

APRENDIZADOS PARA A PRÁTICA AQUÁTICA: CONTRIBUIÇÕES AO ENSINO E À SEGURANÇA



LEARNING FOR AQUATIC PRACTICE: CONTRIBUTIONS TO
TEACHING AND SAFETY

JEANY CASTRO DOS SANTOS

Doutora em Desenvolvimento Regional pela UFT

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8912165481099065>.

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-4479-0839>

E-mail: jeany.cd@unitins.br

MATHEUS SANTIAGO MESSIAS

Graduação em Segurança Pública pela Unitins

Lattes: <https://lattes.cnpq.br/8007006537812382>

ORCID: <https://orcid.org/>

E-mail: santiagogipi@gmail.com

ALESSANDRA RUITA SANTOS CZAPSKI

Doutora em Desenvolvimento Regional pela UFT

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1441323064488073>.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3090-2908>

E-mail: alessandra.rs@unitins.br

ICARO MATHEUS DE OLIVEIRA SILVA

Graduação em Segurança Pública pela Unitins

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0853315578932733>

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-1951-0631>

E-mail: icaromatheuss@hotmail.com

VICENTE COÊLHO DA SILVA

Graduação em Segurança Pública pela Unitins

Lattes: <https://lattes.cnpq.br/4633739845719418>.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-9109-5055>.

E-mail: vicentecoelho@unitins.br

Resumo: O presente relato de experiência descreve vivências no âmbito do Curso em Tecnologia em Segurança Pública, especificamente nas disciplinas de Salvamento Aquático e Mergulho. Essa experiência buscou refletir sobre situações de afogamento e acidentes de mergulho. O objetivo foi identificar fatores de risco; medidas preventivas e procedimentos de segurança que podem contribuir para a prática de atividades aquáticas. A partir desta experiência foi possível identificar elementos recorrentes nas ocorrências, tais como despreparo técnico do banhista, ausência de supervisão por profissional e falhas na sinalização de risco. A experiência permitiu reflexões sobre as práticas pedagógicas e estratégias de gestão de segurança em ambientes aquáticos.

Palavras-chave: Atividades aquáticas. Afogamento. Segurança. Ensino. Prevenção

Abstract: This experience report describes experiences within the scope of the Technology Course in Public Security, specifically in the Aquatic Rescue and Diving disciplines. This experience sought to reflect on drowning situations and diving accidents. The objective was to identify risk factors; preventive measures and safety procedures that can contribute to the practice of aquatic activities. From this experience it was possible to identify recurring elements in the occurrences, such as lack of technical preparation of the swimmer, lack of professional supervision and failures in risk signaling. The experience allowed reflections on pedagogical practices and safety management strategies in aquatic environments.

Keywords: Water activities. Drowning. Safety. Education. Prevention.

Introdução

A segurança em ambientes aquáticos exige atenção constante, especialmente em locais com maior risco de acidentes, como afogamentos ou lesões por mergulho. Conforme apontam estudos na área, “negligência ou descuido são os fatores predominantes” (Tramontina, 2024). De acordo com este autor essas ocorrências estão ligadas a diversos fatores, incluindo a falta de orientação especializada, a precariedade das estruturas, o desconhecimento de normas básicas de segurança, a imperícia do banhista na natação, banhistas sob influência de álcool ou entorpecentes e ausência de Guardas Vidas nos locais de banhos. A complexidade dessas situações ressalta a necessidade de uma compreensão aprofundada dos eventos, não apenas em termos técnicos, mas também considerando o conhecimento e comportamento dos banhistas.

Ao analisar relatos de quem vivenciou essas situações, sob a ótica do nosso aprendizado no curso de formação na disciplina de mergulho, foi possível identificar informações valiosas para a prevenção de acidentes. Isso nos permite compreender como esses eventos ocorrem na prática e o que pode ser feito para evitá-los.

