

## CURSO BÁSICO DE SALVAMENTO AQUÁTICO

**No Mundo, 500.000 pessoas morrem afogadas por ano**

**No Brasil são 8.000 vítimas**

**65% destas mortes são crianças**

**O afogamento é a 2ª causa de morte entre 5 e 14 anos**

**Nós não aceitamos passivamente!**

### QUEM PRETENDE MUDAR ESTA SITUAÇÃO?

Em 1995, pensando nesta **catástrofe anual brasileira**, que deve ser interrompida, um grupo de profissionais médicos, guarda-vidas e outros profissionais atuantes neste tipo de trabalho, fundou a **SOBRASA - SOCIEDADE BRASILEIRA DE SALVAMENTO AQUÁTICO**, uma entidade sem fins lucrativos, que atua como órgão de convergência na prevenção de afogamentos e acidentes, de todas atividades de esporte, lazer e trabalho na área aquática.

### O QUE JÁ FOI REALIZADO PELA SOBRASA EM PROL DA REVERSÃO DESTA SITUAÇÃO?

1. Festa de Fundação da Sociedade Brasileira de Salvamento Aquático - SOBRASA.
2. Doze Cursos de Primeiros Socorros.
3. Sete Cursos Guarda-vidas Júnior e Voluntários.
4. Homenagem da Associação Comercial da Barra da Tijuca - ACIBARRA à Sobrasa.
5. Demonstração de Salvamento a Associação Brasileira Master de Natação.
6. Travessia de Natação - Praia de Copacabana - ABMN - Segurança Aquática.
7. Três Campeonatos e 2 simpósios Brasileiros de Salvamento Aquático com participação Internacional da Austrália, Argentina, Portugal e Espanha.
8. Homenagem do ROTARY CLUB de Jacarépagua à Sobrasa.
9. Oito Cursos "Afogamento - O que Fazer ?" – Primeiros socorros.
10. Uma Colônia de Férias de Salvamento - Projeto Guaratiba.
11. Programa "Planeta Água - SOBRASA" - Rádio Quebra-Mar F.M.
12. Quatro eventos Surf-Salva - Técnicas de salvamento a surfistas.

13. Feira de Pesca no Rio Centro – demonstração de salvamento aquático.
14. Demonstração de “Primeiros Socorros” no Via Parque Shopping.
17. Ruffles Big Wave (campeonato de surf, ondas grandes) - Segurança Aquática.
18. 28 Trabalhos publicados em revistas nacionais e estrangeiras.
19. 210 palestras no Brasil sobre o tema “AFOGAMENTO”
20. Seis conferências no exterior - Espanha, Inglaterra, e USA (florida, e California), Bélgica, e Holanda, e Argentina (3).
20. Participação na 11<sup>o</sup> UNEN (União Nacional das Escolas de natação).
21. Um livro publicado, dois nos prelo, e duas revisões de livros estrangeiros.
22. Três anos de escola de salvamento aquático na praia – 1.300 crianças

## Os Cursos

# DE SALVAMENTO AQUÁTICO

Os cursos de Salvamento Aquáticos são mais um projeto da Sobrasa, inédito no Brasil, que ensina a crianças e adultos as diferentes formas de como não se afogar, como fazer em caso de necessitar salvar alguém em apuros, em diferentes níveis indo do amador ao profissional do salvamento aquático. Todos os cursos têm o reconhecimento nacional da Sobrasa e o apoio internacional da Federação Internacional de salvamento Aquático. Nos cursos profissionais poderão ser emitidos certificados internacionais (qualificação aguardando autorização da ILS).

## Objetivos Principais - REDUÇÃO DO NÚMERO DE AFOGAMENTOS

Estabelece um critério Nacional Brasileiro na área de cursos de salvamento aquático para que organizações desta área, Militares ou Civas, por todo Brasil, possam ter um padrão de qualidade uniforme e coerente com a nossa realidade, adotando uma mesma nomenclatura. Tendo em vista que a grade curricular foi estabelecida por profissionais de diferentes serviços de salvamento pelo Brasil ela não é de forma nenhuma para ser imposta e serve apenas como sugestão às linhas mestres do ensinamento na área. Todos que desejarem segui-las poderão se candidatar à certificação Nacional pela Sobrasa e Internacional pela ILS.

## PERGUNTAS FREQUENTES SOBRE O CURSO

**Quem pode ter um certificado da Sobrasa?** Qualquer pessoa interessada em salvamento aquático amador ou profissional, que preencha os pré-requisitos do curso para o qual esta se inscrevendo, que pague a taxa do curso, que freqüente 75% das aulas e tenha aprovação nos testes (ver currículo específico para cada curso, com correspondentes exigências). [\(inserir HIPERLYNK\)](#) As informações das pessoas inscritas bem como seu desempenho será mantido em segredo.

