



Como mudar cabeçotes  
do amortecedores da  
parte traseira em **BMW 3  
Touring (E36)** - guia de  
substituição

## TUTORIAL EM VÍDEO SEMELHANTE



Este vídeo mostra o procedimento de substituição de uma peça de automóvel semelhante noutro veículo

### **Importante!**

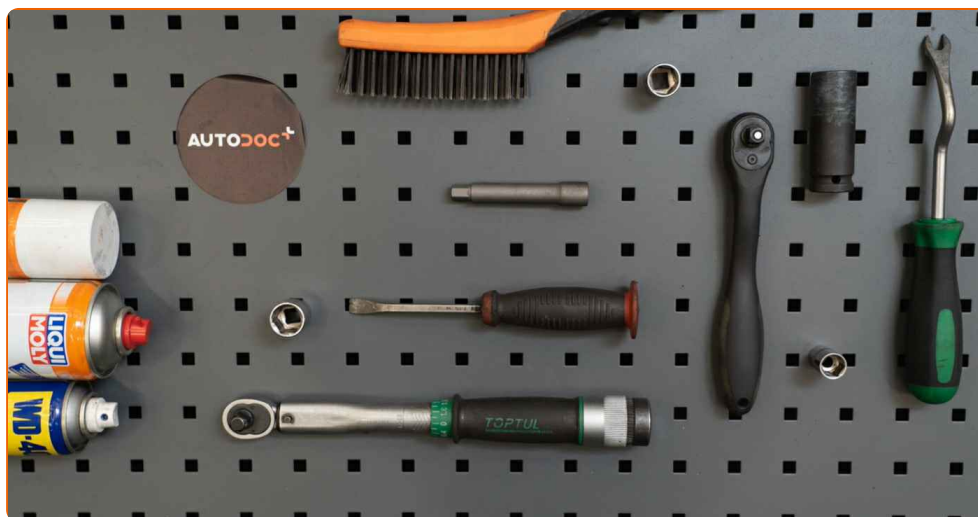
Este procedimento de substituição pode ser usado para:

BMW 3 Touring (E36) 320i 2.0, BMW 3 Touring (E36) 328i 2.8, BMW 3 Touring (E36) 318tds 1.7, BMW 3 Touring (E36) 325tds 2.5, BMW 3 Touring (E36) 323i 2.5, BMW 3 Touring (E36) 318i 1.8, BMW 3 Touring (E36) 316i 1.6

Os passos podem variar ligeiramente dependendo do design do automóvel.

Este tutorial foi criado com base no procedimento de substituição de uma peça de automóvel semelhante em: BMW 3 Sedan (E36) 323i 2.5

**SUBSTITUIÇÃO: CABEÇOTES DO AMORTECEDORES –  
BMW 3 TOURING (E36). LISTA DAS FERRAMENTAS DE  
QUE IRÁ NECESSITAR:**



- Escova de Arame
- Spray WD-40
- Produto de limpeza para travões
- Massa de cobre
- Chave dinamométrica
- Chave de caixa n.º 13
- Chave de caixa n.º 16
- Chave de caixa n.º 17
- Chave para amortecedor n.º DD6
- Ferramenta de remoção do clipe
- Soquete de impacto para roda n.º 17
- Chave de catraca
- Torninho
- Macaco hidráulico para caixa de transmissão
- Calço de roda

**Comprar ferramentas**

Substituição: cabeçotes do amortecedores – BMW 3 Touring (E36). Os especialistas da AUTODOC recomendam:

- O procedimento de substituição é idêntico para os suportes do amortecedor direito e esquerdo da suspensão traseira.
- Ambas as colunas de suspensão traseiras devem ser substituídas em simultâneo.
- Todo o trabalho deve ser feito com o motor parado.

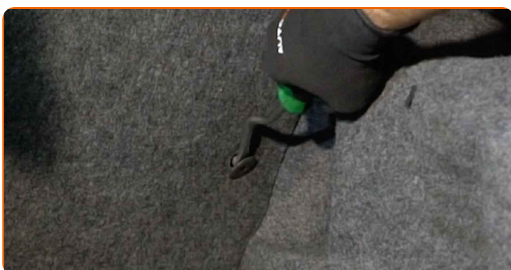
## SUBSTITUIÇÃO: CABEÇOTES DO AMORTECEDORES – BMW 3 TOURING (E36). SEQUÊNCIA RECOMENDADA DE PASSOS:

1

Abra a tampa da mala.

