

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

RAFAEL RAMOS

**PREVENÇÃO DE AFOGAMENTOS, TÉCNICAS DE SOBREVIVÊNCIA E
SALVAMENTO AQUÁTICO NA ATUAÇÃO DE PROFESSORES DE NATAÇÃO**

Florianópolis

2022

Rafael Ramos

**PREVENÇÃO DE AFOGAMENTOS, TÉCNICAS DE SOBREVIVÊNCIA E
SALVAMENTO AQUÁTICO NA ATUAÇÃO DE PROFESSORES DE NATAÇÃO**

Trabalho Conclusão do Curso em Educação Física –
Bacharelado do Centro de Desportos da Universidade
Federal de Santa Catarina como requisito para a obtenção
do Título de Bacharel em Educação Física.
Orientadora: Profa. Dra. Lara Elena Gomes Marquardt

Florianópolis

2022

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária da UFSC.

Ramos, Rafael

Prevenção de afogamentos, técnicas de sobrevivência e salvamento aquático na atuação de professores de natação / Rafael Ramos ; orientadora, Lara Elena Gomes Marquardt, 2022.

54 p.

Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Desportos, Graduação em Educação Física, Florianópolis, 2022.

Inclui referências.

1. Educação Física. 2. Segurança. 3. Habilidades aquáticas. 4. Nadar. I. Marquardt, Lara Elena Gomes. II. Universidade Federal de Santa Catarina. Graduação em Educação Física. III. Título.

Rafael Ramos

**PREVENÇÃO DE AFOGAMENTOS, TÉCNICAS DE SOBREVIVÊNCIA E
SALVAMENTO AQUÁTICO NA ATUAÇÃO DE PROFESSORES DE NATAÇÃO**

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi julgado adequado para obtenção do Título de “Bacharel em Educação Física” e aprovado em sua forma final pelo Centro de Desportos da Universidade Federal de Santa Catarina, com a nota 9,5

Florianópolis, 17 de março de 2022.

Banca Examinadora:

Profa. Lara Elena Gomes Marquardt, Dra.
Orientadora
Universidade Federal de Santa Catarina

Prof. Luis da Fontoura Iglesias, Me.
Avaliador
Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Rio Grande do Sul

Profa. Rossane Trindade Wizer, Dra.
Avaliadora
Instituto Federal do Rio Grande do Sul

RESUMO

Em todo o mundo, o número de pessoas que perdem suas vidas por afogamento é alarmante. A literatura evidencia que a prevenção é a melhor estratégia, assim como ensino de habilidades aquáticas e a consciência sobre o risco do afogamento tendem a diminuir os casos. Com isso, pode ser destacado o papel do professor de Educação Física, em especial, os professores de natação, os quais, além de precisar conhecer as técnicas de salvamento aquático, atuam no ambiente ideal para tratar do assunto por meio do ensino. Desse modo, o objetivo do presente trabalho foi verificar se o conhecimento sobre técnicas de sobrevivência, de salvamento aquático e prevenção de afogamentos é empregado na atuação de professores de natação. Trata-se de um estudo qualitativo com desenho exploratório e descritivo, o qual envolveu os seguintes passos: (1) entrevista semiestruturada com três professores de natação; (2) transcrição de cada entrevista; (3) devolução da entrevista transcrita para os participantes para validação de conteúdo e (4) após o retorno dos participantes, foi empregada a análise de conteúdo. Foi encontrado que os professores ensinam quase todas as habilidades aquáticas importantes para segurança no ambiente aquático, embora não saibam da importância de todas. Também ficou evidente que esse assunto foi pouco abordado durante a graduação dos participantes, levando os professores a adquirirem tal conhecimento por meio de formação continuada. Além disso, os professores já passaram por situações em que tiveram que entrar na água para ajudar alguém em perigo em seus locais de trabalho, porém nunca tiveram que intervir com o tratamento de um afogado fora da água, mas creem que saberiam lidar de forma correta.

Palavras-chave: Segurança. Habilidades aquáticas. Nadar.

ABSTRACT

All over the world, the number of people who lose their lives by drowning is alarming. The literature shows that prevention is the best strategy, as well as teaching water skills and awareness of the risk of drowning tend to reduce cases. With this, the role of the Physical Education teacher can be highlighted, especially swimming teachers, who, in addition to needing to know techniques of aquatic rescue, work in the ideal environment to deal with the subject through teaching. Thus, the purpose of the present study was to verify if the knowledge about survival techniques, aquatic rescue and drowning prevention is used by swimming teachers. This is a qualitative study with an exploratory and descriptive design, which involved the following steps: (1) semi-structured interview with three swimming teachers; (2) transcript of each interview; (3) return of the transcribed interview to the participants for content validation and (4) after the participants return, content analysis was used. The participants teach almost all techniques related to drowning prevention, although they did not know the importance of all. It was also evident that this subject was rarely addressed during the participants' graduation, thus teachers had to learn such knowledge along their continuing education. In addition, all teachers have been through situations where they had to get into the water to help someone in danger at their workplaces, but they never had to intervene with the treatment of a drowned person out of the water, but they believe that they would know how to deal in a correct way.

Keywords: Safety. Water skills. Swim.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CBMSC	Corpo de Bombeiros Militar de Santa Catarina
CBMSP	Corpo de Bombeiros Militar de São Paulo
EPI	Equipamento de proteção individual
OMS	Organização Mundial da Saúde
RCP	Reanimação cardiopulmonar
SAMU	Serviço de Atendimento Móvel de Urgência
SOBRASA	Sociedade Brasileira de Salvamento Aquático

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	7
1.1	OBJETIVO GERAL	8
1.2	OBJETIVOS ESPECIFICOS	8
1.3	JUSTIFICATIVA.....	8
2	REVISÃO DE LITERATURA	10
2.1	AFOGAMENTO	10
2.2	A IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO	12
2.3	TÉCNICAS DE SOBREVIVÊNCIA E RESGATE	17
2.4	ENSINO DA NATAÇÃO E SALVAMENTO AQUÁTICO	22
3	PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	25
3.1	QUESTÕES NORTEADORAS	25
3.2	MÉTODO DE ABORDAGEM.....	25
3.3	PARTICIPANTES DA PESQUISA	26
3.4	ASPECTOS ÉTICOS.....	26
3.5	COLETA DE DADOS	28
3.6	ANÁLISE DE DADOS	29
4	RESULTADOS	31
4.1	APRESENTAÇÃO DOS PARTICIPANTES	31
4.2	VIVÊNCIA EM SEGURANÇA NO AMBIENTE AQUÁTICO.....	32
4.3	SOBREVIVÊNCIA E PREVENÇÃO EM AULAS DE NATAÇÃO.....	36
5	DISCUSSÃO	43
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS	47
	REFERÊNCIAS	48
	APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO ..	51
	APÊNDICE B – ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA	53

1 INTRODUÇÃO

Conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2014), cerca de 372.000 pessoas morrem por afogamento não-intencional todos os anos no mundo. O afogamento é uma das principais causas de mortes acidentais entre crianças, adolescentes e adultos jovens (SOBRASA, 2020). Em um panorama geral, o afogamento é um problema crônico e não impacta da forma que deveria, justamente, pelo desconhecimento sobre o assunto pela sociedade, uma vez que as mortes ficam diluídas nas estatísticas e não é dada a importância a ações para diminuir esses números (SCHINDA *et al.*, 2019). Ainda, aparentemente, as medidas mais importantes seriam aquelas tomadas após o afogamento, porém a ferramenta mais eficaz é a prevenção, o que poderia evitar cerca de 85% dos afogamentos (SZPILMAN; SILVEIRA; FERREIRA, 2019).

Para reverter esse cenário, toda a sociedade deveria agir, não somente os profissionais da saúde, uma vez que, geralmente, o primeiro atendimento é prestado por pessoas próximas às vítimas, assim, capacitar as pessoas é de grande valia (ROCHA; SZPILMAN, 2016). Além disso, o ensino de habilidades na água e o conhecimento sobre segurança no meio líquido são medidas importantes também (DENNY *et al.*, 2019).

Segundo a OMS (2014), o número de afogamentos diminui quando se ensina natação, regras de segurança e princípios de salvamento aquático. Desse modo, os profissionais que lidam com o ambiente aquático podem contribuir para evitar acidentes (SANTANA; TAVARES; SANTANA, 2003). Neste caso, o profissional de Educação Física, professor de natação, pode ajudar ensinando múltiplas competências aquáticas para adultos e crianças (STALLMAN *et al.*, 2017). Entre estas, podem ser citadas (STALLMAN; JUNGE; BLIXT, 2008): Entrar saltando em águas profundas; uma vez submerso, ser capaz de voltar à superfície e nadar; mergulhar e nadar submerso com conforto; saber nadar, pelo menos, dois nados rudimentares, um de frente e outro de costas; respirar de forma relaxada e coordenada com o nado; mudar de posição na água; mudar o sentido do deslocamento do nado e permanecer flutuando com o mínimo de esforço.

Por outro lado, o ensino deve ser o mais realista possível, gerando um aprendizado significativo, ou seja, uma verdadeira aptidão com a água a fim de prevenir afogamentos (STALLMAN; JUNGE; BLIXT, 2008). Deve-se ter em mente que saber nadar é relativo e multifatorial, uma vez que depende do indivíduo, das condições do ambiente e dos equipamentos que utiliza (LANGENDORFER, 2011). Portanto, não se deve confiar que uma

pessoa que consegue nadar em um ambiente controlado terá o mesmo desempenho em um ambiente diferente (LANGENDORFER, 2011). Por isso, é aconselhável que as aulas de natação ocorram ou simulem diferentes contextos, preparando os alunos para condições incertas (KJENDLIE *et al.*, 2013).

Considerando que é recomendado o ensino de habilidades aquáticas para sobrevivência no meio líquido e de atitudes para prevenção de afogamentos (DENNY *et al.*, 2019; STALLMAN *et al.*, 2017), além de que o professor de natação, devido ao local de seu trabalho, precisa saber sobre salvamento aquático (SANTANA; TAVARES; SANTANA, 2003), surge o seguinte problema de pesquisa: Será que o conhecimento sobre técnicas de sobrevivência, de salvamento aquático e prevenção de afogamentos é empregado na atuação de professores de natação?

1.1 OBJETIVO GERAL

- Verificar se o conhecimento sobre técnicas de sobrevivência, salvamento aquático e prevenção de afogamentos é empregado na atuação de professores de natação.

1.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Verificar como professores de natação aprenderam sobre técnicas de sobrevivência, salvamento aquático e atitudes para prevenção de afogamentos;
- Verificar se técnicas de sobrevivência e atitudes para prevenção de afogamentos são aspectos ministrados em aulas de natação;
- Descrever como professores de natação abordam sobre técnicas de sobrevivência e atitudes para prevenção de afogamentos em suas aulas de natação;
- Verificar se professores de natação, em seu local de trabalho, já necessitaram resgatar ou ajudar alguém devido a afogamento e se saberiam como proceder frente a um afogamento.

1.3 JUSTIFICATIVA

Do ponto de vista pessoal, o discente teve a oportunidade de trabalhar como Guarda-Vidas civil nas praias de Florianópolis por 7 anos e, posteriormente, tornou-se Bombeiro Militar do Estado de Santa Catarina. Ao longo de toda a sua atuação profissional, o salvamento aquático

sempre foi a área que teve mais afinidade. Enquanto atuava nas praias, pôde perceber um grande desconhecimento da população em relação ao afogamento. Casos de imprudência e negligência eram diários, mas o que mais observava era o descuido de pais e responsáveis com as crianças. Orientar é a principal função do Guarda-Vidas, porém, muitas vezes, não era possível ter êxito nessa missão, sendo necessário realizar salvamentos.

De forma alinhada com a experiência do discente, diferentes autores indicam a necessidade do ensino de atitudes para prevenir um afogamento (DENNY *et al.*, 2019; OMS, 2014; SZPILMAN; SILVEIRA; FERREIRA, 2019). Também é importante saber como ajudar alguém sem se tornar mais uma vítima (MORAN *et al.*, 2013; ROCHA; SZPILMAN, 2016), assim como aprender a nadar (OMS, 2014; ROCHA; SZPILMAN, 2016), incluindo habilidades aquáticas que possibilitem segurança ou sobrevivência na água (STALLMAN; JUNGE; BLIXT, 2008). Todos esses aspectos podem ser desenvolvidos em aulas de natação, porém, será que isso ocorre? Em outras palavras, será que o conhecimento sobre técnicas de sobrevivência e atitudes para prevenção de afogamento é empregado na atuação de professores de natação? Será que o professor de natação sabe como proceder frente a um afogamento?

Como contribuição social, em consonância com os objetivos do trabalho, espera-se contribuir com a formação de professores de Educação Física em relação à segurança no meio aquático por meio de uma reflexão sobre o ensino na graduação e depois desta, como formação continuada. Nesse caso, poderá ser observado se o que é ensinado em disciplinas como natação e primeiros socorros é suficiente para uma atuação segura na área e/ou se é necessário realizar uma formação posterior à graduação para esse fim. Outra contribuição envolve a compreensão se, no ambiente que é propício para o ensino de técnicas que podem reduzir o número de acidentes, esse assunto está sendo de alguma forma abordado.

2 REVISÃO DE LITERATURA

Com base no objetivo do estudo, a presente revisão de literatura aborda sobre: (1) Afogamento; (2) A importância da prevenção; (3) Técnicas de sobrevivência e resgate e (4) Ensino da natação e salvamento aquático.

2.1 AFOGAMENTO

Afogamento, termo que foi definido no Congresso Mundial sobre afogamento em 2002 e adotado pela Organização Mundial da Saúde - OMS (2014, p. 14), é “o processo de alteração da função respiratória resultante de uma submersão/imersão em meio líquido”. Para entender melhor, Szpilman e Lopes (2020) citam que imersão é quando há uma parte do corpo sob a superfície da água (nesse caso, a face) e submersão é quando o indivíduo se encontra totalmente abaixo da superfície do líquido.

Szpilman e Lopes (2020) apresentam uma classificação quanto ao tipo de afogamento, sendo este em água doce, salgada ou salobra e em outros líquidos não corporais: (1) Afogamento primário quando não há fatores que desencadeiam o afogamento a não ser o meio líquido e (2) Secundário que é quando há algum fator que impede com que a vítima consiga manter-se sobre a superfície da água como, por exemplo, doenças cardíacas e convulsões.

Sobre os processos fisiopatológicos, Szpilman e Lopes (2020, p. 4) explicam que

[...] quando uma pessoa está em dificuldades na água e não pode manter as vias aéreas livres de líquido, a água que entra na boca é voluntariamente cuspidada ou engolida. Se não interrompido a tempo, uma quantidade inicial de água é aspirada para as vias aéreas e a tosse ocorre como uma resposta reflexa (evidência de aspiração).