## O que os candidatos ao curso obtém?

- Um manual de emergências aquáticas em 2 volumes e uma camiseta de lycra.
- Dois adesivos, e folder resumido do curso.

- Um certificado Nacional do curso em caso de aprovação nas provas. Para cursos profissionais permite trabalhar em todo território Nacional onde a legislação Estadual assim o permita.
- Certificado internacional - Em caso de interesse em se certificar internacionalmente através da ILS, receberá além do certificado, uma bolsa e um broche (**veja exigências para certificado internacional**).

### Quais os tipos de cursos que existem?

Nível	Carga horária	Pré-requisito	Habilitação (certificado)	Idade
<b>Palestra</b>	1 a 3 h	Não há	Afogamento – o que fazer?	Sem restrições
<b>Básico</b>	10h	Não há	Amador	> 15 anos
<b>Surf-salva</b>	10h	Não há	Amador	> 15 anos
<b>Guarda-vidas de Piscina</b>	52 h	Nadar com a cabeça fora da água 50m < 50'' Nadar 400m < 8' Correr 200m + nadar 200m + correr 200m < 8'	Trabalho em piscina (observando a legislação estadual)	> 18 anos
<b>Guarda-vidas de Rios, lagos e baías.</b>	90 h	Nadar com a cabeça fora da água 50m < 50'' Nadar 400m < 8' Correr 200m + nadar 200m + correr 200m < 8'	Trabalho em rios, lagos e baías (observando a legislação estadual)	> 18 anos
<b>Guarda-vidas de Praia</b>	110 h	Nadar com a cabeça fora da água 50m < 50'' Nadar 400m < 8' Correr 200m + nadar 200m + correr 200m < 8'	Guarda-vidas (observando a legislação estadual)	> 18 anos
<b>Especialista</b>	Variável	Curso de Guarda-vidas	Salva. Bote inflável Salva. Aéreo Resgate subaquático Salva. motoaquática	

(veja mais adiante o currículo específico para cada curso)

### Porque obter um certificado Nacional e/ou Internacional?

- Os programas estabelecidos para os cursos são o consenso de melhor qualidade e objetividade de currículo estabelecido por profissionais da área de salvamento aquático no Brasil e no Mundo.
- O curso e seu certificado fornecem um padrão de qualidade uniforme a todos que o completarão com êxito, em qualquer local do território Nacional, permitindo o preparo necessário a todos aqueles que não tenham acesso a este tipo de informação, ou possibilitando a profissionais já formados a sua atualização, qualificação e reconhecimento Nacional ou Internacional de sua capacidade profissional. É o nosso padrão de qualidade profissional.

- O certificado tem reconhecimento técnico em todo território nacional e internacional, guardado as legislações em cada local.

### **Como fazer para realizar um curso?**

- Escolha o tipo de curso que deseja fazer.
- Tenha certeza de preencher os pré-requisitos (se houver).
- Leia atentamente todo regulamento do curso que escolheu ([HIPERLYNK](#))
- Verifique as datas e locais disponíveis onde ocorrerão os cursos para inscrições individuais. Para inscrições coletivas entre em contato diretamente com a Sobrasa para estabelecer a possibilidade de realizarmos o curso o mais próximo de sua cidade.
- Inscreva-se no curso pagando a taxa de inscrição.
- Caso seja um curso com necessidade de pré-requisitos de prova física de natação e corrida pague somente 30% do valor de curso como taxa de inscrição. Esta taxa não será devolvida caso o candidato não passe nesta etapa inicial.

### **Como conseguir o certificado sem ter que realizar o curso da Sobrasa ou da ILS?**

Existem duas formas de se conseguir o certificado;

1. Através de uma organização que forneça reconhecidamente o curso a profissionais desta área. Esta organização deverá ter os mesmo critérios e a mesma grade curricular mínima da Sobrasa para o curso solicitado e deverá solicitar a Sobrasa seu cadastramento como núcleo formador ([ver documentação necessária para cadastro como Centro formador](#)), e a partir daí poderá emitir dois tipos de certificados. Um certificado próprio da instituição com o logotipo de reconhecimento da Sobrasa ou solicitar após a aprovação de seu aluno um certificado emitido pela Sobrasa.
2. Qualquer candidato possuidor de um certificado emitido por uma instituição não cadastrada, terá o direito de prestar exames para o nível de certificado a que se propõem. Receberá o certificado se aprovado na provas. Neste caso não haverá reciclagem ou aulas prévias ao exame, no entanto este candidato deverá se encaixar com alguma turma do nível a que se esta propondo a certificação.