Propõe-se uma reflexão sobre experiências reais da equipe de salvamento e mergulhadores em ambientes aquáticos com o objetivo de contribuir para aprimoramento de métodos de ensino voltados às práticas de prevenção. Ao examinar vivências concretas, busca-se apontar caminhos para a construção de estratégias educativas e de segurança mais eficazes, com potencial para orientar tanto político público quanto ações pedagógicas no campo das atividades aquáticas. Dessa forma, esperamos contribuir para a formação de banhistas e mergulhadores mais conscientes e preparados, minimizando os riscos inerentes à prática em ambientes aquáticos.

Metodologia

Este relato de experiência tem como ponto de partida situações vividas ou estudadas por alunos do Curso de Formação de Praças, especificamente no módulo voltado ao mergulho e salvamento aquático, entre os anos de 2024 e 2025. As ocorrências analisadas aconteceram em diversos cenários, como piscinas de uso coletivo, represas, praias e centros especializados em atividades aquáticas. As informações foram reunidas com base tanto nas vivências diretas dos participantes quanto nos registros técnicos realizados por equipes de mergulhadores do Corpo de Bombeiros do estado do Tocantins durante intervenções de emergência.

Foram selecionadas experiências reais que envolveram desde incidentes leves até casos de maior gravidade, permitindo uma visão ampla dos desafios enfrentados em diferentes contextos. A escolha dessas situações levou em consideração aspectos como o tipo de ambiente, a existência ou não de supervisão qualificada e as ações adotadas diante dos eventos. Para organizar a análise, os casos foram agrupados em três categorias principais: os fatores que contribuíram para o risco, as medidas preventivas aplicadas (ou ausentes) e os aprendizados possíveis para o aprimoramento das práticas pedagógicas e da segurança nas atividades aquáticas.

Esses relatos de experiências permitiram confirmar os treinamentos obtidos pelos professores de Mergulho e também a comprovação da existência de manuais do corpo de bombeiros, voltadas à prevenção de acidentes aquáticos e à segurança dos banhistas em áreas balneárias. Ao refletir sobre essas experiências concretas, evidenciou-se não apenas a importância de métodos educativos baseados na prevenção, mas também a necessidade de uma atuação mais efetiva do Estado na formação de profissionais capacitados e na garantia de estruturas adequadas e seguras para a prática aquática, conforme é regulamentado na Norma Técnica nº34, áreas balneares, do Corpo de Bombeiros do Estado do Tocantins, que estabelece diretrizes sobre segurança e prevenção de afogamentos e acidentes aquáticos nos balneários e assemelhados do Estado do Tocantins; e dispõe sobre o emprego de Guarda-Vidas Civis bem como a sinalização em balneários e assemelhados de uso público no âmbito do Estado do Tocantins.

Para a sociedade, as ações importantes na questão de afogamento são as técnicas de salvamento e de primeiros socorros, entretanto a maneira mais eficaz no combate a uma tragédia, conforme Szpilman, Silveira e Ferreira (2019) apud Ramos (2022) é a prevenção.

Afogamento e Acidentes de Mergulho

Compreender o fenômeno do afogamento e dos acidentes relacionados ao mergulho exige, antes de tudo, clareza conceitual. Afogamento é uma forma de asfixia ou anóxia, ou seja, privação de oxigênio ao sangue, que é caracterizado pela obstrução das vias respiratórias por um meio líquido, segundo Lima (1986). A depender da gravidade e do tempo de resposta em casos de afogamento, o episódio pode resultar em sobrevivência com ou sem sequelas, ou ainda em óbito, Hospital Einstein (2023). Já os acidentes de mergulho compreendem uma gama de ocorrências, desde traumas físicos provocados por impacto até lesões mais graves, como fraturas cervicais e barotraumas, Hospital Unimed (2012).

A vítima de afogamento é classificada quanto a sua gravidade, considerando para isso, o nível da insuficiência respiratória decorrente da exposição da vítima na água e a reação do organismo ao tempo e quantidade de água aspirada. São seis graus de afogamento¹ e cada um tem o seu respectivo tratamento adotado, conforme Manual do Corpo de Bombeiros Militar de Goiás (2017).