2

Remova os grampos do forro lateral do porta-malas. Use uma ferramenta de remoção de clipe.



3

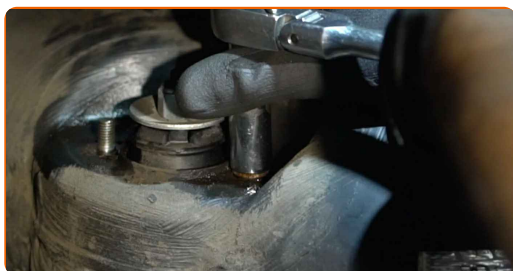
Retire o forro lateral do porta-malas.



**4** Limpe os elementos de fixação do amortecedor. Use uma escova metálica. Use spray WD-40.



**5** Solte o fixador superior do amortecedor. Use uma chave soquete nº 13. Use uma chave de catraca.



**6** Fixe as rodas com os calços.

**7** Solte os parafusos de montagem das rodas. Use o soquete de impacto para roda #17.



**8** Elevar a parte traseira do carro e fixar em suportes.

**9** Desaperte os parafusos da roda.



**AUTODOC recomenda:**

- **Aviso!** Para evitar lesões, deve segurar a roda enquanto desenrosca os parafusos de fixação. BMW 3 Touring (E36)

**10**

Retire a roda.



**11**

Apoie o braço. Use um macaco hidráulico de caixa de transmissão.



**12**

Limpe os elementos de fixação do amortecedor. Use uma escova metálica. Use spray WD-40.



**13**

Desaperte a fixação inferior do amortecedor. Use uma chave soquete nº 17. Use uma chave de catraca.

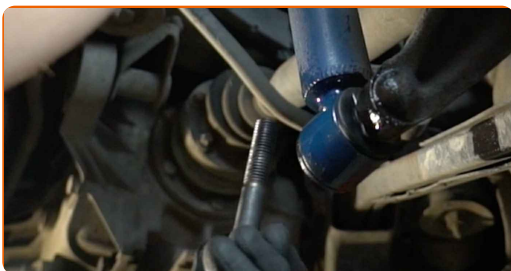


**AUTODOC recomenda:**

- BMW 3 Touring (E36) – Para evitar lesões, segure o amortecedor enquanto desparafusa os parafusos de fixação.

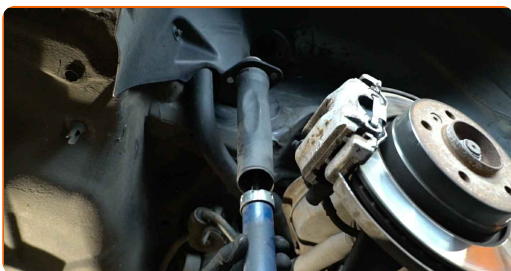
**14**

Remova o parafuso de fixação.



**15**

Remova o amortecedor.



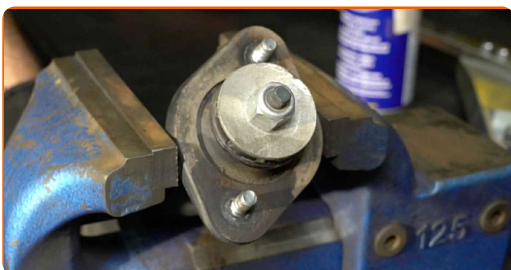
**16**

Limpe os locais de montagem do amortecedor. Use uma escova metálica. Use spray WD-40.

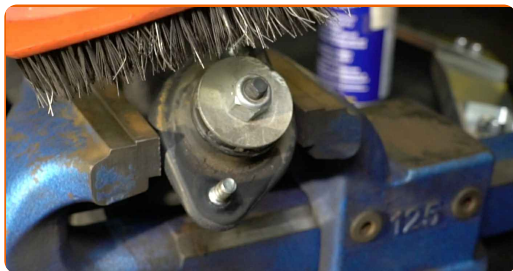


**17**

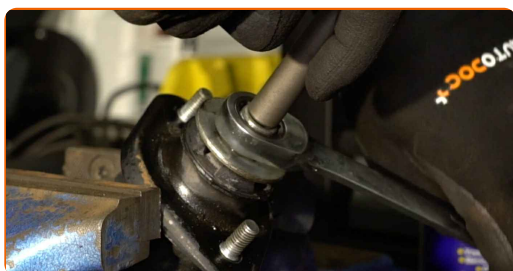
Prenda o amortecedor num torno.