## **Estatutos gerais**

- As aulas sempre serão acompanhadas de no mínimo um instrutor guarda-vidas.

- É proibido aos alunos realizar qualquer tentativa de salvamento sem a permissão de seu instrutor.
- **Quando ocorrem?** Em data, horário e local a ser estabelecido em calendário pela Sobrasa ou pela organização responsável pelo curso.
- Todos os alunos dos cursos com duração maior de 20 h em que exista a necessidade de parte prática dentro da água, estará incluído dentro do valor do curso um seguro contra acidentes, invalidez temporária e morte.
- Os profissionais formados em cursos maiores de 20 h/aula deverão renovar suas habilitações através de aula e prova de reciclagem a cada 2 anos, período de validade de suas carteiras.
- Forneceremos esclarecimento sobre o trabalho da Sobrasa em prevenção na área de afogamento.

## **Curso Básico de Salvamento Aquático**

### **Carga horária de 10 h – Valor máximo de R\$ 100,00/aluno**

Este nível apresenta de forma instrutiva e compacta uma proposta educacional para reduzir o número de afogamentos. **O objetivo é transmitir de forma prática, as diferentes formas básicas de prevenção em afogamento e salvamento a todos os profissionais e atletas que lidam com o meio aquático ensinando-os a como reconhecer e tratar os casos de afogamento até o socorro médico chegar.** Embora o ideal de prevenção para os casos de afogamento seja a presença de um guarda-vidas no caso de praias ou de um guardião de piscina no local do acidente, é freqüente a ocorrência deste tipo de tragédia em lugares inóspitos, onde apenas uma pessoa treinada em primeiros socorros na água pode fazer a diferença. O curso consta de noções teóricas e práticas de como reconhecer um caso de afogamento e o que deve ser feito para ajudar. **Não** tem como objetivo a formação de profissionais na área de salvamento aquático. As aulas serão ministradas em **10 h** com no mínimo quatro intervalos. O curso pode ser feito em 2 dias, sendo dividido então em 2 módulos básicos teórico/prático: Salvamento Aquático/primeiros socorros na água e Primeiros socorros em área seca. Nas aulas práticas haverá divisão das turmas por monitor e por atividade. Para cada atividade prática haverá 1 instrutor/monitor para cada 15 alunos. As vagas são limitadas a no máximo 100 e no mínimo 12 alunos por curso. O aluno recebe um folder com o resumo do curso, um adesivo Sobrasa e um certificado internacional.

### **PROGRAMA**

- **Abertura – introdução ao salvamento aquático**



- **Prevenção** – medidas de como prevenir o afogamento em praias, piscinas, rios, banheiras, lagos e outros. Saber como Identificar quais as situações que provocam o afogamento e quais as pessoas que podem se afogar. Em tempestades e com animais. marinhos perigosos como proceder
- **Reconhecimento & Solicitação de socorro em uma emergência aquática** - Saber Identificar um afogamento em curso e como solicitar socorro dentro e fora da água.
- **Socorro e Suporte Básico de Vida (SBV) na água**
  - Como realizar o socorro sem entrar na água, como realizar um auto-socorro – flutuando e nadando, como salvar na água sem se tornar à vítima, como realizar um salvamento simples com ou sem equipamento.
  - **Vítima Consciente** - Como abordar e não ser mais uma vítima e como retornar com a vítima até a área seca. **Vítima Inconsciente** - Porque iniciar o suporte básico de vida na água? Avaliação da respiração e como ventilar dentro da água, como reconhecer uma parada respiratória isolada e como proceder? Como rebocar e retirar a vítima da água com e sem material? Como colocar na borda da piscina? E posição para iniciar os primeiros socorros.
    - **Vítima de trauma dentro da água – Quais os riscos e como proceder?**

**6. Prática de ventilação boca-a-boca em manequim.**

**7. Prática na água de toda parte teórica.**

**8. A teoria do Suporte Básico de Vida na areia/borda da piscina** - O SBV na areia ou borda da piscina – 7 passos importantes. O afogamento, sua gravidade e tratamento. Quando vale a pena tentar e quando devemos parar a RCP em afogamento? Quais são e como manusear o equipamento obrigatório (cilindro de oxigênio e máscaras). Suspeita de trauma da cabeça ou pescoço – o que fazer? Prevenção e tratamento de Hemorragias ou Fraturas e luxações.

