



ESTADO DO ACRE  
PREFEITURA MUNICIPAL DE CRUZEIRO DO SUL  
SECRETARIA DE GESTÃO E ADMINISTRAÇÃO

CONCURSO PÚBLICO – EDITAL Nº 01/2019

**AGENTE DE TRÂNSITO E TRANSPORTE**

NOME DO CANDIDATO

ASSINATURA DO CANDIDATO

RG DO CANDIDATO

**LEIA COM ATENÇÃO AS INSTRUÇÕES ABAIXO**

**INSTRUÇÕES GERAIS**

- I. Nesta prova, você encontrará **07 (sete) páginas** numeradas sequencialmente, contendo **40 (quarenta) questões** objetivas correspondentes às seguintes disciplinas: **Língua Portuguesa 10 (dez) questões, História e Geografia do Acre 10 (dez) questões e Conhecimentos Específicos 20 (vinte) questões.**
- II. Verifique se seu nome e número de inscrição estão corretos no cartão de respostas. Se houver erro, notifique o fiscal.
- III. Verifique se o caderno de provas se refere ao cargo para o qual você se inscreveu. Caso o cargo esteja divergente, solicite ao fiscal de sala para que tome as providências cabíveis, pois não serão aceitas reclamações posteriores nesse sentido.
- IV. Assine e preencha o cartão de respostas nos locais indicados, com caneta azul ou preta.
- V. Verifique se a impressão, a paginação e a numeração das questões estão corretas. Caso observe qualquer erro, notifique o fiscal.
- VI. Marque o cartão de respostas cobrindo fortemente o espaço correspondente à letra a ser assinalada, conforme o exemplo no próprio cartão de respostas.
- VII. O sistema de leitura e processamento das folhas de resposta não registrará a resposta em que houver falta de nitidez na marcação e/ou marcação de mais de uma alternativa.
- VIII. O cartão de respostas não pode ser dobrado, amassado, rasurado ou manchado. Exceto sua assinatura, nada deve ser escrito ou registrado fora dos locais destinados às respostas.
- IX. Ao terminar a prova, entregue ao fiscal o cartão de respostas e este caderno. As observações ou marcações registradas no caderno não serão levadas em consideração.
- X. **Você dispõe de 03 (três) horas para fazer esta prova. Reserve os 20 (vinte) minutos finais para marcar o cartão de respostas.**
- XI. O candidato só poderá retirar-se do setor de prova **02 (duas) horas após seu início.**
- XII. É terminantemente proibido o uso de telefone celular, e demais aparelhos eletrônicos.

**Boa Prova!**



**GABARITO DO CANDIDATO - RASCUNHO**



NOME:

ASSINATURA DO CANDIDATO:

INSCRIÇÃO:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40

# RASCUNHO

## LÍNGUA PORTUGUESA

Leia o texto abaixo para responder às questões de 1 a 7.

### Estudo associa câncer de mama a sedentarismo e alimentação

Pesquisa desenvolvida por meio do mestrado em Ciências da Saúde na Amazônia Ocidental, da Ufac, pretende avaliar a relação entre sedentarismo, nutrição e aparecimento de câncer de mama em mulheres com mais de 40 anos no Estado do Acre. O estudo é conduzido pelas mestrandas Carina Hechenberger e Ramyla Brilhante, com orientação do professor Miguel Junior Sordi Bortolini.

O projeto de pesquisa “Avaliação do Nível de Atividade Física, Estado Nutricional e Qualidade de Vida de Mulheres Atendidas no Centro de Controle em Oncologia do Acre (Cecon)” foi apresentado ao programa em 2018; atualmente, se encontra na fase de coleta de dados, através da aplicação de questionários a usuárias do serviço de saúde. “São 13 tipos diferentes de câncer altamente influenciados pelo sedentarismo; destes, o que sofre maior impacto é o de mama”, destaca Miguel Bortolini. “Se você é uma pessoa ativa, a probabilidade de desenvolver câncer de mama reduz drasticamente.”