Diversos fatores de risco influenciam diretamente a probabilidade de ocorrência de afogamentos e acidentes de mergulho. Entre os mais comuns estão o desconhecimento técnico, a ausência de supervisão adequada, as condições ambientais desfavoráveis (como águas turvas, correntezas e fundões inesperados) e o excesso de confiança por parte dos praticantes. Fatores comportamentais, como o uso de álcool ou a prática de brincadeiras de risco, também são frequentemente associados a esses incidentes. Do ponto de vista estrutural, a ausência de sinalização clara e a falta de protocolos de segurança contribuem significativamente para o agravamento das ocorrências. A análise de riscos deve, portanto, considerar não apenas o indivíduo, mas todo o ecossistema onde a atividade aquática acontece.

Uma ocorrência atendida pelo Corpo de Bombeiros Militar do Tocantins em Gurupi-TO no dia 25/11/2023 registra um caso de afogamento em que vitimou um jovem de 16 anos. Segundo G1 Tocantins (2023), o jovem, numa tentativa de travessia de represa a nado, começou a se afogar e não conseguiu chegar a outra margem do rio. De acordo com a notícia, testemunhas não conseguiram resgatá-lo antes que submergisse nas águas. A equipe de mergulhadores do CBMTO localizou a vítima já sem vida após horas em busca por mergulho.

Ao colocar lado a lado os diferentes relatos de experiências coletados durante o curso de formação de praças, foi possível perceber padrões recorrentes. Em vários casos, o fator humano -- seja pela imprudência, imperícia ou negligência -- desempenhou papel central na dinâmica do acidente. Por outro lado, há relatos que destacam intervenções eficazes, nas quais o conhecimento técnico e a atuação rápida de profissionais capacitados foram determinantes para evitar desfechos trágicos.

Estudar acidentes em ambientes aquáticos envolve desafios metodológicos particulares, sobretudo pela natureza imprevisível e, muitas vezes, traumática dos eventos. A abordagem baseada em relatos de experiência se mostra útil não apenas por seu caráter descritivo, mas por proporcionar uma leitura sensível e contextualizada das situações vividas.

Aprendizados para a Prática Aquática

Durante o curso de formação, na disciplina de Salvamento Aquático foram apresentados pelos instrutores informações importantes sobre como o afogamento é um perigo que pode ser evitado, neste sentido, a segurança na água é uma responsabilidade de todos. As orientações deixaram evidente que seguir algumas medidas de precaução pode ser a diferença entre um dia divertido e uma tragédia. Uma das regras mais importantes, de acordo com os instrutores, é nunca nadar sozinho ou em locais sem vigilância. Ter alguém por perto para ajudar em caso de emergência é crucial. Em locais de banho, a orientação é: procure a presença de guarda-vidas. Eles são profissionais treinados para monitorar a segurança e agir rapidamente se algo der errado. Assim caso o banhista não tenha segurança na sua habilidade de nado, um colete salva-vidas é uma ferramenta essencial. Ele oferece flutuação e pode salvar sua vida. Por outro lado, deve evitar as “boias de braço” em locais de risco, como rios, lagos, mar e piscinas profundas. Elas podem dar uma

falsa sensação de segurança e não são confiáveis para prevenir acidentes.

De acordo com Aquatop (2024) o consumo de álcool e a natação não combinam. A recomendação é não consumir bebida alcoólica antes de entrar na água, pois isso pode prejudicar o julgamento e habilidades motoras. Outra medida de segurança importante é sempre verificar a profundidade da água e conhecer as características do local de banho antes de entrar. Saltos e mergulhos em águas desconhecidas podem levar a lesões graves, neste sentido, a supervisão de crianças é um aspecto importante a ser considerado. A recomendação é nunca deixar crianças sozinhas em banhos, mesmo que por um segundo. Acidentes com afogamento em crianças acontecem de forma rápida e silenciosa. O olhar atento de um adulto é a forma mais eficaz de prevenção. Seguir essas medidas de segurança simples pode garantir que o tempo em ambientes aquáticos seja divertido e, acima de tudo, seguro para você e sua família.