A gravidade do afogamento é dividida em seis graus (ROCHA; SZPILMAN, 2016): no grau 1, a vítima tosse; no grau 2, a vítima tosse e tem pouca espuma na boca e/ou no nariz; no grau 3, diferente do grau 2, há muita espuma na boca e/ou nariz; o grau 4 é caracterizado por muita espuma na boca e no nariz, porém não há mais pulso radial palpável, apenas o carotídeo; no grau 5, há parada respiratória isolada e, no grau 6, parada cardiorrespiratória.

A cadeia de sobrevivência do afogamento (Figura 1), segundo Rocha e Szpilman (2016), inclui medidas de prevenção até o momento de chegada ao hospital, sendo representada em forma de corrente, em que se um elo falhar, o acidente fatal acontece. No primeiro elo, é apresentada a prevenção. No segundo, os autores apontam que reconhecer um afogamento e

pedir ajuda são fundamentais para a sobrevivência, uma vez que o tempo é o fator decisivo no afogamento, assim, deve-se ligar para o Serviço de Atendimento Móvel de Urgência - SAMU (192) ou Corpo de Bombeiros (193) e apresentar as informações necessárias para a prestação do socorro. No terceiro, o recomendado é que se forneça flutuação para a vítima, evitando que a mesma acabe submergindo no líquido, já que é necessário tomar cuidado para não se tornar mais uma vítima. O quarto elo representa a retirada da vítima da água, porém só ocorre se for seguro para o socorrista. No quinto, inicia-se o suporte básico à vida, fora da água.

Figura 1 – A cadeia de sobrevivência do afogamento.



Fonte: Szpilman *et al.* (2014).

A Organização Mundial da Saúde (2014) aponta que aproximadamente 372.000 pessoas morrem por ano no mundo vítimas de afogamentos. Segundo a Sociedade Brasileira de Salvamento Aquático (SOBRASA, 2020), no ano de 2018, foram registrados 5.587 óbitos por afogamento no Brasil. Foi a segunda maior causa de óbitos por acidentes em crianças de 1 a 4 anos, a terceira causa entre crianças e adolescentes de 5 a 14 anos e a quarta causa entre adolescentes e adultos entre 15 e 24 anos (SOBRASA, 2020). Os dados também revelam uma predominância para o sexo masculino, em média, morrem 6,8 vezes mais homens que mulheres por afogamento (SOBRASA, 2020).

Conforme o registro no DataSUS (2021), no período de 2015 a 2019, em Santa Catarina, 960 pessoas foram a óbito vítimas de afogamentos e submersões acidentais. Dentro desses dados, na divisão por municípios, lidera Florianópolis com 78 óbitos. Por outro lado, a partir de um panorama não apenas de óbitos, mas sim de ocorrências relacionadas a afogamentos e submersões, o Corpo de Bombeiros Militar de Santa Catarina (CBMSC, 2021) apresenta dados relevantes, em que no mesmo período de 2015 a 2019, em Florianópolis, foram atendidos 7.371 casos de resgates no meio líquido, sete afogamentos com recuperação em água doce e 227

afogamentos com recuperação em água salgada. Tais ocorrências, se não fosse por uma intervenção, poderiam ter resultado em mortes.

De um ponto de vista político, Schinda *et al.* (2019 p. 96) afirmam que “os óbitos por afogamento não chamam a atenção da sociedade como deveriam, pois, ocorrem em locais isolados, ficando essas cifras de mortes em ambientes aquáticos diluídas nas estatísticas de trauma ocultando a necessidade de ações urgentes.” Eles complementam afirmando que esse é um problema crônico, uma vez que a prevenção de afogamentos não é vista como prioridade para os estados e municípios justamente pelo desconhecimento da amplitude do problema. Ainda, segundo dos Santos e Amorim (2018), existe uma carência de trabalhos científicos que envolvam a prevenção e a redução de afogamentos.

2.2 A IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO

Szpilman, Silveira e Ferreira (2019) afirmam que, para a sociedade, as ações mais importantes no afogamento são as ações de salvamento e de primeiros socorros, porém a ferramenta mais eficaz no combate a uma tragédia é a prevenção. Os autores também pontuam que o maior empecilho é o desconhecimento sobre o problema, ou seja, é um desafio impactar a sociedade sobre o assunto.

Segundo a Organização Mundial da Saúde - OMS (2014), como o afogamento tem natureza multissensorial, seria necessário estabelecer uma parceria global para a prevenção. Tal medida serviria como um norte para as comunidades fazerem a elaboração e implementação de atividades de prevenção e de produzir diretrizes para reduzir os casos de afogamento no mundo, pois há uma alta taxa de mortalidade devido a isso, principalmente, em países de baixa e média renda (OMS, 2014).

Szpilman, Silveira e Ferreira (2019) pontuam que, mesmo com a ênfase no pós ocorrido, a prevenção ainda é a mais poderosa e mais barata arma contra o afogamento, podendo evitar mais de 85% dos casos. Com algumas orientações simples, vidas podem ser salvas, não apenas com ações preventivas, mas ações proativas nos afogamentos (ROCHA; SZPILMAN, 2016). Algumas dessas orientações, nas praias, são (ROCHA; SZPILMAN, 2016): nadar sempre próximo a um posto de guarda-vidas; perguntar ao guarda-vidas qual local mais apropriado para banho; afastar-se de pedras; não superestimar sua capacidade de nadar; atenção redobrada com crianças; não tentar salvar alguém se isso puder colocar mais uma pessoa em risco; cuidado

com costões e pedras molhadas; obedecer às sinalizações na praia; evitar a ingestão de bebidas alcoólicas antes de nadar e conhecer a profundidade de onde irá mergulhar.

Já em piscinas, Rocha e Szpilman (2016) destacam os seguintes cuidados: crianças sempre acompanhadas de adulto; se precisar se afastar, levar a criança junto; isolar as piscinas com grades de 1,50 m de altura e com barras verticais a cada 12 cm; ter cuidados com boias de braço que possam trazer falsa segurança; evitar chamar a atenção de crianças com brinquedos esquecidos; desligar o filtro da piscina para uso (evita o perigo da sucção) e cuidados com hiperventilação para apneia.

Em consonância e complementando, a Academia Americana de Pediatria (DENNY *et al.*, 2019) apresenta medidas para lidar com o afogamento com menores de 20 anos, colocando as atitudes que devem ser tomadas antes, durante e depois do incidente em níveis individuais, ambientais e políticos (Quadro 1). No Quadro 1, é possível verificar que, antes do afogamento, há um leque maior de atitudes do que durante e depois, evidenciando a prevenção como a melhor estratégia.

Quadro 1 – Matriz de Haddon para afogamento.

	Individuais	Equipamentos	Ambiente	Social
Antes	Supervisão atenta de crianças e pessoas com pouca habilidade em nadar	Instalar cerca isolando a piscina	Nadar onde há guarda-vidas	Instalar cerca isolando a piscina
	Supervisão formal	Instalar portões com fechamento automático	Prestar atenção na sinalização	Uso obrigatório de coletes salva-vidas
	Desenvolver competência aquática, incluindo conhecimentos sobre segurança, habilidades básicas de nado e habilidade de reconhecer e responder alguém em apuros	Usar coletes salva-vidas	Nadar em locais apropriados	Adotar o modelo de código de saúde aquático
	Avaliar problemas de saúde pré-existentes	Instalar drenos de piscina adequados	Remover brinquedos da piscina para chamar menos a atenção de crianças	Aumentar a disponibilidade de guarda-vidas
	Saber escolher e colocar um colete salva-vidas	Instalar fechaduras	Esvaziar baldes de água e piscinas rasas	Fomentar a natação com preços acessíveis

	Evitar o uso de substâncias	Cobrir recipientes de água abertos	-	Fechar águas abertas que oferecem risco nos momentos de maior perigo
	Conhecer os perigos e as condições da água	Promover empréstimo de coletes salva-vidas	-	Possibilitar locais para natação em águas abertas
	Nadar em local adequado	Estipular um modelo de coletes para adultos	-	Navegar de acordo com as leis
	Aprender reanimação cardiopulmonar (RCP)	Disponibilizar dispositivos de resgate em locais de natação	-	-
	Fazer curso para aprender a velejar	Ter acesso ao telefone para chamar por ajuda	-	-
	-	Garantir uma embarcação funcional	-	-
Durante	Habilidades de sobrevivência na água	Equipamentos de resgate disponíveis	-	Serviços de emergência médica
Depois	RCP prestado por espectador	Desfibrilador Externo Automático	-	Cuidados médicos avançados
	Resposta de um espectador	Equipamentos de resgate	-	-

Fonte: Traduzido e adaptado de Denny *et al* (2019).

Outras atitudes simples que podem fazer a diferença são (DENNY *et al.*, 2019): nunca deixar crianças sozinhas próximas a ambientes que contenham água; os pais devem estar cientes sobre os riscos de afogamento em casa, uma criança pode se afogar em centímetros de água em uma banheira, por exemplo; baldes devem ser esvaziados após o uso; o acesso das crianças sem supervisão a banheiros deve ser controlado; quando próximos da água, a distância de um adulto em relação à criança deve ser de no máximo um braço, a supervisão deve ser constante; em caso de emergência, o adulto deve executar com segurança o resgate e a reanimação cardiopulmonar (RCP), além de chamar a emergência; piscinas devem estar totalmente cercadas com fechamento e travamento automático dos portões, evitando o acesso não

supervisionado de crianças; finas camadas de cobertura de piscinas podem aumentar o risco de afogamento, uma vez que o indivíduo pode se enrolar nela; devem ser instalados ralos antissucção; pais e responsáveis por piscinas devem aprender RCP e terem material adequado em caso de necessidade de resgate (objetos flutuantes); pais e filhos devem aprender a nadar, saber reconhecer e o que fazer em caso de incidentes e as crianças devem ser educadas a não nadarem sem supervisão; utilizar coletes salva-vidas ao invés de objetos infláveis, que podem esvaziar e trazer perigos; saber qual é a profundidade do local antes de mergulhar, e a primeira parte a entrar na água deve ser sempre os pés; nadar próximo a guarda-vidas e nos locais indicados, considerando que até bons nadadores podem ser surpreendidos pelas adversidades de alguns locais, como correntes, tempo e ondas; a atenção deve ser redobrada em relação a crianças com problemas de saúde como a epilepsia para evitar afogamento secundário.

Denny *et al.* (2019) abordam também fatores políticos, destacando que deveriam ser implementadas políticas e intervenções para reduzir o risco de afogamento, assim como facilitar o acesso da população à aulas de natação. Ainda, piscinas comunitárias deveriam dispor de guarda-vidas certificados (DENNY *et al.*, 2019). Deveriam ser obrigatórias as grades de isolamento das piscinas, sendo que o dever de inspecionar cabe aos governos locais, que devem fazer cumprir as normas, além de aplicar e inspecionar a utilização de coletes salva-vidas certificados em embarcações (DENNY *et al.*, 2019).

O afogamento, além de ser uma tragédia para os envolvidos, diminui os anos de produtividade e geram elevados custos para tratamento ao sistema de saúde, tanto no suporte básico pré-hospitalar, quanto no avançado intra-hospitalar. Não somente os profissionais devem agir contra o afogamento, mas toda a sociedade deve adotar uma postura proativa, mas, para isso, é necessário e lógico investir em educação e prevenção (ROCHA; SZPILMAN, 2016). Geralmente, o primeiro atendimento vai ser realizado por leigos, por pessoas próximas à vítima, muitas vezes por familiares. Por conta disso, é importante o treinamento dessas pessoas, ou seja, da população para o suporte básico de vida, pois se o suporte básico (pré-hospitalar) não for feito, de nada adiantará o suporte avançado (intra-hospitalar) (ROCHA; SZPILMAN, 2016). Essa ideia vai ao encontro do estudo de Moran *et al* (2013), os quais evidenciaram que, apesar da vontade e intenção de intervir e ajudar alguém se afogando, nem todos têm conhecimento e habilidades físicas necessárias para isso. Logo, capacitar as pessoas a tomar decisões seguras é um elo na prevenção do afogamento (MORAN *et al*, 2013). Moran *et al* (2013) também pontuam que mais pesquisas são necessárias a respeito: Do nível de percepção sobre o afogamento por parte da população que acaba evidenciando um caso; como o conhecimento de

técnicas de resgate é adquirido; quais habilidades as pessoas já possuem, mas não sabem e qual é a melhor forma de promover essas habilidades.

De acordo com Schinda *et al.* (2019), compete a União apoiar a sociedade para a prevenção de afogamentos, atuando tanto nas práticas de avaliação do problema, quanto na parte de prevenção, mitigação, preparação, resposta e recuperação, gerando, dessa forma, uma sociedade resiliente ao afogamento. Entretanto, os programas de prevenção de afogamento estão sendo disseminados sem apoio direto do governo, por meio de voluntários (SCHINDA *et al.*, 2019).

Um exemplo disso é a Sociedade Brasileira de Salvamento Aquático (SOBRASA, 2020) que apresenta programas e ferramentas na tentativa de disseminar informação à população: O programa Kim na escola tem como objetivo reduzir o número de afogamentos em inundações com atividades de educação em escolas e comunidades. O programa Município + Resiliente busca reduzir os incidentes em rios, lagos e represas, trabalhando juntamente às prefeituras dos municípios, levando apoio em relação à segurança sobre afogamentos em suas águas. O programa Praias + Seguras, objetiva, com o oferecimento de cursos, palestras e *workshops*, educar os praticantes de esportes aquáticos (como o surfe) em relação à cadeia de sobrevivência do afogamento. Piscina + Segura busca educar professores de natação e alunos de academias, clubes e escolas, reduzindo os incidentes em piscinas.

Em âmbito estadual, a constituição de Santa Catarina dispõe no “Art. 108. O Corpo de Bombeiros Militar, [...] cabe, nos limites de sua competência, além de outras atribuições estabelecidas em Lei: [...] VII – estabelecer a prevenção balneária por salva-vidas;” (SANTA CATARINA, 1989, p. 1). Desse modo, essa atribuição ao Corpo de Bombeiros fica limitada para apenas uma área, a praia. Com relação a piscinas, o Corpo de Bombeiros Militar de Santa Catarina (CBMSC, 2018) dispõe de uma instrução normativa (IN 33 – piscinas e áreas recreativas com opção aquática de lazer), a critério de medidas de segurança para piscinas e áreas de lazer aquático explorados economicamente, afim de liberação de alvarás contra incêndio e pânico. Essa instrução dispõe de diversas atribuições na parte de instalações físicas das piscinas, colocando parâmetros mínimos para sua liberação ao público. São parâmetros estabelecidos: ralos antiaprisionamento; tampas de fechamento automático do sistema de limpeza; botoeira de emergência para desligamento da bomba; barreira física com altura mínima de 110 cm, que impeça ou dificulte a entrada de crianças desacompanhadas; placa de segurança contendo informações de profundidade, para evitar nadar sozinho, evitar mergulhar de cabeça, crianças necessitam de supervisão e em caso de emergência ligar para os bombeiros

(193) e implementação de posto e guarda-vidas quando houver profundidade maior que 1,20 metros ou 12 metros de comprimento. Cabe ao Corpo de Bombeiros fiscalizar se a norma está sendo cumprida, mas ficam isentas de fiscalização piscinas em ambientes unifamiliares.