Segundo o Instituto Nacional de Câncer (Inca), o câncer de mama é a segunda neoplasia mais comum em todo o mundo, com 1,7 milhões de casos. A estimativa é que para o biênio 2018-2019, somente no Brasil, 60 mil novos casos entre mulheres sejam confirmados para cada ano — um risco estimado de 57 casos a cada 100 mil brasileiras. “Fatores genético-hereditários são responsáveis por até 10% desses casos de câncer de mama. Os comportamentais e ambientais, como alimentação e atividade física, respondem por até 30% dos casos”, enfatiza Carina Hechenberger.[...]

A relação entre inatividade física e sedentarismo com pacientes do Cecon vai ser analisada a partir de universo mínimo de 360 mulheres, conforme indicadores sociodemográficos, histórico-familiar, nutricional e de qualidade de vida. Tudo a partir de questionários referendados internacionalmente. O objetivo é investigar se, pelo nível elevado da população com sobrepeso e obesidade no Acre, há também uma maior influência de diagnóstico positivo para esse tipo de câncer.[...]

Segundo Miguel Bortolini, ainda não é uma realidade a realização de exercícios regulares com mulheres com câncer no Estado do Acre, apesar de ser fundamental. “Para evitar o câncer de mama, é necessário realizar de 150 a 300 minutos de exercícios moderados por semana ou de 75 a 150 minutos de exercícios vigorosos por semana”, recomenda. “Além disso, é bom realizar duas sessões por semana de exercícios resistidos, como musculação; não se deve esperar a doença se podemos preveni-la.”

(Fonte: UFAC)

- 1) De acordo com o texto, assinale a alternativa correta.
  - a) Pesquisas mostram que há 1,7 milhões de casos de neoplasia, no Brasil, segundo o Instituto Nacional de Câncer (Inca).
  - b) O Centro de Controle em Oncologia do Acre (Cecon) analisará 360 mulheres saudáveis através de questionários referendados internacionalmente.
  - c) Devido ao alto nível de população com obesidade ou sobrepeso no Acre, a investigação tem como objetivo descobrir se há relação com a diagnose positiva do câncer de mama.
  - d) Fatores comportamentais e ambientais, como a alimentação, representam 10% das causas para o câncer de mama.
  
- 2) Analise as afirmativas e atribua valores Verdadeiro (V) ou Falso (F).
  - ( ) Há um trecho de opinião em: “A relação entre inatividade física e sedentarismo com pacientes do Cecon vai ser analisada a partir de universo mínimo de 360 mulheres”.
  - ( ) Há um trecho de opinião em: “Além disso, é bom realizar duas sessões por semana de exercícios resistidos”.
  - ( ) Um argumento para a defesa da tese do texto é: “Se você é uma pessoa ativa, a probabilidade de desenvolver câncer de mama reduz drasticamente.”

Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta de cima para baixo.

  - a) V, V, F.                      c) F, V, V.
  - b) V, V, V.                      d) F, F, V.
  
- 3) Observe o trecho a seguir: “Pesquisa desenvolvida por meio do mestrado em Ciências da Saúde na Amazônia Ocidental, da Ufac, pretende avaliar a relação entre sedentarismo, nutrição e aparecimento de câncer de mama em mulheres com mais de 40 anos, no Estado do Acre.” Assinale a alternativa que apresenta corretamente um fragmento que utilizou a mesma regra para o uso de vírgulas da expressão em destaque.
  - a) [...] conforme indicadores sociodemográficos, histórico-familiar, nutricional e de qualidade[...].
  - b) [...] para o biênio 2018-2019, somente no Brasil, 60 mil novos casos entre mulheres sejam confirmados para cada ano.
  - c) Para evitar o câncer de mama, é necessário realizar de 150 a 300 minutos de exercícios moderados[...].
  - d) Avaliação do Nível de Atividade Física, Estado Nutricional e Qualidade de Vida de Mulheres Atendidas [...].
  
- 4) “Segundo Miguel Bortolini, ainda não é uma realidade a realização de exercícios regulares com mulheres com câncer no Estado do Acre, apesar de ser fundamental”. Quanto à classificação sintática da expressão em destaque, assinale a alternativa correta.
  - a) Oração Subordinada Adverbial Concessiva.
  - b) Oração Subordinada Substantiva Completiva Nominal.
  - c) Oração Subordinada Substantiva Subjetiva.
  - d) Oração Coordenada Adjetiva Explicativa.

## HISTÓRIA E GEOGRAFIA DO ACRE

5) Assinale a alternativa que apresenta corretamente um trecho de uma citação direta, ou seja, da transcrição da fala de alguém no texto.