Com base nessas orientações e práticas preventivas discutidas, é possível sintetizar os principais fatores de risco e as medidas de segurança recomendadas para ambientes aquáticos, conforme o quadro a seguir:

Quadro 1. Principais fatores de risco e medidas preventivas em ambientes aquáticos

Fatores de Risco	Medidas Preventivas
Falta de preparo técnico do banhista	Incentivar o aprendizado da natação e técnicas básicas de sobrevivência na água
Ausência de supervisão por profissional (guarda-vidas)	Manter a presença de guarda-vidas em locais de banho público
Consumo de álcool ou drogas antes do banho	Evitar consumo de bebidas alcoólicas e entorpecentes antes de entrar na água
Mergulhos em locais desconhecidos	Verificar a profundidade e possíveis obstáculos antes de mergulhar
Brincadeiras de risco e comportamento imprudente	Adotar condutas seguras e respeitar normas locais
Falta de sinalização adequada	Garantir sinalização visível indicando áreas seguras e perigosas
Crianças desacompanhadas	Manter vigilância constante de adultos responsáveis
Condições ambientais adversas (correntezas, fundões, águas turvas)	Avaliar o ambiente antes do banho e respeitar orientações dos guarda-vidas
Ausência de equipamentos de segurança	Utilizar coletes salva-vidas em rios, lagos e embarcações

Fonte: Elaboração própria com base neste estudo.

A análise dos fatores de risco e das medidas preventivas destacadas reforça a importância de uma formação técnica que une teoria e prática, preparando os futuros profissionais para atuarem de forma preventiva e responsável em contextos de risco. Essa compreensão integra-se à vivência prática dos treinamentos de salvamento, onde o conhecimento adquirido em sala de aula se concretiza em ações efetivas de proteção à vida. Nesse sentido, a experiência de campo torna-se um espaço privilegiado para consolidar os aprendizados teóricos e fortalecer o compromisso ético com a segurança aquática, conforme será apresentado no próximo tópico.

Prática de salvamento aquático

A formação de um bombeiro militar em salvamento aquático é uma função que exige muito mais do que apenas teoria. Para que o conhecimento seja verdadeiramente útil e aplicável, a prática é essencial para solidificar a aprendizagem. Foi exatamente essa experiência que tivemos durante o nosso curso de formação, atuando diretamente como salva-vidas em um ambiente de praia. A

experiência em campo nos colocou diante de desafios reais, simulando o que viríamos a encontrar em nossa atuação profissional. Não se tratava apenas de entender a técnica, mas de aplicá-la sob pressão. Tivemos a chance de realizar salvamentos aquáticos de verdade, mas também focamos intensamente na prevenção de afogamentos. Essas duas abordagens foram essenciais ao trabalho do salva-vidas: agir rápido em uma emergência e o mais importante é evitar que ela aconteça. Essa vivência prática nos permitiu desenvolver o raciocínio crítico em ambientes de alto risco. Precisamos tomar decisões rápidas, avaliando a situação, o risco para a vítima e para nós mesmos. Foi uma aprendizagem profunda e significativa, que não se limitou a decorar protocolos, mas sim a resolver problemas reais com segurança e eficiência.

A rotina de serviço na praia envolveu a fiscalização da área de banho antes da chegada dos banhistas. O objetivo era garantir a segurança, verificando a presença de objetos cortantes ou arraias que pudessem causar acidentes. Além disso, buscávamos identificar os pontos mais profundos para redobrar a atenção na prevenção de afogamentos. Durante o dia, permanecíamos na área de banho, observando atentamente os banhistas. Nossa foco era identificar comportamentos incomuns que pudessem indicar um possível afogamento, já que muitas vezes ele acontece de forma silenciosa e discreta. O trabalho foi bastante exaustivo. Passávamos o dia inteiro em pé e em alerta constante, prontos para agir caso fosse necessário.