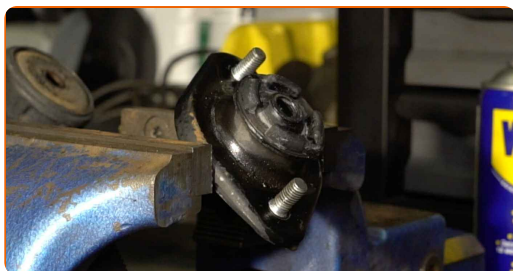
**18** Limpe o elemento de fixação de componentes do amortecedor. Use uma escova metálica. Use spray WD-40.



**19** Retire a fixação da haste do pistão do amortecedor. Utilize a chave para amortecedor DDNº6. Use uma chave soquete nº 16. Use uma chave de catraca.



**20** Remova o suporte superior do amortecedor.



**Substituição: cabeçotes do amortecedores – BMW 3 Touring (E36). Conselho da AUTODOC:**

- Examine a tampa protetora contra poeira do amortecedor e o para-choques. Substitua-os, se necessário.



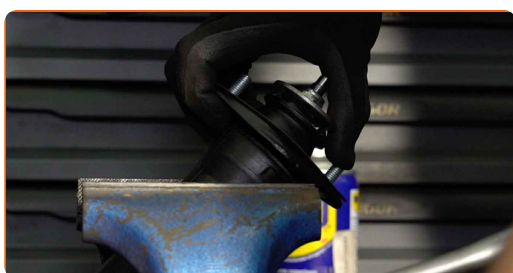
**21** Instale o novo apoio do amortecedor.



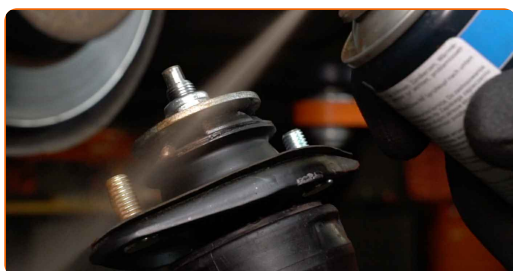
**22** Aperte a porca da haste do amortecedor. Use uma chave soquete nº 16. Utilize a chave para amortecedor DDNº6. Use uma chave de torque. Aperte-o para o torque de 37 Nm.



**23** Liberte o torno e retire o amortecedor.



**24** Trate do elemento fixador da haste do amortecedor. Use massa de cobre.



**25** Coloque o amortecedor no arco da roda e fixe-o.



**AUTODOC recomenda:**

- BMW 3 Touring (E36) – Para evitar lesões, segure o amortecedor enquanto aparafusa os parafusos de fixação.

**26**

Instale o parafuso de fixação.



**27**

Aperte o fixador superior do amortecedor. Não o aperte.



**28**

Eleve o macaco da transmissão hidráulica 10-15 cm.



**29**

Aperte a fixação inferior do amortecedor. Use uma chave soquete nº 17. Use uma chave de torque. Aperte-o para o torque de 100 Nm.



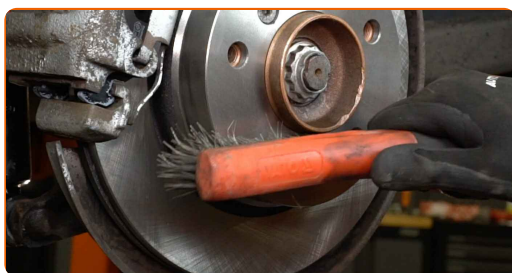
**30** Retire o suporte por baixo do braço.

**AUTODOC recomenda:**

- Substituição: cabeçotes do amortecedores – BMW 3 Touring (E36). Baixe o macaco de transmissão suavemente, sem solavancos, para evitar danificar os componentes e mecanismos.

