

Estudo da Performance dos Nadadores-Salvadores Portugueses num resgate simulado

– Estudo Exploratório

Marques, Olga^{1,2}; Gouveia e Melo, Henrique³; Leitão, Nuno¹; Rama, Luís²

¹ *Instituto de Socorros a Náufragos*

² *Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Universidade de Coimbra*

³ *Autoridade Marítima Nacional*

INTRODUÇÃO

Os registos do Instituto de Socorros a Náufragos (ISN), demonstra que existe uma baixa taxa de mortalidade por afogamento em praias portuguesas, durante a época balnear. Dando cumprimento às recomendações Europeias, a função de Nadador-Salvador (NS), passou em 2012, a ser uma profissão regulamentada, o que exige responsabilidade acrescida individual para estar devidamente preparado física e psicologicamente para funções da salvaguarda da vida, em espaços aquáticos. Com o aumento das competências e das capacidades do NS, é relevante analisar o nível das capacidades dos NS portugueses, nos vários âmbitos.

Este estudo insere-se numa linha de pesquisa orientada para avaliar e monitorizar a capacidade do NS para iniciar o RCP, num tempo máximo de 3 minutos após início da operação de salvamento ao naufrago, ou seja, a capacidade para detetar, reagir, resgatar e estar preparado para administrar as manobras de RCP nesse espaço temporal. Acredita-se que é o primeiro estudo em Portugal focado na performance dos NS em situações de salvamento, simuladas, nas praias balneares. Os resultados desta pesquisa, serão da maior utilidade ao ISN na tomada de decisões relativamente aos conteúdos do curso inicial e também ajudar a garantir que os NS mantenham boa preparação durante o ano, antes de iniciarem a época laboral no ambiente aquático.

OBJETIVO

O objetivo deste estudo é analisar o desempenho dos NS numa situação de resgate simulado numa jornada de trabalho habitual.

MATERIAL E METODO

A amostra é composta por 86 NS de ambos os sexos (68rapazes,18raparigas) com idades compreendidas entre os 18 e os 38 anos. Foram registados dados biométricos e antropométricos (idade, sexo, nacionalidade, nível de atividade física, massa e estatura). Para além destes, participaram 57 NS (37rapazes,20raparigas) de forma voluntária para interpretar o papel de náufrago inconsciente. Todos os patamares do algoritmo de salvamento foram cumpridos e controlados. A distancia definida para o “náufrago” foi 50m da linha de costa, visto existirem evidencias que os afogamentos nas praias

ocorrem entre os 50 e 100m. As condições ambientais, temperatura da água, características das praias vigiadas (localização, tipo de areia), informação sobre as condições dos banhos (cor das bandeiras), correntes e amplitude (altura) das ondas também foram controladas. Estabeleceu-se como critérios de inclusão dos NS, que no dia da intervenção, o horário de trabalho geralmente estipulado, não poderia ser alterado. Cada NS realizou dois simulacros entre as 09h00 e as 18h00, um no período matinal e o outro ao final da tarde.

RESULTADOS

Cerca de 96.5% dos participantes, não conseguiram efetuar o resgate em menos de 3 minutos. Não existiram diferenças no tempo despendido entre a manhã e a tarde. Observou-se que os indivíduos que efetuaram um maior numero de sessões de treino no mar durante o curso de nadador-salvador foram mais rápidos no resgate. O número de indivíduos que aplicou insuflações foi de 96,5% (manhã) e 97,7 (tarde), não foram verificadas diferenças.

CONCLUSÃO

Os resultados do estudo demonstram a necessidade de se rever o curriculum do curso de NS e enfatizar as habilidades no mar durante a formação. Do mesmo modo julga-se que os requisitos da condição física geral deveriam ser mais exigentes e adaptados à realidade da profissão e o uso do equipamento mais adequado durante o curso, com a finalidade de melhorar a sua prontidão garantido a eficácia no resgate.