2.3 TÉCNICAS DE SOBREVIVÊNCIA E RESGATE

Conforme a cadeia de sobrevivência proposta por Szpilman *et al.* (2014), Figura 1, se a prevenção falhar, a pessoa pode ficar em perigo, logo, saber reconhecer o afogado é o segundo passo para evitar uma tragédia. Ao contrário do que se pensa, o banhista em situação de emergência nem sempre vai acenar, se debater ou chamar por ajuda, a vítima pode simplesmente submergir e emergir repetidas vezes na tentativa de se manter na superfície sem conseguir gritar por conta do instinto de respiração no momento (SZPILMAN, 2019). Crianças geralmente resistem 10 a 20 segundos nesse processo, adultos cerca de 60 segundos antes da submersão (SZPILMAN, 2019).

Ao conseguir identificar, antes de realizar qualquer ação, é importante pedir para alguém chamar a emergência, informando as ações que irá tomar (SZPILMAN, 2019). Seguindo a cadeia de sobrevivência, o próximo passo é ofertar objetos para flutuação – como garrafas de plástico, pranchas de surfe, isopores e espumas – para a pessoa em perigo e impedir o processo de submersão. Já para quem está em perigo, a melhor estratégia é manter-se calmo e tentar apenas flutuar, uma vez que a maior parte das pessoas morrem por conta do desgaste muscular na tentativa de nadar contra a correnteza (SZPILMAN, 2019). Nesse caso, pode-se acenar por socorro e aguardar a ajuda chegar; no mar, deixar que a corrente leve para longe da arrebentação; em rios e enchentes, manter os pés a frente da cabeça evitando bate-la e, caso nadar, utilizar a corrente a favor, nadando de forma oblíqua até a margem (SZPILMAN, 2019).

Para retirar a pessoa da água, da maneira mais segura possível, de preferência, não se deve entrar na água, para não se tornar outra vítima (SZPILMAN, 2019). Se a pessoa estiver a menos de 4 metros de distância da margem ou borda, tentar estender algum objeto até ela, como um cabo de vassoura, um galho de árvore e, em caso de uma distância muito curta, oferecer o pé ao invés da mão por ser mais seguro (SZPILMAN, 2019). Se a pessoa se encontra a mais de 4 e menos de 10 metros em rios, encostas e canais, atirar um objeto flutuante amarrado em uma corda, esperar que ela consiga pegar e então puxar são as melhores ações (SZPILMAN, 2019). Em rios e enchentes, uma corda atravessada entre as margens obliquamente pode ser uma estratégia, esperando que a pessoa a atinja e segure nela (SZPILMAN, 2019).

Caso o socorrista entre na água, ele deve adotar algumas medidas para não se tornar outra vítima, como levar algum material de flutuação, retirar roupas, sapatos que possam atrapalhar no nado, entrar na água sempre mantendo a visão na pessoa, parar um pouco antes dela e entregar o material ou esperar que ela se acalme antes de chegar muito perto, uma vez que há risco de que ela tente se agarrar (SZPILMAN, 2019). Caso isso ocorra, o socorrista deve afundar e assim ela irá soltar (SZPILMAN, 2019). Se o socorrista não sentir confiança para realizar a retirada, ele deve manter a flutuação e pedir para que a pessoa acene; caso ele for rebocar, deve se certificar que tenha treinamento para isso, pois o reboque pode ser muito desgastante fisicamente (SZPILMAN, 2019).

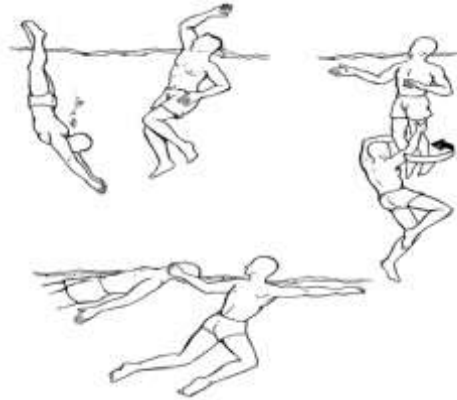
As técnicas de abordagem da vítima para socorristas envolvem alguns passos segundo o Corpo de Bombeiros Militar de São Paulo (2006): O primeiro passo é o nado de aproximação (Figura 2) que se caracteriza pelo nado com a cabeça fora da água, mantendo a visão na vítima; O segundo passo é a abordagem, realizando um mergulho antes de chegar no indivíduo, colocando as mãos acima dos joelhos, uma pela frente e outra por trás, fazendo uma rotação e se posicionando para o reboque (Figura 3). Para o reboque, o Corpo de Bombeiros Militar de São Paulo (2006) propõe três técnicas, o reboque pelo queixo (Figura 4), pelo peito (Figura 5) e com material flutuante (Figura 6), mas, em todas elas, a atenção deve ser dada para a permanência das vias aéreas fora da água.

Figura 2 – Nado de aproximação com flutuador.



Fonte: Corpo de Bombeiros Militar de São Paulo (2006).

Figura 3 – Manobra de aproximação.



Fonte: Corpo de Bombeiros Militar de São Paulo (2006).

Figura 4 – Reboque pelo queixo.



Fonte: Corpo de Bombeiros Militar de São Paulo (2006).

Figura 5 – Reboque cruzado.



Fonte: Corpo de Bombeiros Militar de São Paulo (2006).

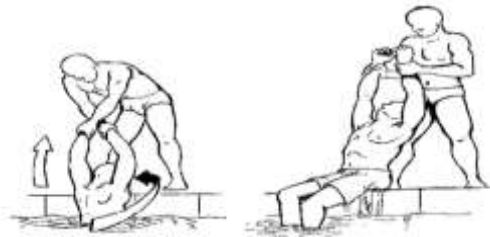
Figura 6 – Reboque com flutuador.



Fonte: Corpo de Bombeiros Militar de São Paulo (2006).

Para a retirada da água em piscinas, poços, rios, lagoas, o Corpo de Bombeiros Militar de São Paulo (2006) propõe a rotação na borda seguido com a puxada para fora (Figura 7). Para o transporte da vítima, em consonância, Szpilman (2019) recomenda a técnica australiana (Figura 8) para evitar vômitos e permitir a abertura das vias aéreas durante o transporte. Assim, essa técnica caracteriza-se pela colocação dos braços sob as axilas da pessoa de costas, com uma mão segurando um dos braços da vítima, enquanto a outra fica no queixo, fazendo a manutenção da abertura das vias aéreas.

Figura 7 – Manobra para retirar da água.



Fonte: Corpo de Bombeiros Militar de São Paulo (2006).

Figura 8 – Transporte da vítima.



Fonte: Corpo de Bombeiros Militar de São Paulo (2006).

No suporte básico de vida, as ações a serem realizadas nos casos de afogamento, segundo Szpilman, Silveira e Ferreira (2019), são, inicialmente, avaliar a vítima, colocando-a paralela à água, na piscina ou no mar, e checar resposta perguntando se ela está ouvindo. Se a vítima responder, é um caso de resgate ou o um afogamento de grau 1, 2, 3 ou 4. De acordo com Rocha e Szpilman (2016), no caso de resgate, a pessoa pode ser liberada no local, sem a necessidade de acompanhamento médico. No grau 1, deve ser oferecido repouso, aquecimento e tranquilização e a vítima pode ser liberada no local. No grau 2, a vítima deve ser colocada em posição de recuperação (decúbito lateral direito), repouso, aquecimento e tranquilização, ofertar oxigênio suplementar (5 litros de oxigênio por minuto) e ser encaminhado ao hospital para observação. No grau 3, colocar a vítima em posição de recuperação, ofertar oxigênio suplementar (15 litros de oxigênio por minuto), repouso, aquecimento, tranquilização e encaminhar para o hospital para internação. No grau 4, segue o mesmo tratamento do grau 3, porém com uma atenção maior para a evolução do grau de afogamento.

Caso não tenha resposta da vítima (inconsciente), deve-se acionar a emergência e realizar os seguintes procedimentos (SZPILMAN; SILVEIRA; FERREIRA, 2019): abertura de vias aéreas e checar se existe respiração; se houver, é um caso de resgate ou afogamento de grau 1, 2, 3 ou 4; Se não houver respiração, devem ser realizadas cinco ventilações (recomendada a utilização de equipamento de proteção individual – EPI), depois deve-se checar se a vítima tem pulso carotídeo; caso haja pulso palpável (vítima está em parada respiratória isolada, ou grau 5 de afogamento), devem ser realizadas manobras de 10 ventilações por minuto até o retorno espontâneo da respiração; Se não houver pulso carotídeo palpável, é um caso de parada cardiorrespiratória (grau 6 de afogamento), assim, devem ser realizadas manobras de reanimação cardiopulmonar, composta por ciclos de 30 compressões torácicas por duas ventilações positivas, realizando a reavaliação de pulso a cada cinco ciclos (aproximadamente 2 minutos); se as funções retornarem, deve-se tratar a vítima com as ações de grau 4 de afogamento. Nesses dois casos, a vítima deve ser encaminhada ao hospital com urgência e as manobras só devem parar nos casos de retorno das funções de batimentos cardíacos e respiração, exaustão dos socorristas ou quando for entregue à equipe médica. Os autores ainda afirmam que, realizando a RCP no local do afogamento, há mais chance de sucesso e, nas situações em que a pessoa ficou em submersão superior a 1 hora ou tem sinais claros de morte, não deve ser iniciada a RCP. Segundo Rocha e Szpilman (2016), as manobras, se possível, devem ser realizadas com o auxílio de oxigênio suplementar (15 litros de oxigênio por minuto).

2.4 ENSINO DA NATAÇÃO E SALVAMENTO AQUÁTICO

Santana, Tavares e Santana (2003, p. 35) pontuam que “é dever de todo profissional que lida com o meio aquático adotar e informar algumas medidas preventivas para minimizar acidentes.” Nessa citação, as autoras deixam claro que todos os profissionais que trabalham no ambiente aquático devem fazer o uso de medidas preventivas, tais como os professores de natação. Além da prevenção, o ensino também pode ajudar, já que pode reduzir o número de afogamentos segundo a OMS (2014, p. 25):

Estudos sobre programas colocados em prática na Austrália, no Bangladesh, na China, nos Estados Unidos da América, na Tailândia e no Vietnã revelam que o número de afogamentos diminuiu quando se ensina às crianças as bases da natação, as regras de segurança aquática e os princípios de salvamento seguro. Com base nesta constatação, reproduzir sistematicamente estes programas e assegurar uma continuação minuciosa ajudará a definir as melhores práticas.

Em consonância, Rocha e Szpilman (2016) também destacam a necessidade de ensinar adultos e crianças a nadarem, além de noções básicas que diminuam ou eliminem os riscos associados a afogamentos em praias, rios, lagos, piscinas, entre outros. O ensino de múltiplas competências, trabalhando o físico, cognitivo e psicológico, tornam uma pessoa mais eficaz na água, e, assim, menos suscetível ao afogamento (STALLMAN *et al.*, 2017). Por outro lado, “informações preventivas e técnicas de sobrevivência devem ser transmitidas junto com os ensinamentos da natação, a fim de que o abuso dos nadadores e o natural excesso de confiança não se transforme em acidentes” (SANTANA; TAVARES; SANTANA, 2003, p. 41).

Alguns elementos-chave podem precipitar um episódio de afogamento: não perceber o perigo, uma queda inesperada na água, alguma dificuldade inesperada após a submersão (perda de orientação por exemplo) ou não conseguir se manter na superfície (STALLMAN; JUNGE; BLIXT, 2008). Por isso, esses elementos devem ser traduzidos em habilidades a serem inseridas em programas de natação (STALLMAN; JUNGE; BLIXT, 2008).

Portanto, para um ensino da natação baseado nas causas que podem desencadear um afogamento, Stallman, Junge e Blixt (2008) destacam três princípios para aquisição de habilidades na natação: (1) as crianças devem conseguir nadar de forma confortável e serem eficientes tanto na superfície quanto submersas; (2) devem conseguir nadar de forma confortável tanto de costas como de frente e (3) devem desenvolver um repertório amplo de movimentos.

Desse modo, os mesmos autores pontuam oito elementos insubstituíveis a serem trabalhados em aulas de natação para iniciantes: (1) entrar saltando em águas profundas; (2) uma vez submerso, ser capaz de voltar à superfície e nadar; (3) mergulhar e submerso com conforto; (4) saber nadar, pelo menos, dois nados rudimentares, um de frente e outro de costas; (5) respirar de forma relaxada e coordenada com o nado; (6) mudar de posição na água; (7) mudar o sentido do deslocamento do nado e (8) permanecer flutuando com o mínimo de esforço. Esses elementos, especialmente se praticados com roupas, ao ar livre e em águas geladas, formam um conceito mais elementar sobre a habilidade de nadar e que, quando combinados com o conhecimento e atitudes, somam no que se pode resultar em segurança na água (STALLMAN; JUNGE; BLIXT, 2008).

Logo, o ensino deveria ser o mais realista possível, com uma abordagem abrangente, proporcionando um aprendizado mais eficaz, com progressão até que o aluno atinja uma verdadeira capacidade de nadar, que se traduz em muito mais do que apenas a realização correta de movimentos de nado, mas sim a habilidade com a água como um sinônimo para a prevenção de afogamentos (STALLMAN; JUNGE; BLIXT, 2008). O desafio é promover esse pensamento entre os professores de natação e locais de ensino, sendo que o nadar é apenas uma parte da segurança na água, uma vez que conhecimento e atitudes devem ser abordados (STALLMAN; JUNGE; BLIXT, 2008).

Portanto, “saber nadar” pode ser um importante impedimento para o afogamento, porém é insuficiente sozinho, pois há uma série de fatores mais complexos que contribuem para o afogamento (LANGENDORFER, 2011). Na verdade, “saber nadar” é relativo e multifatorial, porque depende de vários aspectos, tais como das características individuais (força, composição corporal, habilidades, consciência, deficiência), de condições do ambiente aquático (profundidade, temperatura) e de equipamentos utilizados ou uso de roupas (LANGENDORFER, 2011). Dessa forma, não se deve confiar que uma criança que consegue nadar em um ambiente, terá a mesma habilidade em outros ambientes com diferentes fatores (LANGENDORFER, 2011). Langendorfer (2011) ainda afirma que é preciso conduzir mais pesquisas a respeito da verdadeira habilidade aquática, além de uma linha de estudos que associe o “saber nadar”, competências aquáticas e a redução de casos de afogamento.

Apesar de ser importante conseguir nadar em diferentes ambientes aquáticos, a maioria das aulas de natação é realizada em piscinas, ou seja, em ambiente controlado e calmo, mesmo em alguns lugares em que é possível o ensino ao ar livre (KJENDLIE *et al.*, 2013). Nadar em águas agitadas, com ondas, é uma tarefa bem diferente (KJENDLIE *et al.*, 2013). Kjendlie *et*

al. (2013) compararam a habilidade de natação de crianças entre ambientes com águas calmas e agitadas (simuladas na piscina). Os autores observaram uma queda no desempenho em águas agitadas em comparação a águas calmas, tanto no deslocamento na água quanto no tempo de flutuação. Por isso, recomendam que aulas de natação englobem águas abertas e agitadas (simulando tais ambientes se necessário), buscando preparar os alunos para condições incertas.

