

## Sobrasa alerta sobre cuidados para evitar afogamentos

<https://dokimasia.com.br/wp-content/uploads/2024/01/afogamentos.mp3>

Em tempo de férias é preciso redobrar os cuidados para evitar afogamentos. Dados da Sociedade Brasileira de Salvamento Aquático (Sobrasa) mostram que 15 pessoas morrem afogadas no Brasil diariamente. Os afogamentos são a primeira causa de morte de crianças de 1 a 4 anos e a terceira na faixa etária de 5 a 9 anos.

A Sobrasa diz ainda que 55% das mortes na faixa de 1 a 9 anos ocorrem em residências. A prevenção é a principal ferramenta para evitar esse tipo de acidente, especialmente no verão, quando piscinas, praias, rios, lagos e lagoas costumam ser utilizados com mais frequência pelas famílias.

O secretário-geral da Sociedade Brasileira de Salvamento Aquático (Sobrasa) David Szpilman destacou, em entrevista à **Rádio Nacional da Amazônia**, um dos veículos da **Empresa Brasil de Comunicação (EBC)**, que, ao contrário do que as pessoas pensam, a maioria dos afogamentos não ocorre em praias, mas na água doce. O motivo é que, geralmente, nesses lugares não há a presença de salva-vidas ou pessoas qualificadas para prestar socorro.



Crianças brincam na comunidade de ribeirinhos de São Lourenço. **Marcelo Camargo/Arquivo/Agência Brasil**

“Mais de 70% das mortes ocorrem em rios, lagos e represas. Nas praias as pessoas se afogam e, por ter guarda-vidas, acabam sendo salvas. Em água doce, como nos lagos de represas, isso não acontece porque não há guardas-vidas, não há ninguém capacitado e competente para fazer o socorro e isso provoca duas dessas 15 mortes. Mais duas ocorrem em casos de alguém tentando ajudar outra pessoa que está se afogando e que acaba morrendo junto. No caso do rio – diferentemente da praia, que às vezes assusta por causa das ondas -, se for muito fundo, pode ter uma correnteza forte e não aparentar”, disse.

Para prevenir situações de afogamento, a Sobrasa recomenda a instalação de barreiras de acesso à água em piscinas, rios, represas e lagos. Também é recomendável providenciar lugares mais seguros para crianças em idade pré-escolar e ensinar segurança aquática tanto

para as crianças em idade escolar, quanto para o público em geral. O uso de coletes e boias também ajuda a evitar situações críticas. Em locais com sinalização, é preciso seguir as orientações.

Szpilman disse ainda que muitas situações de afogamento ocorrem porque as pessoas subestimam o risco que estão correndo. Mesmo grandes nadadores podem morrer afogados quando não respeitam seus limites ou por redução súbita de sua competência aquática. O uso de bebidas alcoólicas também é fator determinante, já que pessoas sob efeito de álcool apresentam menor coordenação motora.

“O ideal é que a gente saiba os riscos do ambiente e a nossa competência aquática. Toda situação de afogamento, independentemente de ser em piscina, cachoeira, rio, lago, represa, praia, surfando, fazendo esporte aquático, exige um um balanço entre o risco do ambiente e a sua competência aquática, a capacidade de enfrentar o risco”, disse. “A bebida entra exatamente nesses dois fatores: a pessoa olha o risco e quando está alcoolizada, não percebe e se acha mais capaz do que na realidade. Aliado a isso, o álcool também reduz a capacidade motora de defesa. Então, esses três fatores influenciam e fazem com que o álcool seja responsável por 15% a 18% dos afogamentos com morte”, completou.

Segundo Szpilman, em situações de afogamento a pessoa deve manter a calma, procurar boiar e pedir ajuda. Evitar nadar contra a correnteza também é uma dica importante, já que a pessoa estará gastando a energia que deveria utilizar para aguardar o socorro.

“É por isso que a gente sempre fala: está no sufoco, a primeira coisa a fazer é guardar suas forças para flutuar, não nade contra a correnteza. Encha o pulmão e tente boiar. Peça ajuda e espere. Na situação da Amazônia [onde ocorre a maior parte dos afogamentos no Brasil], por exemplo, é muito importante entender que mesmo aquelas pessoas que sabem nadar, devem utilizar um colete salva-vidas. Sempre. Porque é a proteção”, explicou.

Para quem está vendo alguém se afogar, a recomendação é buscar ajuda imediatamente e evitar entrar na água.

“Do ponto de vista de quem está assistindo o afogamento, o ideal é você ajudar sem entrar

na água. Primeiro, identifica que alguém está precisando de ajuda e pede para ligar para o número 193 e avisar o Corpo de Bombeiros”, disse. “Você deve buscar algum material de flutuação, pode ser uma garrafa pet de refrigerante, uma bola, uma raquete, uma prancha, uma tampa de isopor, várias coisas que flutuam, alguma coisa deve ser utilizada para jogar para o afogado, para que ele possa agarrar e se manter acima da superfície, continuar respirando e para dar tempo de o socorro chegar. Esse é o procedimento de como enfrentar situações quando a prevenção falhou”, acrescentou Szpilman.

Em relação aos cuidados com as crianças, a principal recomendação é nunca perdê-las de vista. Também é preciso cercar piscinas, esvaziar baldes e outros utensílios nos quais a criança pode se afogar.

“Em crianças de 1 a 4 anos, o afogamento acontece, principalmente, em casa e 50% desses casos em piscinas. Sempre que tem criança pequena deve prestar o máximo de atenção enquanto está dentro de casa, mesmo que não tenha piscina. Tem balde, esvazia o balde. Tem piscina, fecha a piscina, fecha a porta do banheiro, não deixa ela acessar o jardim, limita o acesso a locais perigosos. Isso é extremamente importante para crianças de 1 a 4 anos. A partir de 5 a 6 anos [o afogamento] acontece mais nas áreas externas ao redor da casa e em piscinas. Às vezes é uma piscina de um clube, de um parque aquático, de um hotel em que a gente vai passar o final de semana e ali não tem uma cerca”, afirmou.

Em praias, rios e lagos, a recomendação também é nunca tirar os olhos e sempre avaliar os locais que são mais arriscados, especialmente no verão quando, segundo a Sobrasa, ocorrem 45% dos afogamentos.

“Há um ditado que diz: um cachorro que tem dois donos morre de fome. E é isso que acontece, um fica esperando o que o outro vai fazer e acaba que ninguém assume. Então, é importante: quando você vai dar uma festa, se tem piscina, ou é num lago, ou num parque, ou num sítio, tem que ter alguém olhando as crianças o tempo todo. Faz um revezamento, um pai ou uma mãe deve ficar olhando”, reiterou.

“Os pais colocam muito a criança para aprender a nadar, achando que aquilo vai blindá-la de um afogamento. E a criança sabe flutuar, consegue se deslocar numa piscina. Na cabeça dos

## Sobrasa alerta sobre cuidados para evitar afogamentos

pais, parece que isso funcionaria em qualquer outro ambiente e não funciona. Então, se você pega uma criança que sabe flutuar, que está confortável na piscina e coloca ela num rio, ela morre afogada. Se coloca na praia, morre afogada. A gente tem que entender que para cada ambiente existe um risco. E você tem que ter competência aquática acima desses riscos para não se tornar um afogado nessa circunstância”, observou.

Edição: Graça Adjuto

Agência Brasil