

PERCEPÇÃO DOS GUARDA-VIDAS SOBRE A IMPORTÂNCIA DA CAPACIDADE TÉCNICA E CONDICIONAMENTO FÍSICO PARA O SERVIÇO DE SALVAMENTO AQUÁTICO

*Iranildo Pereira da Silva Filho¹
Danton Victor de Lima Carneiro²
Rosângela Guimarães de Oliveira³*

RESUMO

O Salvamento Aquático é um serviço que exige excelente condicionamento físico, preparo técnico e equilíbrio emocional dos bombeiros, especialmente os Guarda-Vidas (GV). O estudo teve como objetivo apresentar a percepção dos guarda-vidas do Grupamento de Busca e Salvamento Aquático (GBSA) do Corpo de Bombeiros Militar do Rio Grande do Norte (CBMRN) quanto à capacitação técnica e ao condicionamento físico para o serviço de Salvamento Aquático. A pesquisa foi do tipo investigativa, descritiva e analítica, com abordagem quantitativa. Foi aplicado um roteiro de entrevista estruturado com os militares do GBSA para saber da importância do treinamento técnico e físico constante, da indispensabilidade das avaliações diagnósticas dos GV e sobre a existência de casos de GV que passaram por dificuldade em ocorrências durante a realização do Salvamento Aquático, em decorrência da condição técnica, física ou de ambas. Constatou-se que a maioria dos guarda-vidas recebe entre um a dois treinamentos técnicos por ano, participa de um a três treinamentos físicos semanais, considera os treinamentos técnicos insuficientes, que os treinamentos físicos são suficientes e considera ambos como muito importantes. Ressalta-se que 31 militares relataram ter sofrido lesões em ocorrências de Salvamento Aquático, e a maioria enfrentou dificuldades em tais ocorrências, especialmente aqueles com 10 a 14 anos e 15 a 24 anos de serviço. Conclui-se que os guarda-vidas do CBMRN reconhecem a importância do condicionamento físico e da capacitação técnica para o desempenho eficiente da função de guarda-vidas.

Palavras-chave: Bombeiros; Salvamento Aquático; Segurança.

¹ Aspirante do Corpo de Bombeiros Militar do Rio Grande do Norte (CBMRN), formado em Engenharia de Segurança Contra Incêndio e Pânico, do Curso de Formação de Oficiais do Corpo de Bombeiros Militar da Paraíba (CFOBM), na Academia de Bombeiro Militar Aristarcho Pessoa (ABMAP). E-mail: iranildofilho2021@gmail.com

² Capitão do Corpo de Bombeiros Militar da Paraíba (CBMPB). Professor do Curso de Formação de Oficiais do CBMPB e Orientador deste Artigo. E-mail: dantonvictor@gmail.com

³ Graduada em Fisioterapia pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Doutora e Mestre em Educação pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Professora do componente Curricular de Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) do Curso de Formação de Oficiais do Corpo de Bombeiros Militar da Paraíba. E-mail: fisioro9@gmail.com

ABSTRACT

Aquatic Rescue is a service that demands excellent physical fitness, technical preparedness, and emotional balance from firefighters, especially lifeguards. The study aimed to present the perception of lifeguards from the Aquatic Search and Rescue Group (GBSA) of the Military Fire Department of Rio Grande do Norte (CBMRN) regarding technical training and physical conditioning for Aquatic Rescue service. The research followed an investigative, descriptive, and analytical approach with a quantitative perspective. A structured interview guide was applied on the GBSA military personnel to inquire about the significance of consistent technical and physical training, the indispensability of diagnostic evaluations for lifeguards, and the occurrence of lifeguards facing difficulties during Aquatic Rescue incidents due to technical, physical, or combined conditions. It was found that the majority of lifeguards receive one to two technical training sessions annually, engage in one to three weekly physical training sessions, consider technical training to be insufficient, find physical training sufficient, and regard both aspects as highly important. Notably, 31 personnel reported sustaining injuries during Aquatic Rescue incidents, and most encountered difficulties during these incidents, particularly those with 10 to 14 years and 15 to 24 years of service. In conclusion, CBMRN lifeguards recognize the significance of physical conditioning and technical training for the efficient performance of their lifeguarding duties.