Além de nadar em diferentes condições de ambiente, saber técnicas de retirada de roupas dentro da água pode ser útil para usar a roupa como flutuador (PALMER, 1990). A primeira regra para se tirar a roupa dentro da água é desabotoar toda ela e abrir todos os zíperes (PALMER, 1990). O desabotoar deve ser realizado com apenas uma mão, para que a outra seja utilizada para flutuação. A maneira mais fácil de retirar uma blusa de manga curta (ou de manga comprida que não seja muito grossa) é puxando-a até as axilas, retirando a cabeça e depois um braço de cada vez (PALMER, 1990). Com casacos mais grossos, é melhor retirar apenas um braço, depois o pescoço e, por último, o braço; já casacos que abrem na frente devem ser desabotoados e retirados normalmente (PALMER, 1990). As calças devem ser abertas e puxadas da cintura até o mais baixo possível para que, depois, sejam retiradas apenas com os pés (PALMER, 1990). Sapatos leves podem ou não serem retirados, já de cano alto podem ser utilizados como flutuação quando colocados de cabeça para baixo (PALMER, 1990).

Roupas, assim que molhadas, podem aprisionar o ar e, portanto, servir como um objeto flutuante quando na superfície (PALMER, 1990). Para isso, primeiro, as aberturas de roupas, como mangas de camisas e blusas ou os pés de calças, podem ser fechadas com nós na ponta; Após, é recomendado deitar de costas e assoprar pela abertura que restou para inflar as roupas (PALMER, 1990). Outra forma de inflar as roupas, é elevando-as acima da superfície e trazendo elas de encontro com a água para aprisionar o ar, assim, a camiseta, quando flutuando de costas, pode ser inflada (PALMER, 1990). Colocar a roupa na superfície e soltar ar embaixo dela também funciona, porém é um método que requer mais habilidade (PALMER, 1990).

Portanto, a literatura evidencia que o afogamento é um problema para a sociedade e que a melhor ação contra o afogamento deve ser tomada antes da ocorrência, assim, diversas atitudes podem fazer a diferença e evitar uma tragédia. A prevenção deve estar presente em todos os ambientes. Desse modo, as aulas de natação podem ajudar a evitar afogamentos por meio da aprendizagem de habilidades aquáticas e promoção de conhecimentos e atitudes para segurança e prevenção.

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Para uma melhor apresentação, os procedimentos metodológicos foram divididos em: (1) questões norteadoras, (2) método de abordagem, (3) população e amostra, (4) aspectos éticos, (5) coleta de dados, (6) análise de dados e (7) cronograma.

3.1 QUESTÕES NORTEADORAS

Considerando a abordagem empregada para a realização deste projeto, em vez da formulação de hipóteses, para guiar os procedimentos a serem adotados, foram determinadas as seguintes questões norteadoras para cada um dos objetivos específicos descritos anteriormente:

- Como professores de natação aprenderam sobre técnicas de sobrevivência, salvamento aquático e atitudes para prevenção de afogamentos?
- Técnicas de sobrevivência e atitudes para prevenção de afogamentos são aspectos ministrados em aulas de natação?
- Como como professores de natação abordam sobre técnicas de sobrevivência e atitudes para prevenção de afogamentos em suas aulas de natação?
- Professores de natação, em seu local de trabalho, já necessitaram resgatar ou ajudar alguém devido a afogamento? Saberiam como proceder frente a um afogamento?

3.2 MÉTODO DE ABORDAGEM

Este trabalho compreende uma pesquisa com abordagem predominantemente qualitativa com desenho exploratório e descritivo. De acordo com Botelho e da Cruz (2013, p. 54), a abordagem qualitativa é caracterizada por “ao invés de estatísticas, regras e outras generalizações, ela trabalha com descrições, comparações, interpretações e atribuição de significados possibilitando investigar valores, crenças, hábitos, atitudes e opiniões de indivíduos ou grupos.” O desenho exploratório, conforme Prodanov e de Freitas (2013, p. 127), “Visa a proporcionar maior familiaridade com o problema, tornando-o explícito ou construindo hipóteses sobre ele”, ao mesmo tempo, o desenho descritivo permite descrever sobre o foco do estudo (THOMAS; NELSON; SILVERMANN, 2012).

3.3 PARTICIPANTES DA PESQUISA

Poderiam participar deste estudo aqueles que obedecerem aos seguintes critérios de inclusão: (1) Ter concluído o Curso de Educação Física e (2) Estar dando aulas de iniciação à natação para crianças e/ou adultos. Como critérios de exclusão, um participante não poderia mais participar do estudo se interrompesse a entrevista e não desejasse participar mais ou se negasse a responder uma pergunta chave conforme as questões norteadoras especificadas. Como o presente trabalho é de conclusão de curso e há um tempo bem limitado para realizá-lo, participaram três professores. Logo, a seleção dos participantes foi intencional e não-probabilística, e a participação foi voluntária.

Inicialmente, por meio de redes sociais e/ou *e-mails*, professores de natação de Florianópolis foram convidados para participar desta pesquisa. Após a apresentação da proposta do trabalho por redes sociais e/ou *e-mails*, caso a pessoa desejasse participar, foi enviado de forma individual, por *e-mail* institucional (lara.gomes@ufsc.br), o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE (Apêndice A) para leitura e esclarecimentos.

3.4 ASPECTOS ÉTICOS

Este projeto de pesquisa foi elaborado de acordo com a Resolução do Conselho Nacional de Saúde nº. 466, de 12 de dezembro de 2012, e só iniciou após a aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFSC (CEPSH-UFSC). Ainda, os pesquisadores se comprometeram a conduzir o estudo e zelar pela confidencialidade dos dados e privacidade dos participantes, de acordo com a Resolução CNS 466/2012, bem como as demais normativas e legislações vigentes e aplicáveis. Os pesquisadores também declararam conhecer e cumprir os requisitos da Lei Geral de Proteção de Dados (Lei nº 13.709, de 14 de agosto de 2018) quanto ao tratamento de dados pessoais e dados pessoais sensíveis.

Após a aprovação deste projeto pelo CEPSH-UFSC (CAAE 52626721.4.0000.0121) e da subsequente explicação do estudo para as pessoas que estiverem interessadas, para aqueles que aceitarem participar, foi obtido o consentimento por meio da leitura e assinatura do TCLE (Apêndice A). Devido à pandemia da doença COVID-19, o termo foi enviado por *e-mail* institucional (lara.gomes@ufsc.br) para cada participante de forma individual. Caso a pessoa aceitasse participar, ela deveria: (1) assinar a última página do termo, além de rubricar todas as páginas e enviar a digitalização do TCLE com as rubricas e assinaturas, sendo que uma via

ficou com ela e a outra com a pesquisadora responsável ou (2) responder o *e-mail* com a seguinte declaração “Declaro que fui informado(a) sobre todos os procedimentos, recebi de forma clara e objetiva todas as explicações pertinentes ao projeto, fui esclarecido(a) de que a minha identidade é sigilosa e posso me retirar do estudo a qualquer momento sem prejuízos. Assim, de forma livre e esclarecida, concordo em participar da pesquisa – Técnicas de sobrevivência, salvamento aquático e prevenção de afogamentos na atuação de professores de natação”.

É importante destacar que a recusa da pessoa em participar da presente investigação foi sempre respeitada em qualquer momento, independente do motivo, reconhecendo que o indivíduo tem dignidade e autonomia. Quanto à análise de risco, considerando que foi realizada uma entrevista com gravação de vídeo e áudio para a coleta de dados, são apresentados possíveis riscos e estratégias para evitá-los ou amenizá-los:

- (1) Risco de quebra de sigilo, ou seja, exposição da identidade de participantes da pesquisa de forma involuntária e não-intencional. Os pesquisadores farão o possível para garantir o sigilo da identidade dos participantes. Também será assegurado o direito à indenização por danos, inclusive relacionados à quebra de sigilo.
- (2) Cansaço ou aborrecimento ou constrangimento na entrevista com gravação de vídeo e áudio. Para tentar evitar isso, a entrevista com o participante ocorrerá somente com a presença (embora virtual) dos dois pesquisadores, será sempre respeitada a recusa em responder qualquer pergunta que seja e os pesquisadores tentarão realizar uma entrevista produtiva e/ou mais acolhedora ou agradável para o participante.
- (3) Recordação de memórias e mobilização de sentimentos nem sempre agradáveis durante a entrevista. Para evitar isso, os pesquisadores tentarão realizar uma entrevista de forma tranquila e acolhedora para o participante, o qual, se desejar, não precisará entrar em detalhes em relação a fatos que possam evocar memórias e sentimentos desagradáveis. Também sempre será respeitada a recusa em responder qualquer pergunta.

Este estudo não proporciona benefícios diretos, somente indiretos. Buscou-se verificar se o conhecimento sobre técnicas de sobrevivência, salvamento aquático e prevenção de afogamentos é empregado na atuação de professores de natação. Os resultados do presente trabalho podem contribuir com a compreensão da importância do ensino de técnicas de sobrevivência e atitudes para prevenção de afogamentos e com a formação de professores de

Educação Física em relação à segurança no meio aquático por meio de uma reflexão sobre o ensino na graduação e depois desta, como formação continuada. Desse modo, esta pesquisa pode proporcionar um maior embasamento para professores de natação, assim como para a comunidade acadêmica da natação.

Este projeto é referente a um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), o qual será avaliado por uma banca de professores. Poderá ter os seus achados divulgados com a publicação de um artigo científico ou com uma apresentação em um congresso científico. Em todas as formas de apresentação e/ou de publicação, sempre serão dados os devidos créditos aos autores, bem como a identidade dos participantes será preservada pelos pesquisadores, sendo mantida em sigilo. Ainda, de forma individual, todos os participantes da pesquisa receberão, por *e-mail*, a versão final do TCC e todas as publicações decorrentes.

3.5 COLETA DE DADOS

A coleta de dados foi realizada por meio de entrevista com cada participante, utilizando a plataforma Google Meet. Por meio dessa plataforma, a entrevista (vídeo e áudio) foi gravada, assim como mais dois dispositivos eletrônicos foram utilizados para gravar o áudio como *backup*.

Os motivos para a escolha da ferramenta de entrevista – e não de um questionário – se dão pela estratégia de coletar informações diretamente com o entrevistado, estabelecendo um melhor vínculo com o participante e permitindo uma maior profundidade nas perguntas previamente elaboradas (NEGRINE, 2004). Outras vantagens, segundo Marconi e Lakatos (2009), são: a flexibilidade, podendo o entrevistador esclarecer ou reformular uma pergunta para garantir a compreensão; uma maior oportunidade de observação da conduta e atitudes durante as respostas e uma possibilidade de conseguir informações mais precisas.

A entrevista foi semiestruturada (Apêndice B). Segundo Botelho e da Cruz (2013 p. 74), uma entrevista semiestruturada “[...] dá mais flexibilidade ao entrevistador, uma vez que ele não precisa se manter fiel ao roteiro possibilitando assim, que o entrevistado tenha mais espontaneidade nas suas respostas”. Desse modo, o emprego de tal método possibilita um maior leque de informações.

As perguntas foram sobre a experiência do participante com natação, sobre a formação dele(a), sobre como aprendeu sobre técnicas de sobrevivência, salvamento aquático e atitudes para prevenção de afogamentos, se ministra e como aborda técnicas de sobrevivência e atitudes

para prevenção de afogamentos em suas aulas de natação, se já precisou resgatar ou ajudar alguém devido a afogamento e se saberia como proceder frente a um afogamento. Com exceção da primeira parte do roteiro, todas as outras questões são com base nas questões norteadoras.

3.6 ANÁLISE DE DADOS

A primeira etapa da análise foi a transcrição das entrevistas, a qual consiste em escrever a reprodução exata do que foi dito, sem interpretações ou resumos, mantendo a fidelidade às respostas fornecidas (NEGRINE, 2004). Após a transcrição da entrevista, a mesma foi devolvida aos entrevistados com objetivo de validar seu conteúdo e, nesse momento, os participantes poderiam alterar, retirar ou acrescentar informações que achassem convenientes (NEGRINE, 2004). Após a validação, foi utilizada a análise de conteúdo de Bardin (2016). Esta é dividida em três etapas, a pré-análise, a exploração do material e o tratamento dos resultados (BARDIN, 2016):

- A fase de pré-análise é de organização, tem como objetivo tornar as ideias iniciais operacionais e sistematizadas, construindo um esquema preciso para as operações seguintes; composta por três missões: a escolha dos documentos, a formulação das hipóteses e a elaboração de indicadores que fundamentem a interpretação final. A primeira etapa é uma leitura flutuante, estabelecendo contato com os documentos a analisar e deixando-se invadir por impressões e orientações. A segunda etapa é a escolha dos documentos, nessa parte, é selecionado o conteúdo suscetível a fornecer informações sobre o problema, construindo um conjunto de documentos a serem submetidos a procedimentos analíticos. A terceira etapa é a formulação das hipóteses e dos objetivos, formar afirmações provisórias daquilo que nos propomos a confirmar ou informar, analisando o conteúdo e correlacionando ao objetivo. A quarta etapa é a preparação do material, que é feita antes da análise propriamente dita, buscando facilitar a manipulação.
- A fase de exploração do material é a aplicação sistemática dos dados, codificando, decompondo ou enumerando conforme as características do material e os objetivos da análise.
- A última fase é o tratamento dos resultados, interpretando-os de acordo com os objetivos previstos.

É importante destacar que todos os arquivos estão salvos em dispositivos eletrônicos (computadores pessoais dos pesquisadores), sem o uso de plataformas virtuais ou “nuvens” ou

patas compartilhadas; nenhum arquivo foi ou será publicado ou mostrado para outras pessoas. Os dados coletados ficarão guardados pelos pesquisadores por um prazo máximo de 10 anos, sendo que o participante da pesquisa, a qualquer tempo e sem qualquer prejuízo, poderá retirar o seu consentimento de guarda e utilização de seus dados armazenados, valendo a desistência a partir da data de formalização desta. Para a apresentação dos resultados e discussão decorrente, os dados foram tratados de forma anonimizada, não permitindo identificar o participante.

4 RESULTADOS

Para uma melhor organização, os resultados serão apresentados por meio dos seguintes tópicos: (1) apresentação dos participantes, (2) vivência em segurança no ambiente aquático e (3) sobrevivência e prevenção em aulas de natação.