Do ponto de vista pedagógico, essa experiência reforça a importância das metodologias ativas. Simulações, estudos de caso e treinamentos integrados. Eles foram essenciais para preparar os futuros profissionais a lidar com a complexidade das atividades aquáticas. É por meio deles que se aprende a prever riscos, a manter a calma em situações de crise e a agir com responsabilidade ética. O foco na prevenção, no cuidado com o outro e na responsabilidade ética se tornou palpável. A prática nos mostrou que a nossa missão é proteger vidas e que cada decisão tem um impacto real. Essa experiência nos preparou, não só com habilidades técnicas, mas possibilitou a maturidade necessária para atuar como profissional competente e comprometido.

Considerações finais

O presente relato de experiência teve como objetivo refletir sobre fatores de risco, medidas preventivas e procedimentos de segurança em ambientes aquáticos, a partir de vivências no curso de formação em salvamento aquático e mergulho. Nesse sentido, foi possível identificar que a ausência de supervisão qualificada, o despreparo técnico de banhistas e falhas na sinalização de risco configuram os principais elementos que potencializam a ocorrência de acidentes e afogamentos.

Os resultados evidenciaram que, embora a atuação técnica em situações emergenciais seja indispensável, a prevenção se destaca como estratégia central. A prática em campo, sobretudo nas atividades como salva-vidas, possibilitou o desenvolvimento de competências críticas, como tomada de decisão sob pressão, atenção contínua e senso de responsabilidade coletiva. Essas experiências reforçam o valor de metodologias ativas no processo formativo, aproximando teoria e prática em contextos reais de risco.

As contribuições desta experiência se desdobram em dois planos. No âmbito da formação, fortalece-se a preparação de profissionais capazes de atuar de forma ética, técnica e preventiva em ambientes aquáticos. Já para a sociedade, o estudo reforça a importância da educação em segurança aquática, da sinalização adequada e da implementação de políticas públicas voltadas à prevenção de afogamentos e acidentes de mergulho. Assim, comprehende-se que a segurança aquática não é responsabilidade exclusiva dos profissionais de resgate, mas uma construção coletiva, que, ao priorizar a prevenção e a conscientização, amplia as possibilidades de garantir que o lazer em ambientes aquáticos esteja associado à proteção da vida.

Referências

RAMOS, Rafael. **Prevenção de afogamentos, técnicas de sobrevivência e salvamento aquático na atuação de professores de natação.** 2022.

SZPILMAN, David; WEBBER, Joost; QUAN, Linda; et al. **Creating a drowning chain of survival.** Resuscitation, v. 85, n. 9, p. 1149-1152, 2014.

HOSPITAL ISRAELITA ALBERT EINSTEIN. **Chegada do verão:** como prevenir o risco de afogamentos. Vida Saudável, 2023. Disponível em: <<https://vidasaudavel.einstein.br/c chegada-do-verao-como-prevenir-o-risco-de-afogamentos/>>. Acesso em: 28 jun. 2025.

HOSPITAL UNIMED DE JOÃO PESSOA. **Simples mergulho pode trazer grandes consequências à coluna vertebral.** Unimed JP, 2012. Disponível em: <<https://www.unimedjp.com.br/noticia/simples-mergulho-pode-trazer-grandes-consequencias-a-coluna-vertebral/7114>>. Acesso em: 28 jun. 2025.

CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DO ESTADO DE GOIÁS. **Manual operacional de bombeiros: guarda-vidas.** Goiânia, 2017. 191 p.

G1 TOCANTINS. Adolescente morre afogado ao tentar atravessar represa a nado em Gurupi. **G1**, 26 nov. 2023. Disponível em: <<https://g1.globo.com/to/tocantins/noticia/2023/11/26/adolescente-morre-afogado-ao-tentar-atravessar-represa-a-nado-em-gurupi.ghtml>>. Acesso em: 28 jun. 2025.

AQUATOP. Novembro: mês da segurança aquática. **Aquatop**, 2024. Disponível em: <<http://www.aquatop.com.br/novembro-mes-da-seguranca-aquatica/>>. Acesso em: 28 jun. 2025.

Recebido em 14 de outubro de 2025.
Aceito em 15 de dezembro de 2025.