- O estudo é conduzido pelas mestrandas Carina Hechenberger e Ramyla Brilhante [...].
- A relação entre inatividade física e sedentarismo com pacientes do Cecon vai ser analisada[...].
- [...] atualmente, se encontra na fase de coleta de dados, através da aplicação de questionários a usuárias [...].
- São 13 tipos diferentes de câncer altamente influenciados pelo sedentarismo [...].

6) Assinale a alternativa que preencha correta e respectivamente as lacunas abaixo.

As palavras “usuárias”, “influência” e “exercícios” recebem acento gráfico porque são \_\_\_\_\_ terminadas em \_\_\_\_\_ seguido ou não de “s”.

- paroxítonas / ditongo crescente ou decrescente
- oxítonas / ditongo crescente ou decrescente
- oxítonas / ditongo crescente ou decrescente
- proparoxítonas / hiato crescente ou decrescente

7) Observe: **“São 13 tipos diferentes de câncer altamente influenciados pelo sedentarismo”**. Assinale a alternativa que apresenta uma expressão que pode substituir corretamente o termo em destaque, sem alteração de sentido.

- pela pouca ingestão de água.
- pelo excesso de sede acumulado durante a vida.
- pela falta de atividades que movimentem o corpo.
- pelo excesso de trabalho e pouco descanso.

8) Assinale a alternativa que apresenta o significado correto das palavras: **“ratificar”** e **“retificar”**, respectivamente.

- corrigir, confirmar.
- corrigir, reforçar.
- reafirmar, corrigir.
- invalidar, validar.

9) Quanto às normas de concordância verbal e nominal, assinale a alternativa **incorreta**.

- Seguem inclusas as documentações que foram cobradas pela empresa sucessora.
- Havia mulheres e crianças naquele local; elas não foram respeitadas e presenciaram tudo.
- É proibida a ingestão de bebidas alcoólicas antes de dirigir. Seja consciente e respeite!
- Fazem três semanas que o caso está sendo noticiado no jornal de meio dia e meio.

10) Analise as afirmativas abaixo e assinale a alternativa que preencha correta e respectivamente as lacunas.

- Graças \_\_\_ Deus chegou \_\_\_ primavera!
- Ela estava frente \_\_\_ frente com o rapaz que era insensível \_\_\_ dor.

- à / a / à / à
- a / a / a / a
- a / a / a / à
- à / à / à / a

11) “Os geoglifos do Acre são estruturas de terra escavadas no solo e formadas por valetas e muretas que representam figuras geométricas de diferentes formas. Esses recintos foram encontrados na região sudoeste da Amazônia Ocidental, mais predominantemente na porção leste do Estado do Acre [...]. As pesquisas arqueológicas nessas áreas revelam informações importantes sobre o manejo da paisagem amazônica por \_\_\_\_\_ que habitaram a região entre, aproximadamente, 200 a.C. - 1300 d.C. [...]” (IPHAN, 2019).



(Fonte: IPHAN, 2019)

A figura acima mostra um exemplo de geoglifo, encontrado na fazenda Paraná, Acre. Assinale a alternativa que preencha corretamente a lacuna.

- Dinossauros
- Povos egípcios
- Grupos indígenas
- Portugueses

12) Analise a figura abaixo, a qual representa a pirâmide etária do estado do Acre, conforme os dados do Censo Demográfico de 2010 (IBGE, 2010).