4.1 APRESENTAÇÃO DOS PARTICIPANTES

Participaram deste estudo três professores de natação: Luana, Marina e Pedro. Luana, começou a praticar natação com 15 anos, devido a problemas posturais e de coluna resultantes da prática de ginástica artística. Chegou a nível competitivo nacional. Também começou a praticar nado artístico aos 19 anos. Na sua graduação em Bacharelado em Educação Física em uma universidade pública em Florianópolis, exerceu um papel de monitora, ajudando colegas que não sabiam nadar. No seu estágio na graduação, ministrou aulas de natação e de hidroginástica, assim como seu trabalho de conclusão de curso envolveu o meio líquido. Finalizou o Curso em 1996 e, após, especializou-se em atividades aquáticas na mesma universidade. Também relatou ter feito diversos cursos relacionados ao contexto aquático, uma vez que toda a sua trajetória profissional foi e é voltada para esportes e atividades aquáticas, incluindo natação, nado artístico e hidroginástica. Com natação, especificamente, já trabalhou com diversos públicos, porém, no período da entrevista, atuava como professora de natação para crianças. A participante ministra aulas a quase trinta anos, fato que a torna a pessoa mais experiente entre os participantes dessa pesquisa.

Marina sempre praticou esporte, porém a sua vivência com natação iniciou por orientação médica enquanto cursava Licenciatura em Educação Física. Formou-se em Licenciatura em Educação Física no ano de 2016 e em Bacharelado em Educação Física no ano de 2017 ambos os cursos em uma universidade particular no sul do estado de Santa Catarina. Fez estágio obrigatório e não obrigatório no ambiente aquático durante a sua graduação e o seu trabalho de conclusão de curso também envolveu esse contexto. Realizou diversos cursos, entre eles, concluiu uma pós-graduação na área de natação e realizou o Curso de Formação de Guarda-Vidas Civil. Já atuou como guarda-vidas no setor privado e, desde o seu período de formação, trabalhou ministrando aulas de natação e outras modalidades, mas, atualmente, trabalha somente como professora de natação para crianças até a terceira idade.

Pedro começou a fazer aulas de natação com cerca de 5 anos de idade. Aos 8 anos, já fazia parte de uma equipe de natação, chegou a nível competitivo e ainda é atleta. Realizou a sua graduação em uma universidade pública em Florianópolis, tornando-se Bacharel em Educação Física em 2021 após apresentar a sua monografia vinculada à área de natação e desempenho. Um de seus estágios obrigatórios foi em um clube com natação infantil de 8 a 12 anos e realizou estágio não-obrigatório também com natação em outro clube, onde, posteriormente a sua formatura, foi efetivado e trabalha até agora lá, atendendo desde crianças até terceira idade, mesclando também os níveis de natação. Além das atividades associadas a sua graduação, em 2016, fez curso de árbitro em natação e, em 2017, realizou o Curso de Formação de Guarda-Vidas Civil, tendo atuado como Guarda-Vidas nas praias por 3 anos.

4.2 VIVÊNCIA EM SEGURANÇA NO AMBIENTE AQUÁTICO

Luana relatou ter aprendido, em sua graduação, na disciplina sobre primeiros socorros, os cuidados relacionados ao salvamento aquático com a pessoa já fora da água, porém os cuidados citados por ela já diferem dos protocolos atuais. Sobre atitudes para prevenir afogamento, não conseguiu recordar exatamente, mas acredita que não foi passado nada especificamente.

Em relação à disciplina de natação na graduação, ela relatou ter aprendido técnicas de sobrevivência que podem prevenir afogamento, tais como: flutuação de costas; nados rudimentares (nado cachorrinho, pernada na posição de costas); imersão seguida de emersão (exercício do “elevador”); respiração relaxada somente a partir de discussão teórica; mudanças de decúbito com e sem deslocamento; mudanças de vertical para horizontal a partir de impulsão da borda. Luana relatou que, como ela já sabia nadar na sua graduação, ela ensinou para outros colegas palmateio. Mudanças de direção do nado, entrada de forma segura em águas profundas e nadar com roupa não foram temas trabalhados nas aulas da graduação segundo a participante. Também não foram realizadas aulas ao ar livre, em águas abertas. Com isso em mente, Luana afirmou que a sua graduação não foi suficiente para que ela pudesse atuar de forma segura no ambiente aquático, ao mesmo tempo pontuou a importância disso considerando o contexto local:

[...] hoje, pelo menos, assim, a nível de Florianópolis, com a quantidade de praias e piscinas que nós temos, com certeza.

Pensando em segurança na piscina, o clube, em que a Luana trabalha, até antes da pandemia da doença COVID-19, promovia anualmente cursos em parceria com o Corpo de Bombeiros. Por meio dessas formações, ela aprendeu sobre questões relacionadas a afogamento, por exemplo: quando for resgatar alguém, não chegar pela frente, sempre por trás para não deixar a pessoa agarrar o socorrista; se tiver uma boia, tentar primeiro com ela. Ainda comentou que realizava muita pesquisa na área e, com os treinamentos propostos pelo clube, ela associava a teoria com a prática sobre afogamento.

Luana relatou que acha ser capaz resgatar uma pessoa na piscina se fosse necessário. Em seu ambiente de trabalho, ela afirmou já ter socorrido pessoas em duas situações: (1) Enquanto caminhava na borda da piscina, avistou uma criança em perigo, assim, pulou na água e a retirou; (2) Em outro momento, em uma competição, uma colega dela perdeu a consciência dentro da água, logo, Luana entrou na água e retirou a nadadora.

No clube em que trabalha, há materiais de primeiros socorros com desfibrilador, cânulas orofaríngeas e reanimador manual, a participante apenas não recorda se há oxigênio. Quanto ao tratamento fora da piscina, em um caso de afogamento, mesmo tendo treinamentos anuais propostos pelo clube, ela comenta:

Aí, a gente ia puxar da memória tudo que a gente aprendeu, né? Mas eu iria tentar tudo. [...] Mas, assim, eu acho que eu saberia, assim, sabe?

Já Marina relatou que, mesmo na disciplina de primeiros socorros na graduação, não teve nada relacionado a salvamento aquático. Também não foram abordadas atitudes para prevenir afogamento. Marina pontuou que, na sua graduação, aprendeu algumas técnicas de sobrevivência, tais como: imersão seguida de emersão; o aprendizado de pelo menos dois nados rudimentares, sendo um de frente e outro de costas; respiração de forma relaxada e coordenada com o nado; mudanças de decúbito; mudanças de posição na água como vertical para horizontal; mudanças de direção de nado. Relatou não ter aprendido nada a respeito de entrada segura em águas profundas e nem sobre palmateio e que também não realizou aulas em águas abertas. Embora ela tenha respondido que aprendeu várias técnicas de sobrevivência, não ficou muito claro como isso foi desenvolvido em sua graduação.

Diferentemente, em sua pós-graduação, Marina cursou disciplinas que abordaram o tema de salvamento aquático. Aprendeu sobre procedimentos pós-retirada da vítima da água, o acompanhamento para o hospital, colocação da vítima na maca, como carregar, utilização de desfibrilador. Afirmou que a sua pós-graduação foi bem completa em relação a primeiros

socorros, sendo que teve aulas até com o Corpo de Bombeiros. A participante tenta realizar cursos anuais de primeiros socorros, buscando sempre estar atualizada sobre técnicas de salvamento, dentre eles, o curso de Formação de Guarda-Vidas Civil, e as reciclagens desse curso, que acontecem anualmente.

A importância de uma formação continuada, ou seja, aprender além da graduação, foi ressaltada pela Marina:

Na graduação, foi muito superficial assim. Foi tudo que eu aprendi por conta própria mesmo. Depois da pós-graduação, buscando bons cursos, bons professores, eu sinto que eu aprendi muita coisa e, cada vez, me deu mais segurança de atuar, continuar atuando na minha área.

Por outro lado, Marina destacou que esse aprendizado deveria ser obrigatório:

[...] eu acredito que essas disciplinas deveriam ser obrigatórias para o resto da vida. Segurança sempre em primeiro lugar. [...] eu acredito que todo profissional da área, independente se é natação ou não, eu acredito que todo profissional de Educação Física deveria ter o curso de salvamento.

Ainda, em seu trabalho, Marina afirma que, às vezes, as crianças caem da plataforma redutora de profundidade em suas aulas, assim, ela intervém ajudando a retornar à plataforma. Outra situação frequente é quando a criança aspira água sem querer, começa a chorar e quer sair da piscina, ela diz que isso acontece bastante com crianças na adaptação, que ainda estão aprendendo a expirar pelo nariz na água. A professora acredita ser capaz de resgatar alguém se fosse preciso, inclusive, quando atuava como guarda-vidas de piscina já realizou resgates. Ela também acredita saber realizar o tratamento fora da água, citando alguns passos:

Eu acredito que sim. Coloca a pessoa de ladinho, né? Pra, pra, pra expulsar água, né? Que se tiver água, verificar os sinais vitais.

É importante destacar que o procedimento de colocar a pessoa em decúbito lateral direito não tem como finalidade de expulsar a água. Ainda, infelizmente, em seu ambiente de trabalho, Marina afirmou não haver caixa de primeiros socorros.

Pedro citou a disciplina de emergências como a única que abordou salvamento aquático na sua graduação e, mesmo assim, disse que aprendeu pouco, uma vez que os assuntos não foram muito aprofundados. Quanto a atitudes para prevenir afogamento, relatou não ter tido nada a respeito durante a sua graduação. Sobre técnicas de sobrevivência, relatou que, na

disciplina de Natação I, alguns pontos foram desenvolvidos, tais como: a importância da flutuação; imersão seguida de emersão; respiração de forma relaxada; um nado de frente e um de costas. Ele se recorda que, quanto a coordenar a respiração com o nado, foi apenas comentado que seria importante tentar soltar o ar quando a cabeça estivesse dentro da água, soltando o ar aos poucos para facilitar a hora que fosse respirar. As mudanças de decúbito eram realizadas apenas após tocar a borda, não sendo trabalhadas durante o nado. As mudanças de vertical para horizontal e vice-versa foram trabalhadas quando havia atividade, em que os alunos realizavam a imersão e o retorno à superfície em pé. Mudança no sentido do nado foi ensinado juntamente com o palmateio, em que os alunos eram solicitados irem para frente, para trás, para os lados com o movimento das mãos. Em nenhum momento, foram realizadas aulas em águas abertas e Pedro comentou que, durante a sua graduação, a piscina funda da Universidade estava interdita, assim, somente teve aulas em piscina rasa e, por isso, talvez, tenha sido prejudicado no aprendizado de algumas técnicas.

Por outro lado, Pedro, na disciplina de esportes adaptados, aprendeu um pouco mais sobre sobrevivência ao fazer parte de um grupo que ministrou aula de natação para crianças da Associação Amigo do Autista. Para fazer esse trabalho, ele precisou aprender alguns cuidados como sempre deixar o rosto das crianças fora da água.

Quando perguntado se achava que o aprendizado na graduação foi suficiente para uma atuação segura, ele respondeu:

Não, acho que única e exclusivamente em relação à parte de relaxar um pouco o corpo e à respiração mais tranquila foi [...]. Porque o resto não foi dado uma ênfase grande na parte de boiar, né? Sempre tinha era tempo reforçado que tinha que tá de óculos e sei o que, então, nada é muito que pudesse trazer realmente pruma realidade de um salvamento que tu não está com esses equipamentos, era uma piscina rasa, então, qualquer coisa, eu botava o pé no chão. Era essa a indicação. Ah, qualquer coisa, eu boto o pé no chão, então, bem diferente do que seria realmente numa, num salvamento que as indicações já seriam outras, né?

Pedro, em consenso com os demais participantes da pesquisa, pontuou ser importante esse aprendizado para uma atuação segura. Ele relatou que, quando começou a atuar, principalmente, com as crianças, realizou pesquisas para aprender o que ele, enquanto professor de natação, poderia ensinar na perspectiva da sobrevivência na água. A partir disso, viu a necessidade de ensinar as crianças a mergulhar, a respirar, a sair de baixo de um objeto, a flutuar, acostumar-se a ficar embaixo da água sem ficar agoniada. Pedro tem curso de Guarda-

Vidas Civil e atuou nas praias de Florianópolis. Segundo ele, essa preocupação pela busca de conhecimento sobre o afogamento está atrelada a sua experiência nessa área, comentando:

[...] alguém que não teve isso na graduação e não tem essa experiência, porque nunca teve algo relacionado com o salvamento, quem sabe não nunca trabalhe isso e porventura pode acontecer do aluno dele sujeito a uma, a uma, a um episódio desses em que ela não saiba realmente como agir da melhor forma, porque, infelizmente, não, não teve quem lhe ensinasse da forma correta, né?

Enquanto professor de natação, Pedro, assim como Marina, já precisou intervir, ajudando crianças a retornarem à plataforma redutora de profundidade, mas foram casos isolados. Pedro diz estar preparado para resgar alguém caso fosse preciso, assim como realizar os procedimentos com a pessoa fora da água em caso de afogamento, pois atuou como guarda-vidas nas praias de Florianópolis e relatou que, enquanto guarda-vidas, já teve que agir para realizar resgates no mar. Infelizmente, Pedro relatou que não há caixa de primeiros socorros no clube em que atua.

4.3 SOBREVIVÊNCIA E PREVENÇÃO EM AULAS DE NATAÇÃO

Em relação ao ensino da natação, Luana explicou que, antes da pandemia da doença COVID-19, o clube em que trabalha realizava a semana da pátria (7 de setembro), na qual ocorriam várias atividades para desenvolver aspectos de sobrevivência no meio aquático. Os pais e alunos eram informados para que levassem mudas de roupas, eram realizadas brincadeiras com as crianças para que as mesmas entrassem na água e nadassem com roupa. Outra atividade era entrar na parte funda da piscina e cronometrar para ver quem conseguia tirar a roupa mais rápido, eram realizadas também brincadeiras para ver quanto tempo os alunos conseguiam ficar flutuando de costas.

Quanto a informações para prevenção de afogamento, Luana não tem o hábito de conversar diretamente com os pais de seus alunos sobre os perigos do meio aquático. Contudo, ela destacou que as aulas com as crianças são ministradas com os pais próximos. Logo, na concepção dela, quando orienta as crianças sobre perigos, os pais conseguem escutar. Para os adultos iniciantes, Luana informa sobre certas atitudes em situações de perigo, fazendo associações com situações reais, informando, assim, seus alunos:

[...] eu sempre vou associando: Olha, só! Se por um acaso, você tiver cansado no meio do caminho, está nadando na praia, já ficou corajoso, deu uma

câimbra, que que você faz? Vira de barriga pra cima, respira, levanta a mão; isso sempre fiz nas minhas aulas, né?

Luana também trabalha com as crianças associando as atividades com a realidade, por exemplo: quando um colega empurra a criança na piscina, ela orienta a criança a dar uma remada, ir até o chão, dar um pulo, pegar ar e se situar onde está, a partir daí, nadar “um cachorrinho” ou até *crawl* se já souber, procurando a borda para tentar sair. Para alguns alunos, ela acrescenta:

A gente já pede por exemplo, eles tentem sair da água, não pela escadinha, mas pela borda, adquirir força pra sair da piscina, sabe?