Key-words: Firefighters; Aquatic Rescue; Safety.

INTRODUÇÃO

O Rio Grande do Norte é um Estado brasileiro que compõe a região Nordeste. Sua capital é o município de Natal, com aproximadamente 400 km de litoral e com abundância hidrográfica o qual oferece condições que encorajam o uso das praias, lagoas e rios para exercícios físicos e lazer para os habitantes e para os turistas (Alves, 2020).

O uso da diversidade hidrográfica como local para diversão e exercícios, traz a possibilidade de uma variedade de ocorrências, como o afogamento que é considerado como “Trauma” e contribui com uma parcela significativa na mortalidade atualmente. Segundo Szpilman (2019) 90% dos afogamentos ocorrem em águas naturais, sejam elas praias, rios, lagos, represas, ou em desastres naturais tais como enchentes e inundações. Nesse escopo surge a necessidade da presença de Guarda-Vidas (GV), proporcionando segurança à população enquanto aproveitam as belezas naturais.

Em Natal-RN e na região metropolitana, o Grupamento de Salvamento Aquático (GBSA) é a unidade especializada do Corpo de Bombeiros Militar do Rio Grande do Norte (CBMRN)

responsável pelas atividades de Salvamento Aquático que utiliza militares lotados no GBSA e militares pertencentes a outras unidades não especializadas no serviço de GV.

O Salvamento Aquático é um serviço oferecido pelos Corpos de Bombeiros Militares, caracterizado por riscos significativos para quem a desempenha, exige excelente condicionamento físico, aprimorado preparo técnico e um bom equilíbrio emocional do bombeiro e mais especificamente do GV (Prado, 2011).

O objetivo do estudo foi analisar a percepção dos Guarda-vidas (GV) do Grupamento de busca e Salvamento Aquático (GBSA) do Corpo de Bombeiros Militar do Rio Grande do Norte (CBMRN) quanto à capacitação técnica e o condicionamento físico para o serviço de Salvamento Aquático.

Diante desta realidade foram levantadas e respondidas as seguintes questões: Qual a percepção dos GV do GBSA quanto à importância do desenvolvimento de um processo de capacitação técnica e do condicionamento físico, voltados ao Salvamento Aquático? Qual a periodicidade para a realização de uma avaliação dos dois indicadores referidos na questão anterior dos GV pertencentes ao GBSA?

Os pontos motivadores para a proposição do estudo foram a extensão litorânea do Estado do Rio Grande do Norte relacionado com a dificuldade e os riscos do serviço de Guarda-Vidas, justificando assim o desenvolvimento desta pesquisa.

A FUNÇÃO DE GUARDA-VIDAS E SUAS ESPECIFICIDADES

No Brasil o primeiro serviço de bombeiros foi o do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Rio Janeiro, criado ainda no Brasil Império, em 1856 pelo Imperador Dom Pedro II, favorecido por ser a capital do país na época, inicialmente exclusivamente para o combate a incêndios. Com o crescimento populacional e o desenvolvimento urbanístico das cidades, tornou-se necessário o crescimento dos serviços prestados pelos Corpos de Bombeiros (Casarim, 2017).

A Constituição brasileira de 1988 reza, em seu Art. 144, parágrafos 5º e 6º

[...] aos corpos de bombeiros militares, além das atribuições definidas em lei, incumbe a execução de atividades de defesa civil. As polícias militares e corpos de bombeiros militares, forças auxiliares e reserva do Exército, subordinam-se, juntamente com as polícias civis, aos Governadores dos Estados, do Distrito Federal e dos Territórios.

Dentre os serviços prestados pelo Corpo de Bombeiros Militar aos cidadãos está o Salvamento aquático. Iniciado com os chineses em 1708, os quais fundaram a primeira Associação de Salvamento Aquático, denominada Chinkiang Association for the Saving of Life, a qual foi a primeira organização vinculada ao Salvamento Aquático que se tem conhecimento, a mesma utilizava torres e matérias que pudessem ajudar no serviço de segurança aquática (SOBRASA, 2016).