**31** Trate os fixadores do amortecedor. Use massa de cobre.

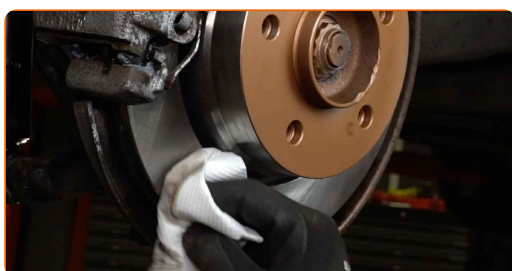
**32** Limpe o local de montagem do aro do pneu. Use uma escova metálica.



**33** Trate a superfície onde o disco de travão entra em contacto com o aro da roda. Use massa de cobre.



**34** Limpe a superfície do disco de travão. Utilize um produto de limpeza para travões.



**AUTODOC recomenda:**

- Substituição: cabeçotes do amortecedores – BMW 3 Touring (E36). Depois de aplicar o spray, espere alguns minutos.

**35**

Instale a roda.



**AUTODOC recomenda:**

- Importante! Segure a roda enquanto enrosca os parafusos de fixação. BMW 3 Touring (E36)

**36**

Aperte os parafusos da roda. Use o soquete de impacto para roda #17.



**37**

Baixar o carro e trabalhar em ordem transversal, apertar os parafusos das rodas. Use o soquete de impacto para roda #17. Use uma chave de torque. Aperte-o para o torque de 120 Nm.



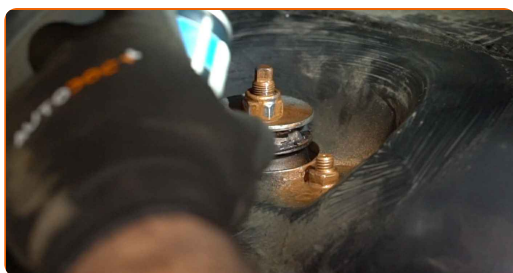
**38** Retire os macacos e calços.



**39** Apertar a fixação superior do amortecedor. Use uma chave soquete nº 13. Use uma chave de torque. Aperte-o para o torque de 24 Nm.



**40** Trate os fixadores do amortecedor. Use massa de cobre.



**41** Conecte o forro lateral do porta-malas.



**42** Instale os grampos do forro lateral do porta-malas.



43

Feche a tampa do compartimento de bagagem.

**MUITO BEM!** 

**VER MAIS TUTORIAIS**

# AUTODOC – ALTA QUALIDADE E PEÇAS DE AUTOMÓVEIS A PREÇOS ACESSÍVEIS ONLINE

APLICATIVO MÓVEL AUTODOC: AGARRE ÓTIMAS OFERTAS E FAÇA COMPRAS CONVENIENTEMENTE



**+ AUTODOC**

GET IT ON  
**Google Play**

Download on the  
**App Store**

**Download**

**UMA ENORME SELEÇÃO DE PEÇAS DE REPOSIÇÃO PARA O SEU AUTOMÓVEL**

**CABEÇOTES DO AMORTECEDORES: UMA AMPLA SELEÇÃO**

## **(i) DISCLAIMER (ISENÇÃO DE RESPONSABILIDADE):**

O documento contém apenas recomendações gerais que podem ser úteis para os Senhores quando procederem a trabalhos de reparação ou substituição. AUTODOC não se responsabiliza por qualquer perda, lesão, danificação de propriedade que ocorre durante o processo de reparação ou substituição devido a utilização incorreta ou interpretação errada da informação fornecida.

AUTODOC não se responsabiliza por qualquer possível erro ou falta de clareza contidos neste guia. A informação fornecida destina-se exclusivamente a fins de informação e não pode substituir as instruções de especialista.

AUTODOC não se responsabiliza pelo uso incorreto ou perigoso de equipamento, ferramentas e peças de automóvel. AUTODOC recomenda fortemente usar do máximo cuidado e observar as regras de segurança quando proceder a trabalhos de reparação ou substituição. Lembramos: o uso de peças de automóvel de qualidade inferior não garante o nível apropriado de segurança no trânsito.

© Copyright 2022 – Todos os conteúdos deste site, especialmente textos, fotografias e gráficos, estão sob a proteção do copyright. AUTODOC GmbH reserva todos os direitos, incluindo os direitos de reprodução, publicação, edição e tradução.