Em relação a técnicas de sobrevivências e atitudes que possam prevenir o afogamento, Luana realiza algumas atividades que trabalham esses aspectos. Por exemplo, a questão de entrada segura em águas profundas é tratada com todas as idades, incluindo bebês, com progressão nas atividades e orientações. Para os bebês, isso é realizado com atividades com escorregador para dentro da piscina; para crianças, estas aprendem a pular em pé com os dedos dos pés na borda. Para os maiores, a entrada é ensinada a partir da posição sentada na borda e, posteriormente, em pé. Todos esses ensinamentos são seguidos de orientações, por exemplo, não pular de cabeça na parte rasa da piscina ou nunca pular de mão dada com o colega.

A imersão seguida emersão é ensinada por Luana desde os bebês, assim como nas outras fases de ensino, com brincadeiras e é feita também de forma progressiva, ou seja, no início é no colo das mães, depois com brincadeiras sozinhos. Com os adultos, é realizada bastante exercícios do “elevador”, parado no lugar e também em movimento.

O nado submerso é ensinado por Luana de forma progressiva. À medida que aprendem, desafia os alunos a ficarem mais tempo imersos. Também realiza atividades com que eles caíam de surpresa na água, preparando-os para essa situação, que poderia ser real, ensinando a diferença entre mergulhar com e sem ar nos pulmões. Nessas brincadeiras, Luana encoraja os alunos:

A gente ensina a pessoa a não ficar apavorada quando engole a água. Aí, a gente tem toda uma fala: - Ai que legal, cara, você teve coragem! Tu já mergulhou sozinho pela primeira vez e tava com sede?

A respiração de forma relaxada é ensinada com exercícios de “elevador”. Também enfatiza a respiração relaxada nas mudanças de decúbito, com “nado parafuso”, enfatizando o

controle respiratório sempre que passam de decúbito dorsal para ventral. Luana consegue perceber quando os alunos estão relaxados, principalmente, pela posição postural na água, sem que o aluno afunde o quadril e levante a cabeça, assim como os ombros relaxados.

Não ensina mudanças no deslocamento, afirma que utiliza as bordas da piscina para realizar as mudanças. Quanto à flutuação, os bebês são auxiliados pela mãe ou pai, posteriormente, em progressão, flutuam com auxílio de um espaguete para, depois, flutuar de frente e de costas na posição de estrela (ombros e quadris abduzidos). Nessa fase, a professora ensina a encher os pulmões de ar e prender a respiração para auxiliar na flutuação. Após, ensina a bater perna de frente e de costas. O palmateio é inserido em turmas com alunos mais velhos ou que já estão quase indo para a piscina funda, pois a professora considera ser mais difícil ensinar o palmateio do que a braçada.

Luana pontuou que não ministra aulas fora do ambiente da piscina, em águas naturais, e o único momento em que dá aula em que os alunos devem usar roupa é na semana da pátria como já descrito anteriormente. A professora cria algumas situações de estresse dentro da piscina, como jogar água no rosto das crianças e derruba-las na água. Ainda, relatou que o clube dispõe de um conteúdo programático para cada turma de natação, portanto, deve segui-lo. Por outro lado, ela acha importante ministrar assuntos e técnicas relacionados a afogamento e associa a importância disso com os relatos dos pais de seus alunos, os quais sentem segurança com seus filhos no meio líquido, devido ao seu trabalho realizado nas aulas.

Já Marina conversa sobre os perigos do meio líquido de uma forma mais lúdica com as crianças. Para ela, é difícil realizar essas conversas diretamente com os pais, devido aos horários seguidos de aulas. Desse modo, ela tenta passar a informação, enfatizando com as crianças esse assunto, criando situações e desafios em que as crianças coloquem isso em prática, tentando fazer com que elas consigam se salvar sozinhas se necessário. O que facilita esse processo é o fato dela ministrar aulas em uma piscina funda para a maioria das crianças. Diferentemente, para as turmas de bebês, como os pais estão presentes na aula, Marina consegue explicar e orientar os pais sobre segurança:

[...] é a segurança, primeiro lugar, não tirem os olhos das crianças nem no banho, é... nem no, no banho de baldinho, que eles dão banho de ofurô, banho de banheira, na piscina de casa, sempre proteção, tela, lona. Então, é uma é algo que eu que eu coloco extrema importância sempre.

De acordo com Marina, o principal ensinamento para evitar um afogamento, é a flutuação. Logo, ensina todos os seus alunos, de bebê a adulto, a flutuar. Além dessa habilidade,

associa com mudança de decúbito para nadar e respirar de forma mais fácil até conseguir chegar na borda.

Sobre entrada em águas profundas, Marina dá algumas orientações nas aulas, por exemplo, nunca correr ao redor da piscina, sempre olhar onde se está pisando, se a pessoa não enxerga o fundo, não é para entrar. Seus alunos são orientados para sempre pedir permissão para entrar na piscina. Ela afirma ensinar os alunos a observar o ambiente em que estão entrando e sempre entrar com calma e com permissão. A professora também simula situações, por exemplo, o que fazer no caso de cair de um barco.

Marina trabalha o nado submerso pedindo para os alunos buscarem brinquedos no fundo da piscina. Estimula as crianças mergulhem tanto em apneia quando soltando o ar, contando os segundos, buscando um ou mais brinquedos por vez, estratégias estas para que criem controle respiratório segundo a professora. Marina afirma praticar com os alunos imersão seguida de emersão, respiração de forma relaxada e ensina nados rudimentares um de frente e um de costas, porém não especificou exatamente quais atividades propõe em suas aulas com esses propósitos.

A respiração coordenada com o nado, ela relatou apenas que considera o nado rudimentar com respiração quando a criança já consegue bater perna, girar o braço e levantar a cabeça para respirar, a participante afirma que esse é um ensino progressivo. Em questão de estar relaxado dentro da água, ela relata ser nítida a transição:

Dá pra ver que quando a criança começa a ficar ofegante, ela tende a baixar a perna e ficar na, na vertical. Aí, eu falo com as crianças: - Olha, não pode parar de bater perninha, você afunda, o que que aconteceu? Afundou. Então, a partir do momento que a criança consegue é... nadar na posição horizontal, respirar, levantar a cabeça e continuar, aí, eu já consigo ver que a criança já tá conseguindo nadar mais relaxada.

Mudanças de direção no nado e posição na água (vertical e horizontal), Marina cita exercitar com os alunos, a partir de três anos de idade, mas também não comentou exatamente quais atividades realiza para isso. As técnicas de flutuação de frente e de costas são feitas com auxílio de material (espaguete ao redor do corpo), com apoio da professora e na posição de estrela.

Sobre aulas de natação em ambientes naturais, Marina afirma que realizou e pretende continuar realizando aulas no mar. Para isso, contou com três auxiliares: uma pessoa nadando (aluno de nível avançado que está acostumado a nadar em águas abertas), uma pessoa num *stand up* e mais uma pessoa para prestar auxílios caso preciso. Ela conseguiu levar três alunas adultas iniciantes para realizar uma aula no mar. Como foi a primeira experiência de suas alunas

fora da piscina, ela tentou não atribuir os perigos relacionados ao ambiente, mas destacou os benefícios, o lado positivo. Marina ainda afirmou que pretende, posteriormente alertar sobre os riscos atribuídos aos ambientes naturais. Além disso, para as crianças, principalmente, ela simula estresses dentro da piscina, joga água no rosto de seus alunos e comenta:

Tem criança que tem muita dificuldade de aceitar água no rosto. Então, eu jogo muita água neles [...] porque tem criança que só brinca com óculos, vai na praia de óculos, então... ou brinca em casa, na piscina de casa com óculos, então eu tento fazer criar situações que eles estejam sem óculos e levam água na cara.

Desse modo, realiza, pelo menos, uma vez por mês, uma aula inteira sem óculos, também para que eles se acostumem com a água nos olhos. Marina também simula um ambiente de estresse para as crianças, em que um aluno, por vez, deve atravessar a piscina enquanto os outros alunos estão sentados na borda batendo os pés na água com força para criar muita espuma que bate no rosto do colega que nada. Por último, Marina realiza também aulas com seus alunos de roupa, ela afirma realizar pelo menos uma aula com que eles venham de pijama.

Marina afirma que para ela a segurança é prioridade:

É pra mim, segurança sempre em primeiro lugar, eu nunca vou cansar disso. Ah, eu trabalho com vidas. É... então, a vida é, é a única coisa eu acho que a gente tem de mais importante. E... e que pode acabar num instante. Então, a segurança é uma coisa que eu sempre vou bater na tecla e eu vou levar todas as aulas com todos os meus alunos, principalmente com criança, é... eles, eles precisam saber da importância e do riscos e que eles não podem ficar em qualquer lugar sem autorização, eles sempre têm que ter autorização de alguém, sempre estar perto de alguém, nunca sozinhos e, e é imprescindível é, a gente está trabalhando com a maior preciosidade dos pais, é, então, a gente tem que dar o máximo de, de importância pra essas crianças.

Por sua vez, Pedro também destacou a importância da flutuação para as crianças e acha importante dialogar com os pais. Para os alunos adultos, acha importante fazer eles se sentirem confortáveis no meio líquido. Conforme Pedro, para evitar um afogamento, o primeiro ponto é conseguir ficar relaxado no ambiente, uma vez que isso diminui a chance de afundar. Como segundo ponto a flutuação. Como terceiro, o nado submerso com controle da respiração.

Se tratando de entrada segura em águas profundas, Pedro comenta que, no clube em que trabalha, a piscina é rasa, então, quando há atividades de entrada na água de fora da piscina, principalmente com crianças, o professor realiza orientações para que os mesmos nunca pulem de cabeça, pois nunca se sabe o quão rápido se vai chegar ao fundo. O professor também dá

orientações para quando os alunos estão em outros ambientes aquáticos e não conseguem ver o fundo, enfatizando para que sempre entrem de pé, uma vez que, dessa forma, a chance de se machucar é menor.

Na imersão seguida de emersão, Pedro associa com o ensino dos “elevadores” em suas aulas, também emprega essa atividade como descanso para seus alunos. Em alguns momentos, pede para os alunos afundem até sentar no chão e retornem. Para crianças, ele realiza uma atividade chamada de “canguru”, em que o aluno dá um pulo para frente, afunda, senta completamente no chão e pula novamente, essa atividade é ensinada tanto para as crianças iniciantes, quanto para os que já sabem nadar, em forma de aquecimento ou volta à calma, afirmando ser importante acrescentar momentos lúdicos na aula.

Para ensinar a relaxar e a flutuar da maneira mais fácil, Pedro orienta os alunos a encherem os pulmões de ar e se atentarem na relação entre cabeça e quadril, ele comenta:

Ah, principalmente o que eu sempre tento ensinar e tento falar é que, quanto mais tenso a gente ficar, pior vai ser, né? Quanto mais tenso a gente ficar, mais rígido o nosso corpo, os nossos músculos vão ficar pior, a chance da gente afundar é maior, certo? Então, sempre tento falar pra eles, pra eles relaxarem.

Como os outros, proporciona atividades na posição de estrela também. Em relação ao palmateio, o professor acrescenta, principalmente, com a pernada, evitando o uso da prancha. De acordo com ele, isso faz com que os alunos percebam que esse pequeno movimento com as mãos é suficiente para dar sustentação para que consigam tirar quase todo o peito fora da água e respirar. Sobre a respiração relaxada, o professor explicou que, por sua observação, o aluno atinge quando não para mais na borda com frequência, não fica mais ofegante, percorre distâncias sem dificuldades e não fica tanto tempo com a cabeça fora da água para respirar.

Pedro ensina a todos os seus alunos de natação o nado submerso, porém com modificações devido às diferentes idades e níveis. Nesse caso, não cobra técnica, pede para os alunos ficarem pelo fundo e associa a momentos de lazer:

[...] não cobro nada, simplesmente, falo que é pra relaxar, pra eles realmente ficarem pelo fundo. Até brinco com eles. Falo: - Ah, sabe quando vocês vão pras Maldivas lá, ficar vendo os corais, é desse jeito aí que eu quero.

Usa dessa estratégia com o intuito de estimular um momento mais relaxante, fazendo com que fiquem mais tempo sem se sentirem agoniados e conheçam sua necessidade de respirar. Na iniciação, o professor se atenta para que os alunos estejam totalmente submersos nessas

atividades, que toquem a mão no chão e também afundem os pés. O professor também realiza atividade, em que os alunos caem na água e um colchonete fica por cima deles, dessa forma, eles têm que nadar para sair de baixo e desviar do objeto.

Pedro também pontuou que, na iniciação, é importante que seu aluno consiga se locomover tanto de frente quanto de costas, mas prefere, entre os nados competitivos, iniciar a aprendizagem com o nado costas, pois, numa situação de sobrevivência, este nado seria mais interessante, uma vez que ficar com a cabeça fora da água proporcionaria uma maior tranquilidade, além de ser um nado mais fácil de aprender em relação ao nado *crawl*. O participante ensina o cachorrinho como nado rudimentar, além de estimular seus alunos a nadar de forma livre, da maneira que acharem melhor, o que acaba possibilitando o surgimento de vários tipos de nado, principalmente, com as crianças. O nado peito com a cabeça fora da água, Pedro acrescenta nas aulas com adultos iniciantes, porém como uma forma de iniciação ao nado peito, e não como um nado rudimentar para prevenir afogamento.

Sobre mudanças de decúbito, Pedro faz com as crianças a brincadeira do parafuso de forma estacionária. Para adultos iniciantes, o professor afirmou não realizar muitas atividades para isso. Com adultos, fez uma atividade em que os alunos deveriam alternar entre os nados *crawl* e costas quando soava um apito, porém isso foi realizado com uma turma que não era de iniciação e não tinha como finalidade ensinar uma habilidade para prevenir afogamento. Também a partir do som de um apito, Pedro pede para seus alunos mudarem o sentido do nado, indo para frente e para trás, mas mudança entre esquerda e direita não é trabalhada.

Pedro não realiza aulas em águas abertas, pois não consegue proporcionar a segurança necessária para os alunos e afirma:

Seria importante, eu só não faço, porque, primeiro, eu não tenho equipamento, digamos assim pra, que eu considero os essenciais assim pra fazer no, no caso, né?

Dessa forma, ele simula situações dentro da piscina, jogando água no rosto e fazendo ondas, para que a criança crie a consciência de que é melhor mergulhar nesse caso. O professor não realiza aulas sem óculos e também não faz aulas de natação com roupa. Pedro acha importante ensinar essas técnicas para prevenir afogamento, relacionando ao ambiente local, a ilha de Florianópolis. Ainda, destacou em sua fala que o básico para que uma pessoa possa se salvar deveria ser ensinado a todos, não só nas aulas de natação, mas também na escola.

5 DISCUSSÃO

A literatura indica a necessidade e a importância do ensino de atitudes para prevenir afogamento (DENNY *et al.*, 2019; OMS, 2014; SZPILMAN; SILVEIRA; FERREIRA, 2019), além da importância de saber lidar com segurança em uma situação de acidente no meio aquático (MORAN *et al.*, 2013; ROCHA; SZPILMAN, 2016). A partir desse contexto, o presente trabalho teve o objetivo de investigar como professores de natação aprenderam, se aplicam e como aplicam em suas aulas técnicas de sobrevivência e atitudes para prevenção de afogamentos, além de investigar se são capazes de ajudar alguém que está em perigo.