DISTRIBUIÇÃO DA POPULAÇÃO POR SEXO, SEGUNDO OS GRUPOS DE IDADE, NO ESTADO DO ACRE EM 2010

Mais de 100 anos	36	0,0%	0,0%	55
95 a 99 anos	136	0,0%	0,0%	164
90 a 94 anos	344	0,0%	0,1%	393
85 a 89 anos	912	0,1%	0,1%	878
80 a 84 anos	1.828	0,2%	0,2%	1.746
75 a 79 anos	2.816	0,4%	0,4%	2.692
70 a 74 anos	4.085	0,6%	0,6%	4.000
65 a 69 anos	5.757	0,8%	0,8%	5.864
60 a 64 anos	7.713	1,1%	1,0%	7.507
55 a 59 anos	10.218	1,4%	1,4%	10.239
50 a 54 anos	12.883	1,8%	1,8%	13.036
45 a 49 anos	15.765	2,1%	2,1%	15.716
40 a 44 anos	19.940	2,7%	2,7%	19.988
35 a 39 anos	23.836	3,2%	3,3%	23.941
30 a 34 anos	29.128	4,0%	4,1%	29.977
25 a 29 anos	33.369	4,5%	4,6%	34.049
20 a 24 anos	35.188	4,8%	4,8%	35.147
15 a 19 anos	38.440	5,2%	5,3%	38.543
10 a 14 anos	44.447	6,1%	6,0%	43.260
5 a 9 anos	42.008	5,7%	5,5%	40.150
0 a 4 anos	39.475	5,4%	5,2%	37.890

(Fonte: IBGE, 2010)

Em relação às informações que se pode obter pela pirâmide etária apresentada, assinale a alternativa correta.

- A faixa de idade predominante da população do estado é de 10 e 14 anos
- A população do estado teve queda de 5,4% nos últimos 10 anos
- A população rural do estado é maior que a população urbana
- A expectativa de vida no estado é de mais de cem anos



## CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

**21) O Código de Trânsito Brasileiro (CONTRAN), Lei nº 9.503 de 23 de setembro de 1997, em seu Artigo 2º, parágrafo único, define o que são vias terrestres. Com base nessa definição, assinale a alternativa correta.**

- a) Vias e áreas de estacionamento de estabelecimentos privados de uso coletivo
- b) Avenidas
- c) Caminhos e passagens
- d) Estradas e rodovias

**22) Sobre a forma de utilização de luzes em veículos, assinale a alternativa correta.**

- a) O condutor manterá aceso os faróis do veículo, utilizando luz baixa, durante a noite e luz de posição durante o dia nos túneis providos de iluminação pública e nas rodovias
- b) Nas vias não iluminadas o condutor não deve usar luz alta
- c) O pisca alerta por curto período de tempo, com o objetivo de advertir outros motoristas, só poderá ser utilizado para indicar a intenção de ultrapassar o veículo que segue à frente ou para indicar a existência de risco à segurança para os veículos que circulam no sentido contrário
- d) Os veículos de transporte coletivo regular de passageiros, quando circularem em faixas próprias a eles destinadas, e os ciclos motorizados deverão utilizar-se de farol de luz baixa durante o dia e a noite

**23) O Artigo 14 do Código de Trânsito Brasileiro indica as competências a serem exercidas pelos Conselhos Estaduais de Trânsito (CETRA) e ao Conselho de Trânsito do Distrito Federal (CONTRANDIFE). Dentre essas competências listadas, uma delas não faz parte das atribuições desses conselhos. Assinale a alternativa incorreta.**

- a) julgar os recursos interpostos pelos infratores
- b) elaborar normas no âmbito das respectivas competências
- c) responder a consultas relativas à aplicação da legislação e dos procedimentos normativos de trânsito
- d) estimular e orientar a execução de campanhas educativas de trânsito

**24) Com relação ao que se sujeita o condutor de veículo automotor que estiver envolvido em acidente de trânsito ou for alvo de fiscalização de trânsito sob a influência de álcool ou outra substância psicoativa. Analise as alternativas abaixo e dê valores Verdadeiro (V) ou Falso (F).**

- ( ) Penalidades e medidas administrativas estabelecidas no Art. 165 do Código de Trânsito Brasileiro ao condutor que se recusar a se submeter a qualquer dos procedimentos previstos.
- ( ) Penalidades previstas no Art. 165 por ter o condutor qualquer concentração de álcool por litro de sangue ou por litro de ar alveolar .
- ( ) Tolerância quando a infração for apurada por meio de aparelho de medição, observada a legislação metrológica conforme o que foi disciplinado pelo DETRAN.
- ( ) Infração média prevista no art. 164 quando caracterizada mediante imagem, vídeo, constatação de sinais que indiquem, na forma disciplinada pelo DETRAN, alteração da capacidade psicomotora.

**Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta de cima para baixo.**

- a) V, V, V, V
- b) V, V, F, F
- c) V, F, F, V
- d) F, F, V, V

**25) As distâncias para o início da sinalização são calculadas com base no espaço necessário para o veículo parar após iniciar a frenagem, mais o tempo de reação do motorista. Em via local a velocidade máxima permitida, a distância para início da sinalização (pista seca) e distância para início da sinalização (chuva, neblina, fumaça, à noite), respectivamente, são dados por certos valores. Em relação a esses valores, assinale a alternativa correta.**

- a) 100 km/h (quilômetros por hora); 100 passos longos; 200 passos longos
- b) 60 km/h (quilômetros por hora); 60 passos longos; 120 passos longos
- c) 80 km/h (quilômetros por hora); 80 passos longos; 160 passos longos
- d) 40 km/h (quilômetros por hora); 40 passos longos; 80 passos longos

**26) O Manual Brasileiro de Sinalização de Trânsito (Volume - I), produzido pelo Conselho Nacional de Trânsito (CONTRAN) em parceria com o Departamento Nacional de Trânsito (DENATRAN), descreve as posições em que as placas devem ser colocadas na via. "As placas de sinalização devem ser colocadas na posição vertical, fazendo um ângulo de \_\_\_\_ em relação ao sentido do fluxo de tráfego, voltadas para o lado \_\_\_\_ da via. Esta inclinação tem por objetivos assegurar boa visibilidade e leitura dos sinais, evitando o reflexo especular que pode ocorrer com a incidência de faróis de veículos ou de raios solares sobre a placa". Assinale a alternativa que preencha correta e respectivamente as lacunas.**

- a) 93° a 95 ° / externo
- b) 93° a 95 ° / interno
- c) 95° a 98 ° / externo
- d) 95° a 98 ° / interno



33) A Lei nº 12.587, de 3 de janeiro de 2012 em seu Capítulo II, que trata das diretrizes para a regulação dos serviços de transporte público coletivo, estabelece no Art. 8º, As Diretrizes da Política Tarifária do Serviço de Transporte público coletivo. Em relação a estas diretrizes, assinale a alternativa correta.

- a) Gestão democrática e controle social do planejamento e avaliação da Política Nacional de Mobilidade Urbana
- b) Integração física, tarifária e operacional dos diferentes modos e das redes de transporte público e privado nas cidades
- c) Justa distribuição dos benefícios e ônus decorrentes do uso dos diferentes modos e serviços
- d) Promoção do desenvolvimento sustentável com a mitigação dos custos ambientais e socioeconômicos dos deslocamentos de pessoas e cargas nas cidades

34) A Lei nº 12.587, de 3 de janeiro de 2012, que institui as Diretrizes da Política Nacional de Mobilidade Urbana, em seu Artigo 10, define um conjunto de diretrizes que estão relacionadas à contratação dos serviços de transporte público coletivo. Dentre as diretrizes citadas, assinale a alternativa que não pertence ao conjunto.

- a) Fixação de metas de qualidade e desempenho a serem atingidas e seus instrumentos de controle e avaliação
- b) Definição dos incentivos e das penalidades aplicáveis vinculadas à consecução ou não das metas
- c) Alocação dos riscos econômicos e financeiros apenas para os contratados ficando o poder concedente sem ônus por eventuais perdas
- d) Estabelecimento das condições e meios para a prestação de informações operacionais, contábeis e financeiras ao poder concedente

35) O Artigo 18, da Política Nacional de Mobilidade Urbana, determina as atribuições que os Municípios devem cumprir. A esse respeito, analise as afirmativas abaixo e dê valores Verdadeiro (V) ou Falso (F).

- ( ) Propor política tributária específica.
- ( ) Planejar, executar e avaliar a política de mobilidade urbana, bem como promover a regulamentação dos serviços de transporte urbano.
- ( ) Prestar, direta, indiretamente ou por gestão associada, os serviços de transporte público coletivo urbano, que têm caráter essencial.
- ( ) Capacitar pessoas e desenvolver as instituições vinculadas à política de mobilidade urbana do Município.

**Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta de cima para baixo.**

- a) V, V, V, V
- b) V, V, F, F
- c) V, F, V, F
- d) F, V, V, V

36) A Política Nacional de Mobilidade Urbana, no Art. 23, indica que os entes federativos poderão utilizar instrumentos de gestão do sistema de transporte e da mobilidade urbana. Quanto a esse instrumento, assinale a alternativa incorreta.

