização de PPDs (Pontos de Parada e Descanso) e postos
[ ] **Pontos de recarga:** (para elétricos) Mapeamento conforme a autonomia

V. Durante o percurso (segurança ativa)

[ ] **Sinalização:** compromisso em seguir limites de velocidade e placas
[ ] **Ultrapassagem:** só realizar em faixas seccionadas e com segurança máxima
[ ] **Distrações:** celular guardado e proibição de fones/comer ao dirigir
[ ] **Carga:** peso dentro do limite permitido para evitar tombamentos
[ ] **Pausas:** parada programada a cada 2 ou 3 horas (ou ao menor sinal de fadiga)

Lembrete: Em rodovias de pista simples (maioria no Brasil), a sua paciência e o planejamento prévio são as suas melhores ferramentas de segurança.