Três professores de natação foram entrevistados, Luana, Marina e Pedro, os quais tinham diferentes anos de experiência após a graduação, respectivamente, 27, cinco e um ano. Apesar dessa diferença, todos relataram que, nas disciplinas de natação dos cursos de suas graduações, nada foi abordado diretamente com o intuito de prevenir afogamento, porém foram trabalhadas algumas habilidades aquáticas que podem ser associadas com a prevenção de afogamento (STALLMAN; JUNGE; BLIXT, 2008).

Conforme Stallman, Junge e Blixt (2008), há oito elementos associados à diminuição do risco de afogamentos: (1) entrar saltando em águas profundas; (2) uma vez submerso, ser capaz de voltar à superfície e nadar; (3) mergulhar e nadar submerso com conforto; (4) saber nadar, pelo menos, dois nados rudimentares, um de frente e outro de costas; (5) respirar de forma relaxada e coordenada com o nado; (6) mudar de posição na água; (7) mudar o sentido do deslocamento do nado e (8) permanecer flutuando com o mínimo de esforço. No entanto, nem todos foram abordados na graduação dos participantes. Luana relatou não ter aprendido a (1) entrada em águas profundas e (7) mudar o sentido do deslocamento do nado; já Marina não aprendeu sobre (1) entrada em águas profundas e (8) flutuação com o mínimo de esforço; Pedro não vivenciou (6) mudanças de posição durante o nado em sua graduação.

Em relação a técnicas de salvamento aquático, Luana e Pedro tiveram aulas sobre isso na graduação, mais especificamente, na disciplina de emergências, porém foi de forma superficial sobre o que fazer após a retirada da vítima da água. Já Marina disse não ter aprendido nada a respeito. Sobre técnicas para realizar um salvamento seguro na água, na graduação, nada foi falado. Sobre os dois aspectos, tanto a intervenção dentro da água, quanto ao atendimento pré-hospitalar, os participantes, por entenderem a importância disso em suas atuações, aprenderam em cursos.

Há um consenso entre os participantes de que a graduação não promove o conhecimento suficiente para uma atuação segura no ambiente aquático. Por outro lado, a preocupação deles sobre segurança em seus trabalhos pode ter relação com vivências pessoais ou imposições dos locais de trabalho, porém está presente. É importante destacar que é reconhecido o fato da graduação ter um caráter com uma formação generalista, e dessa foram, implicando na necessidade de uma formação continuada para uma melhor atuação profissional.

De acordo com Szpilman (2019), para um resgate dentro da água, o socorrista deve se sentir confiante e se certificar-se de ter o treinamento para isso e, caso não tenha, algumas medidas básicas podem fazer a diferença para retirar a pessoa da maneira mais segura possível. Entre os participantes, Marina e Laura acreditam ser capazes de resgatar alguém, enquanto Pedro diz estar preparado para resgatar alguém caso fosse preciso, tal habilidade e confiança associa-se a sua atuação como guarda-vidas. A questão do tratamento pré-hospitalar de acordo com o grau de afogamento com a vítima já fora da água, segundo Szpilman, Silveira e Ferreira (2019), novamente, apenas Pedro relatou ter confiança, enquanto Luana afirmou que teria que puxar da memória e Marina acha ser capaz.

Os participantes, enquanto professores de natação, já vivenciaram momentos em que tiveram que prestar socorro a alguém na água. Basicamente, tiveram que resgatar crianças, o que demonstra a importância da supervisão de um adulto a todo momento (DENNY *et al.*, 2019; ROCHA; SZPILMAN, 2016). Contudo, nunca precisaram executar um tratamento pré-hospitalar ou RCP em um afogado, até mesmo Luana, que tem quase 30 anos atuando como professora. Talvez, por isso, nem todos transmitam confiança em suas intervenções, se necessárias. Não obstante, os responsáveis por piscina devem aprender RCP (DENNY *et al.*, 2019), uma vez que, geralmente, o primeiro atendimento vai ser realizado por pessoas próximas à vítima e se o suporte básico de vida não for feito, de nada adiantará o suporte avançado (ROCHA; SZPILMAN, 2016). E por mais que aparente que o professor de natação nunca precisará realizar RCP, uma piscina é um local propício para acontecer um acidente.

Ensinar sobre o risco do afogamento é uma das atitudes para reduzir incidentes, não só os profissionais, mas toda a sociedade deve adotar uma postura de prevenção (DENNY *et al.*, 2019; ROCHA; SZPILMAN, 2016). Dos três professores entrevistados, Marina realiza tais recomendações para seus alunos e para os pais dos alunos bebês, que estão presentes junto às aulas, ela afirma ser difícil falar com os pais das outras turmas, devido à sequência de aulas, situação que uma simples organização de horários por parte do clube poderia resolver. Luana conversa diretamente com seus alunos a respeito, porém os pais próximos conseguem escutar.

Pedro conversa com os pais e alunos. Isto é, todos preocupam-se com a segurança dos alunos. O clube de Luana ainda propõe uma atividade anual voltada à sobrevivência.

Ensinar natação, incluindo informações para prevenção de afogamentos, técnicas de sobrevivência e diferentes habilidades no meio aquático, diminuem o risco de afogamentos (ROCHA; SZPILMAN, 2016; SANTANA; TAVARES; SANTANA, 2003; STALLMAN *et al.*, 2017). Quando foi perguntado aos professores como eles ensinam técnicas e atitudes para prevenir afogamento em suas aulas, pouco era falado pelos três participantes. Pedro e Marina citam a flutuação como sendo um dos pontos mais importantes. No entanto, quando questionados habilidade por habilidade que Stallman, Junge e Blixt (2008) colocam como indispensáveis para o ensino de iniciantes, os participantes confirmaram ensinar quase todas. Pedro e Marina relataram ensinar todas, porém sobre a mudança de deslocamento, Pedro trabalha apenas para frente e para trás, por conta das raias. Luana relata não trabalhar mudança de deslocamento do nado, porém todo o resto está incluído em suas aulas de alguma forma. Isso indica que os professores não sabiam que certas habilidades presentes em suas aulas estavam associadas à segurança na água, o que pode ser reflexo de que eles não aprenderam ou não se recordam desses ensinamentos na graduação ou em outros cursos.

Em uma perspectiva ideal, as aulas de natação deveriam englobar o ensino em águas abertas e com roupas, buscando situações realistas e um aprendizado mais eficaz (STALLMAN; JUNGE; BLIXT, 2008; KJENDLIE *et al.*, 2013). Entretanto, somente Marina relatou executar aulas no mar, porém, apenas com alunos adultos. Pedro, nesse aspecto, pontuou algo muito importante: que é difícil para ele prover segurança para ministrar aulas em ambientes ao ar livre. Talvez, esse aspecto deva ser ligado menos ao professor e mais às academias, clubes e escolas de natação, ou seja, aulas de natação em ambientes naturais poderiam ser incentivadas pelos lugares que ofertam natação (e não por uma iniciativa individual de um professor). Isso se deve ao fato de que o local (escola, clube ou academia) tem, provavelmente, mais recursos para realizar esse tipo de aula com segurança. Entretanto, os três realizam algum tipo de estresse na piscina, como jogar água no rosto dos alunos, o que também é importante (KJENDLIE *et al.*, 2013).

Como o afogamento tem caráter multifatorial, aprender a nadar com roupas é uma habilidade que somada as outras resulta em segurança na água (LANGENDORFER, 2011; STALLMAN; JUNGE; BLIXT, 2008). Assim, a semana da pátria descrita por Luana, proposta pelo clube em que trabalha, apresenta atividades com esse propósito, mas tal aspecto não está

presente em suas aulas, apenas nessa semana. Já Marina realiza aula com as crianças vestindo pijama, porém não promove atividades relacionadas à sobrevivência no meio aquático.

Uma limitação do presente estudo foi o fato de ter sido realizada entrevista com apenas três participantes, ou seja, os resultados encontrados não podem ser generalizados. Outra limitação é que quando se realiza a entrevista, as respostas dadas podem ser incompletas ou distorcidas. Desse modo, seria interessante um trabalho que incluísse em seus métodos a observação de aulas de natação. Apesar dessa limitação, foi possível observar que os três participantes, embora não tenham adquirido muitas informações durante suas graduações, desenvolveram uma linha de pensamento e atuação parecidas, em que a prevenção de afogamentos é empregada de diferentes formas. Mesmo não havendo uma padronização, principalmente, nas atividades ministradas pelos professores, na maioria delas os objetivos aparentam ser o mesmo: ensinar a natação de forma segura.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse estudo teve como objetivo verificar se o conhecimento sobre técnicas de sobrevivência, salvamento aquático e prevenção de afogamentos é empregado na atuação de professores de natação. Ao analisar sobre como os professores aprenderam sobre isso, foi notado que a graduação não trouxe um conhecimento aprofundado ou suficiente. Entretanto, a preocupação dos professores sobre segurança está presente em suas atuações e, dessa forma, buscaram entender e aprender mais por meio de formação continuada.

Em relação às suas aulas de natação, os professores ensinam quase todas as habilidades que podem ajudar a prevenir afogamento, além de passar informações ou dicas de segurança para alunos e pais. Por outro lado, muitas vezes, os professores pareciam não saber que determinadas habilidades poderiam reduzir as chances de um afogamento. Vale destacar que, nesse aspecto, algumas intervenções recomendadas pela literatura, como nadar em águas abertas, vão além da atuação individual do professor, por necessitar de uma estrutura ou organização com mais recursos.

Todos os participantes relataram situações em que precisaram ajudar alguém em perigo na água. Isso indica que, para atuar no ambiente aquático, é necessário saber técnicas e atitudes para uma atuação segura. De modo geral, afirmaram ser capazes de realizar salvamento em seus ambientes de trabalho, assim como tratar um afogado após retirar da água. No entanto, sobre este último ponto, deixaram transparecer um pouco de falta de confiança sobre o que e como fazer após retirar a pessoa da água, talvez, isso se deva pela falta de prática.

Para finalizar, mesmo que de forma inconsciente por parte dos professores, a maioria das habilidades associadas à segurança na água são ensinadas nas aulas de natação. Além disso, considerando a busca por conhecimento a respeito do assunto, foi perceptível a preocupação dos professores com a segurança de seus alunos, independentemente do tempo de atuação.

REFERÊNCIAS

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

BOTELHO, J. M.; DA CRUZ, V. A. G. **Metodologia científica**. São Paulo: Pearson Education do Brasil, 2013.

BRASIL. **DATASUS**. Disponível em:
<http://tabnet.datasus.gov.br/cgi/tabcgi.exe?sim/cnv/obt10sc.def>. Acesso em: 21 jun. 2021.

CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DE SANTA CATARINA. **IN 33: PISCINAS E ÁREAS RECREATIVAS COM OPÇÃO AQUÁTICA DE LAZER**. 2018. Disponível em:
<https://dsci.cbm.sc.gov.br/index.php/pt/cidadao/instrucoes-normativas-in>. Acesso em: 07 jul. 2021.

CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DE SANTA CATARINA. **Relatório geral da operação veraneio**: período de 01/01/2015 à 31/12/2019. 2021. Disponível em:
<https://fpolis.cbm.sc.gov.br/web193/index.php>. Acesso em: 21 jun. 2021.

CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DE SÃO PAULO. **Manual de Salvamento Aquático**. 2006. Disponível em: <https://www.bombeiros.com.br/imagens/manuais/manual-09.pdf>. Acesso em: 19 jun. 2021.

DENNY, S. A.; QUAN, L.; GILCHRIST, J.; MACALLIN, T.; SHENOI, R.; YUSUF, S.; HOFFMAN, B.; WEISS, J.; COUNCIL ON INJURY, VIOLENCE, AND POISON PREVENTION. Prevention of drowning. **Pediatrics**, v. 143, n. 5, 2019.

DOS SANTOS, G. G.; AMORIM, T. C. A. Afogamento: Intervenções E Técnicas De Suporte À Vida: Uma Revisão Integrativa. **Saúde e Desenvolvimento**, v. 12, n. 7, 2018.

KJENDLIE, P.; PEDERSEN, T.; THORESEN, T.; SETLO, T.; MORAN, K. Can you swim in waves? Children's swimming, floating, and entry skills in calm and simulated unsteady water conditions. **International Journal of Aquatic Research and Education**, v. 7, n. 4, p. 4, 2013.

LANGENDORFER, S. J. Considering drowning, drowning prevention, and learning to swim. **International Journal of Aquatic Research and Education**, v. 5, n. 3, p. 2, 2011.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de Metodologia Científica**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2009.

MORAN, K.; STANLEY, T. Readiness to rescue: bystander perceptions of their capacity to respond in a drowning emergency. **International Journal of Aquatic Research and Education**, v. 7, n. 4, p. 3, 2013.

NEGRINE, A. Instrumento de coleta de informações na pesquisa qualitativa. In: MOLINA NETO, V.; TRIVIÑOS, A. N. S. (org.). **A Pesquisa Qualitativa na Educação Física: Alternativas Metodológicas**. 2. ed. Porto Alegre: Editora Sulina, 2004. p. 61-93.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAUDE. **Global Report on Drowning: preventing a leading killer**. 2014. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/143893/1/9789241564786_eng.pdf?ua=1&ua=1>. Acesso em: 21 jun. 2021.

PALMER, M. L. **A Ciência do Ensino da Natação**. São Paulo: Manole, 1990.

PRODANOV, C. C.; DE FREITAS, E. C. **Metodologia do trabalho científico: Métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acad mico**. Novo Hamburgo: Editora Feevale, 2013.

ROCHA, M. P. S.; SZPILMAN, D. AFOGAMENTO. In: HARGREAVES, Luiz Henrique Horta; DANTAS, Rodrigo Assis Neves. **Atendimento Pré-hospitalar Múltiplas Vítimas/Catástrofes**. Rio de Janeiro:  guia Dourada, 2016. Cap. 3. Disponível em: http://www.szpilman.com/new_szpilman/szpilman/ARTIGOS/Cap%203%20-%20Afofamento%20%2005-11-15_szpilman.pdf. Acesso em: 01 jul. 2021.

SANTA CATARINA. [Constitui o (1989)]. **Constitui o do Estado de Santa Catarina**. 11. ed. atual. Florianópolis: Assembléa Legislativa do Estado de Santa Catarina, 1989.

SANTANA, V. H.; TAVARES, M. C. F.; SANTANA, V. E. **Nadar com segurança: Preven o de afogamentos, técnicas de sobrevivência, adapta o ao meio líquido e resgate e salvamento aquático**. Barueri: Manole, 2003.

SCHINDA, A.; SZPILMAN, D.; FERREIRA, A. M. S.; TAVARES, R. D. F. MUNICÍPIO RESILIENTE EM AFOGAMENTO. **Revista Internacional Resili ncia Ambiental Pesquisa e Ciência**, Foz do Iguaçu, v. 1, n. 1, p. 93-105, set. 2019.