- a) Restrição e controle de acesso e circulação, permanente ou temporário, de veículos motorizados em locais e horários predeterminados
- b) Estipulação de padrões de emissão de poluentes para locais e horários determinados, podendo condicionar o acesso e a circulação aos espaços urbanos sob controle
- c) Liberação das restrições ou prioridades no uso e operação da infraestrutura viária destinada à circulação e operação do transporte de carga
- d) Dedicção de espaço exclusivo nas vias públicas para os serviços de transporte público coletivo e modos de transporte não motorizados

37) Utilizando a comparação de duas ou mais fotografias sucessivas, segundo intervalos de tempo conhecidos, obtém-se a velocidade pontual de qualquer veículo identificável nas fotos. Já no VIDEOTEIPE a imagem pode ser obtida através de técnicas modernas de filmagem, principalmente aquelas que tem videocâmaras com relógio integrado. Analise as afirmativas abaixo e verifique as que apresentam vantagens quanto ao uso do VIDEOTEIPE, segundo o Manual de estudos de tráfego.

- I. Registro permanente.
- II. Identificação dos tipos dos veículos.
- III. Captação de detalhes, inclusive dos imprevistos.
- IV. Possibilidade de levantamento das informações no escritório.

**Assinale a alternativa correta.**

- a) Apenas as afirmativas I e II estão corretas
- b) Apenas as afirmativas I, II e III estão corretas
- c) Apenas as afirmativas I, II e IV estão corretas
- d) As afirmativas I, II, III e IV estão corretas

38) O estudo das velocidades pontuais dos veículos num ponto ou seção da via leva à definição da “Velocidade Média no Tempo”. Esses estudos permitem identificar aspectos de segurança do tráfego, de forma direta ou indiretamente. O Manual de Estudos de Tráfego especifica uma série de condições que precisam ser analisadas e dependem da Velocidade Média no Tempo. Nesse sentido analise as afirmativas abaixo e dê valores Verdadeiro (V) ou Falso (F).

- ( ) Cálculo do tempo de limpeza da área dos semáforos (amarelo).
- ( ) Cálculo do tempo de limpeza e manutenção da área dos semáforos (amarelo).
- ( ) Determinação de locais de ocorrência de velocidade excessiva, para fins de implantação de fiscalização seletiva.
- ( ) Determinação de locais de ocorrência de velocidade mínima, para fins de implantação de fiscalização seletiva.

**Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta de cima para baixo.**

- a) V, V, V, V
- b) V, V, F, F
- c) V, F, V, F
- d) F, V, V, V

**39) Para realizar um estudo de tráfego é necessário conhecer e entender o significado de cada expressão utilizadas. A padronização das expressões é recorrente em todas as áreas. O Manual de Estudos de Tráfego descreve uma série deles logo depois da introdução. O objetivo é fazer com que não haja erros de compreensão entre os envolvidos no estudo. Quanto ao conceito de Velocidade Diretriz, assinale a alternativa que o define corretamente.**

- a) Velocidade média dos veículos de uma determinada via, quando apresenta volumes baixos de tráfego e não há imposição de restrições quanto às suas velocidades, nem por interação veicular nem por regulamentação do trânsito
- b) Velocidade selecionada para fins de projeto, da qual se derivam os valores mínimos de determinadas características físicas diretamente vinculadas à operação e ao movimento dos veículos
- c) Velocidade em um trecho de uma via, determinada pela razão do comprimento do trecho pelo tempo médio gasto em percorrê-lo, incluindo apenas os tempos em que os veículos estão em movimento
- d) Velocidade em um trecho de uma via, determinada pela razão do comprimento do trecho pelo tempo médio gasto em percorrê-lo, incluindo os tempos em que, eventualmente, os veículos estejam parados

**40) A forma como o condutor se posiciona no assento ao dirigir evita desgaste físico e contribui para evitar situações de perigo. Assinale a alternativa que descreve corretamente uma situação que pode gerar um risco.**

- a) Dirigir com os braços e pernas ligeiramente dobrados, evitando tensões
- b) Apoiar bem o corpo no assento e no encosto do banco, o mais próximo possível de ângulo de 90 graus
- c) Ajustar o encosto de cabeça de acordo com a altura dos ocupantes do veículo, de preferência na altura dos olhos
- d) Manter os calcanhares apoiados no assoalho do veículo e os pés apoiados nos pedais