**9. A pratica do SBV na areia/borda da piscina**

**10. Simulações de 4 cenas com discussão ao final**

## **INFORMAÇÕES PARA MONITORES e INSTRUTORES**

- **Quem pode ministrar ou atuar como monitores nos cursos** – Instrutores ou monitores da Sobrasa pela Sobrasa ou outra organização credenciada a Sobrasa.
- **Monitores** são pessoas que estão auxiliando o instrutor no curso (ver pré-requisitos na tabela abaixo). O trabalho do monitor em formação é um trabalho voluntário de aprendizado.
- **Instrutores** são profissionais que podem ministrar cursos.
- A formação de instrutores e monitores incentivará a formação de centros e núcleos de ensino por todo Brasil.
- Os guarda-vidas júnior e voluntário deverão fazer uma reciclagem de 22 h e realizarem a prova para sua graduação a guarda-vidas de praia.
- Os guarda-vidas júnior e voluntário instrutores poderão realizar a prova para instrutor e receberão o seu certificado se preencherem os pré-requisitos.
- A palestra gratuita tem por objetivo difundir as medidas de prevenção por todo território Nacional, além de incentivar aos alunos para os outros cursos.
- Todos os cursos têm grade curricular que deverá ser seguida por todos. Caso exista disponibilidade de tempo e interesse, a organização do curso poderá acrescentar matérias ao currículo, sem a exigência de prova e desde que não venha a contrariar os protocolos de conhecimento estabelecidos pela Sobrasa em seu manual.

### **Veja pré-requisitos para monitores e instrutores em diferentes níveis;**

<b>Nível</b>	<b>Monitor (&gt; 18 anos)</b>	<b>Instrutor (&gt; 21 anos)</b>
<b>Palestra</b>	Palestra + básico 2º grau completo	2 monitorias de palestra 2º grau completo
<b>Surf-salva</b>	Palestra + básico + surf salva 2º grau completo	2 monitorias surf-salva 2º grau completo
<b>Básico</b>	Palestra + básico + GV piscina 2º grau completo	2 monitorias do básico + 1 curso nível acima 2º grau completo
<b>Guarda-vidas de Piscina</b>	GV piscina 2º grau completo	2 monitorias de GV piscina + 1 curso nível acima + 3º grau completo + 1 ano de experiência profissional na área
<b>Guarda-vidas de Rios, lagos e baías.</b>	GV de Rios, lagos e baías 2º grau completo	2 monitorias de GV de Rios, lagos e baías + 1 curso nível acima + 3º grau completo + 1 ano de experiência profissional na área
<b>Guarda-vidas de Praia</b>	Guarda-vidas de Praia 2º grau completo	3 monitorias de Guarda-vidas de Praia + 3º grau completo + 1 ano de experiência profissional na área
<b>Especialista</b>	Curso da especialidade 2º grau completo	2 monitorias no curso da especialidade + 3º grau completo + ser instrutor GV

Para monitor ou instrutor são exigidos em todos os cursos: ser sócio da Sobrasa.

## DOCUMENTAÇÃO E O PASSO A PASSO NECESSÁRIO PARA O CADASTRO COMO CENTRO FORMADOR E A EMISSÃO DE CERTIFICADOS

- Carta de solicitação ao Presidente da Sobrasa informando o interesse em se filiar à instituição como Centro formador na área de salvamento aquático. Esta carta deverá conter: Um breve histórico do Centro de formação e sua atuação na área de salvamento aquático, porque do seu interesse em ser um Centro formador Sobrasa, o (s) curso(s) de interesse para a certificação, sua grade curricular com carga horária discriminada, e local onde esta sendo ou será realizado.
- Toda esta documentação poderá ser enviada por e.mail, exceto a carta de solicitação que deverá vir assinada pelo responsável e com firma reconhecida.
- Toda documentação será analisada pela Diretoria da Sobrasa que enviará a resposta de aprovação ou recusa em até 30 dias úteis.
- Em caso de aprovação o Centro formador poderá optar por duas possibilidades: A emissão de seu certificado com o logotipo de reconhecimento da Sobrasa ou a solicitação de emissão de um certificado da Sobrasa.
- Para todo o processo de filiação não haverá custos, entretanto a entidade que solicita deverá ser cadastrada como sócia institucional e estar quites com suas obrigações sociais.
- Os custos para emissão de certificados e para despesas com correio são.

	Valor por unidade	Correio (território Nacional)
Numeração do certificado com logo de reconhecimento da Sobrasa	R\$ 8,00	x
Emissão de certificado da Sobrasa com numeração	R\$ 15,00	R\$ 5,00
Emissão de certificado da ILS	Euros 10	?

### **Veja também os arquivos:**

**Organizador do curso – Para aqueles que estão organizando um curso**

**Contrato de Serviço – Para todos os alunos lerem e assinarem o de acordo antes do início do curso**