STALLMAN, R. K.; JUNGE, M.; BLIXT, T. The teaching of swimming based on a model derived from the causes of drowning. **International Journal of Aquatic Research and Education**, v. 2, n. 4, p. 11, 2008

STALLMAN, R. K.; MORAN, K.; QUAN, L.; LANGENDORFER, S. From swimming skill to water competence: Towards a more inclusive drowning prevention future. **International Journal of Aquatic Research and Education**, v. 10, n. 2, p. 3, 2017.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE SALVAMENTO AQUÁTICO. **Afogamento – Boletim epidemiol gico no Brasil 2020**. 2020. Disponível em: <http://www.sobrasa.org>, Acesso em: 21 jun. 2021.

SZPILMAN, D.; WEBBER, J.; QUAN, L.; BIERENS, J.; MORIZOT-LEITE; L.; LANGENDORFER, S. J.; BEERMAN, S.; LOFGREN, B. Creating a drowning chain of survival. **Resuscitation**, v. 85, n. 9, p. 1149-1152, 2014.

SZPILMAN, D.; LOPES, W.. AFOGAMENTO NO PRÉ-HOSPITALAR. In: SUEOKA, Junia Shizue; ABGUSSEN, Carla. **Aph - Resgate: emergência em trauma**. Rio de Janeiro, Editora GEN Guanabara Koogan, 2020. Cap. 25. Disponível em: http://www.szpilman.com/new_szpilman/szpilman/ARTIGOS/Cap_afogamento_Szpilman_APH%20%20Resgate%20%20Emerg%20%20C3%Aancia%20em%20Trauma_16_V2.pdf. Acesso em: 21 jun. 2021.

SZPILMAN, D. **Manual Resumido de Emergências Aquáticas**. 2019. Disponível em: https://www.sobrasa.org/new_sobrasa/arquivos/baixar/Manual_de_emergencias_aquaticas.pdf. Acesso em: 03 ago. 2021.

SZPILMAN, D.; SILVEIRA, J. M. S.; FERREIRA, C. E. S. AFOGAMENTO. In: SANTOS, M. N.; SILVA, W. P. (org.). **Enfermagem no Trauma**: atendimento pré e intra-hospitalar. Porto Alegre: Moirá, 2019. Cap. 26. p. 607-642. Disponível em: http://www.szpilman.com/new_szpilman/szpilman/ARTIGOS/Cap_afogamento_Enfermagem%20no%20Trauma_atuacao%20do%20APH%20ao%20intra%20hospitalar.pdf. Acesso em: 01 jul. 2021.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K.; SILVERMAN, S. J. **Introdução à Pesquisa em Atividade Física**. In: THOMAS, J. R.; NELSON, J. K.; SILVERMAN, S. J. Métodos de Pesquisa em Atividade Física. 6. ed. Porto Alegre: Editora Artmed, 2012. Cap.1. p.23-44.

APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Título do Projeto: Técnicas de sobrevivência, salvamento aquático e prevenção de afogamentos na atuação de professores de natação

Pesquisadora Responsável (orientadora): Lara Elena Gomes Marquardt

Pesquisador Assistente (orientando): Rafael Ramos

Você está sendo convidado(a) para participar de uma pesquisa, referente a um Trabalho de Conclusão de Curso do Departamento de Educação Física do Centro de Desportos da Universidade Federal de Santa Catarina (DEF/CDS/UFSC), que busca verificar se o conhecimento sobre técnicas de sobrevivência, salvamento aquático e prevenção de afogamentos é empregado na atuação de professores de natação. A sua participação é importante, porém você não deve participar contra a sua vontade. Leia atentamente as informações abaixo e faça, se desejar, qualquer pergunta para esclarecimento antes de concordar com a sua participação.

Envolvimento na pesquisa: Conforme a sua disponibilidade e dos pesquisadores, será agendada uma entrevista *online*, a qual ocorrerá via Google Meet, sendo o vídeo e o áudio gravados. A entrevista apresentará perguntas (1) sobre a sua experiência com natação, (2) sobre a sua formação, (3) sobre como você aprendeu sobre técnicas de sobrevivência, salvamento aquático e atitudes para prevenção de afogamentos, (4) se você ministra e como aborda técnicas de sobrevivência e atitudes para prevenção de afogamentos em suas aulas de natação, (5) se já precisou resgatar ou ajudar alguém devido a afogamento e se saberia como proceder frente a um afogamento. A entrevista será conduzida pelo pesquisador orientando, mas, se for necessário, a pesquisadora orientadora poderá realizar algumas perguntas ou esclarecimentos. Estima-se que a entrevista dure, no máximo, duas horas. Após, com o áudio gravado, a entrevista será digitada e o arquivo digitado será enviado para você para que possa nos dizer se concorda com as respostas, assim como terá a possibilidade de incluir ou excluir informações. A pesquisadora responsável, que também assina esse documento, e o pesquisador assistente comprometem-se a conduzir a pesquisa conforme a Resolução 466/12 de 12/12/2012, que trata dos preceitos éticos e da proteção aos participantes da pesquisa.

Riscos, desconfortos e benefícios: A participação nesta pesquisa não infringe as normas legais e éticas, porém há possíveis riscos: (1) Risco de quebra de sigilo, ou seja, exposição da sua identidade de forma involuntária e não-intencional. Os pesquisadores farão o possível para garantir o sigilo da sua identidade. Também será assegurado o seu direito à indenização por danos, inclusive relacionados à quebra de sigilo. (2) Cansaço ou aborrecimento ou constrangimento, na entrevista com gravação de vídeo e áudio, ou recordação de memórias e mobilização de sentimentos nem sempre agradáveis. Para tentar evitar isso, a entrevista ocorrerá só com a presença dos dois pesquisadores; será sempre respeitada a sua recusa em responder qualquer pergunta; se desejar, não precisará entrar em detalhes em relação a fatos que possam evocar memórias e sentimentos desagradáveis, e os pesquisadores tentarão realizar uma entrevista tranquila e acolhedora. Caso você se negar a responder uma pergunta chave para a pesquisa, a sua entrevista será interrompida e não será analisada.

Se ocorrer qualquer dano a você decorrente desta pesquisa, será garantido o seu direito de acompanhamento e assistência gratuita, imediata, integral e pelo tempo que for necessário.

Você não terá nenhum benefício direto por participar desta pesquisa. Contudo, indiretamente, os resultados do presente trabalho podem contribuir com a compreensão da importância do ensino de técnicas de sobrevivência e atitudes para prevenção de afogamentos e com a formação de professores de Educação Física em relação à segurança no meio aquático por meio de uma reflexão sobre o ensino na graduação e depois desta, como formação continuada. Desse modo, esta pesquisa pode proporcionar um maior embasamento para professores de natação, assim

como para a comunidade acadêmica da natação. Ainda, você receberá, por *e-mail*, o TCC dessa pesquisa e todas as publicações decorrentes.

Garantias éticas: Como é estimada uma entrevista *online* de, no máximo, duas horas, não estão previstos gastos com alimentação e com transporte. Contudo, caso seja necessário gastar com isso para participar do estudo, você será ressarcido adequadamente pelos pesquisadores. É ainda garantido o seu direito à indenização diante de eventuais danos decorrentes da pesquisa.

Informamos que todos os dados coletados serão guardados pelos pesquisadores por um prazo máximo de 10 anos. Você, a qualquer tempo e sem qualquer prejuízo, pode retirar o seu consentimento de guarda e utilização de seus dados armazenados, valendo a desistência a partir da data de formalização desta.

Você tem liberdade de se recusar a participar ou de retirar seu consentimento, em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma.

Confidencialidade: Os pesquisadoras buscarão garantir a manutenção do sigilo e da privacidade dos participantes da pesquisa, mesmo após o término da pesquisa. Somente os pesquisadores terão conhecimento da sua identidade e nos comprometemos em mantê-la em sigilo ao publicar os resultados.

É garantido ainda que você terá acesso aos resultados com os pesquisadores. Sempre que quiser, poderá pedir mais informações sobre a pesquisa com os pesquisadores e, para quaisquer dúvidas éticas, poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFSC. Os contatos estão descritos no final deste termo.

Este documento foi elaborado em duas vias de igual teor, que serão rubricadas em todas as suas páginas e assinadas, ao seu término, por você e pela pesquisadora responsável; uma das vias ficará com você e a outra com a pesquisadora responsável. Lembre de salvar a sua via!

Após os esclarecimentos, solicitamos o seu consentimento para participar da pesquisa.

Obs.: Não assine esse termo se ainda tiver dúvida a respeito.

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Declaro que fui informado(a) sobre todos os procedimentos, recebi de forma clara e objetiva todas as explicações pertinentes ao projeto, fui esclarecido(a) de que a minha identidade é sigilosa e posso me retirar do estudo a qualquer momento sem prejuízos. Assim, de forma livre e esclarecida, concordo em participar da pesquisa.

Nome do(a) participante: _____ (____), _____ de _____ de 202__.

Assinatura do(a) participante

Assinatura da pesquisadora responsável

Pesquisadora Responsável (orientadora): Lara Elena Gomes Marquardt (Telefone pessoal e profissional: (48) 98847-6565 e (48) 3721-9462; Endereço residencial: Rua Jornalista Manoel Menezes, n 32, ap 101, Bairro Itacorubi, Florianópolis (SC) – CEP 88034-060; Endereço profissional: UFSC/CDS/DEF – Campus Universitário, Trindade, Florianópolis (SC) – CEP 88040-900; E-mail: lara.gomes@ufsc.br).

Pesquisador Assistente (orientando): Rafael Ramos (Telefone: (48) 9 9678-6937; Endereço: Rua Getúlio Vargas, n 165, Bairro Cristo Rei, São Carlos (SC) – CEP 89885-000; E-mail: r.amos95@outlook.com).

Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos deste estudo, você poderá consultar:

Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFSC (CEPSH-UFSC): Telefone: (48) 3721-6094; Endereço Prédio Reitoria II (Edifício Santa Clara), Rua Desembargador Vitor Lima, 222, sala 401, Trindade, Florianópolis (SC) – CEP 88040-400; E-mail: cep.propesq@contato.ufsc.br

O CEPSH é um órgão colegiado interdisciplinar, deliberativo, consultivo e educativo, vinculado à Universidade Federal de Santa Catarina, mas independente na tomada de decisões, criado para defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

APÊNDICE B – ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA

Parte I

<p>Histórico/experiência com natação (pessoal e profissional)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1) Antes de cursar Educação Física, você nadava? Você ainda nada? Praticou ou pratica esporte (como surfe) em águas abertas? Conta sobre a sua história e experiência com natação como alguém que nada ou já nadou. 2) Onde você fez a sua graduação e em que ano você se formou? 3) Participou de algum projeto de pesquisa ou extensão vinculado à natação na graduação? 4) Fez estágio obrigatório com natação? 5) Fez estágio não-obrigatório com natação? 6) Fez seu trabalho de conclusão de curso relacionado à natação? 7) Realizou algum curso da área da natação? 8) Realizou algum curso de especialização ou mestrado ou doutorado e fez pesquisa com natação? 9) Como você começou a trabalhar com natação? Descreva a sua experiência profissional com natação. 10) Você já se afogou? Explique como ocorreu.
---	--

Parte II

Questão Norteadora	Perguntas
<p>Como professores de natação aprenderam sobre técnicas de sobrevivência, salvamento aquático e atitudes para prevenção de afogamentos?</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1) Na sua graduação, em alguma disciplina você aprendeu algo sobre salvamento aquático? Se sim, o que e como? 2) E sobre técnicas e atitudes para prevenir afogamento? 3) E técnicas e habilidades de sobrevivência? Por exemplo, natação com roupa, entrada em piscina funda, imersão seguida de emersão e nado, nados rudimentares (um de frente e outro de costas), respiração de forma relaxada e coordenada com o nado, mudanças de decúbito, mudanças de vertical para horizontal e vice-versa, mudança de sentido do nado, flutuação, palmateio. 4) Teve aulas de natação em águas abertas e/ou na piscina com simulação de estresse? 5) Você acha que o que aprendeu na graduação é suficiente para uma atuação segura?

	<p>6) Você acha importante aprender sobre técnicas de sobrevivência e de salvamento aquático e atitudes e conhecimentos para prevenção de afogamentos?</p> <p>7) Além da sua graduação, você buscou algum conhecimento relacionado a isso?</p>
Técnicas de sobrevivência e atitudes para prevenção de afogamentos são aspectos ministrados em aulas de natação?	<p>1) No seu trabalho, você faz alguma recomendação ou fala sobre perigos para alunos e/ou para as famílias dos alunos para prevenir afogamentos?</p> <p>2) Você ensina alguma habilidade aquática em suas aulas que possibilita sobreviver na água e ajuda a evitar afogamento? Quais habilidades? Como ensina? Em qual etapa ou fase de ensino?</p>
Como como professores de natação abordam sobre técnicas de sobrevivência e atitudes para prevenção de afogamentos em suas aulas de natação?	<p>1) Ensina sobre entrada em piscina funda? Em qual etapa ou fase de ensino?</p> <p>2) Ensina imersão seguida de emersão e nado? Em qual etapa ou fase de ensino?</p> <p>3) Ensina algum nado submerso? Em qual etapa ou fase de ensino?</p> <p>4) Ensina nados rudimentares (um de frente e outro de costas)? Em qual etapa ou fase de ensino?</p> <p>5) Ensina a respiração de forma relaxada e coordenada com o nado? Como você sabe que o aluno consegue fazer a respiração de forma relaxada?</p> <p>6) Ensina mudanças de posição na água? Em qual etapa ou fase de ensino?</p> <p>7) E mudanças de direção no deslocamento na água?</p> <p>8) Técnicas de flutuação? Você ensina quais são as posições mais fáceis de flutuar com esforço mínimo? Palmateio?</p> <p>9) Você faz aulas em ambientes ao ar livre, como praias, lagoas ou lagos? Com que frequência?</p> <p>10) Você simula algum momento de estresse na piscina? Com que frequência?</p> <p>11) Você promove aulas em que os alunos usam roupas dentro da água? Se sim, ensina a tirar as roupas para nadar? Ensina a usar roupas para ajudar a flutuar?</p> <p>12) Você acha importante ensinar técnicas de sobrevivência e atitudes e conhecimentos para prevenção de afogamentos nas aulas de natação? Por quê?</p>
Professores de natação, em seu local de trabalho, já necessitaram resgatar ou ajudar alguém devido a afogamento? Saberiam como proceder frente a um afogamento?	<p>1) No seu trabalho, você já viu alguém se afogando?</p> <p>2) Você já resgatou alguém que se afogava no seu trabalho?</p> <p>3) Se você precisasse resgatar alguém na piscina, você conseguiria?</p> <p>4) Em caso de afogamento no seu trabalho, você saberia o que fazer depois de retirar da água?</p> <p>5) No seu trabalho, há caixa de primeiros socorros e materiais que podem ajudar no resgate e na reanimação cardiopulmonar?</p>