Em 1800 nos EUA o banho de mar ou natação em praias se desenvolveu como uma opção de recreação para os americanos. Nas cidades americanas de Atlantic City e Cape May, em Nova Jersey, foram construídos espaços de recreação nas praias, e o problema do afogamento surgiu. Essas cidades implementaram alguns métodos de salvamento a esses afogamentos, como o uso de cordas fixas onde os banhistas poderiam se agarrar. Estas estratégias não obtiveram o resultado esperado, assim a polícia começou a executar o serviço de Salvamento Aquático nessas cidades, mas devido aos recursos limitados e a necessidade de uma preparação específica para a função, não se adaptaram à função. Então em 1892 foram empregadas pessoas que teriam a responsabilidade da segurança aquática, quem mais tarde seriam denominados Guarda-Vidas. Inicialmente utilizando como forma de salvamento anéis de salvamento, que consistia em uma boia em formato de anel com uma corda amarrada onde o Guarda-Vidas lançava em direção à vítima e a traria ao seu encontro (SOBRASA, 2016).

Seguindo orientação da Sobrasa, Sociedade Brasileira de Salvamento Aquático, os Corpos de Bombeiros atualizaram a partir de 2016 a nomenclatura de Salva Vidas para Guarda-Vidas devido à visão de que o serviço de Segurança Aquática inclui a prevenção, a orientação e o resgate de uma vítima que esteja em situação de afogamento enquanto Salva Vidas remete-se somente ao resgate da vítima naquele momento.

Segundo o Manual Salvamento no Mar do Corpo de Bombeiros Militar do estado do Rio de Janeiro (CBMERJ) de 2019, as técnicas de salvamento atualmente se baseiam no uso de um nadador (GV) para salvar a vítima, em um resgate tipo homem-a-homem, e frequentemente sem equipamento. Os equipamentos de salvamento utilizados usualmente pelos GV são a nadadeira e o tubo de resgate.

As nadadeiras, conforme a figura 01, são utilizadas para oferecer uma maior frequência de pernadas e uma melhora na facilidade no deslocamento das águas pelos Guarda-Vidas. Elas diminuem o tempo de chegada até a vítima e o tempo do seu reboque até a areia da praia.

Figura 1: Nadadeira



Fonte: CBMERJ (2019, p. 99).

O tubo de resgate (figura 2), vem da palavra em inglês “rescue tube” é uma boia de espuma de flutuação, com o formato de bisnaga ao qual o guarda-vidas envolve a vítima e “clipá-la” (o ato de clipar significa enganchar a garra ao anel metálico) ao redor do seu tronco, garantindo assim a sua flutuabilidade. O tubo de resgate serve para auxiliar na flutuação e no resgate e reboque do afogado.

Figura 2: Tubo de resgate



Fonte: CBMERJ (2019, p. 101).

Ao decorrer dos anos o uso de motos aquáticas, barcos de salvamento e pranchões foram sendo adaptados para o uso dos guarda-vidas, mas o método predominante de salvamento no Brasil é o nadar até a vítima em perigo, corpo a corpo (CBMERJ, 2019).

Em um salvamento, o guarda-vidas deve resgatar a vítima de forma rápida e eficaz, mas em boa parte das vezes isso é uma tarefa difícil, pois o GV estará sujeito as força das ondas e o deslocamento destas dependendo diretamente do seu condicionamento físico, utilização de equipamentos e aplicação de técnicas corretamente. O GV deve estar frequentemente preparado física e tecnicamente, visando reduzir os riscos a que estão sujeitos no dia a dia da atividade, provendo segurança a si e a população atendida por esse profissional (CBMES, 2019).

ATIVIDADES DO GRUPAMENTO DE BUSCA E SALVAMENTO AQUÁTICO DO CBMRN

O Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Rio Grande do Norte foi criado em 29 de novembro de 1917, através da Lei Nº 424, de 29 de novembro de 1917, sancionada pelo governador Joaquim Ferreira Chaves como uma seção anexa ao esquadrão de cavalaria da Polícia Militar, contando inicialmente com apenas 24 integrantes e o mínimo de equipamentos para atuar inicialmente apenas na extinção de pequenos incêndios (CBMRN, 2015).

Atualmente, o Corpo de Bombeiros Militar do Rio Grande do Norte é uma instituição com independência administrativa e Orçamentária. A Lei complementar nº 230, em 22 de março de 2002, emancipou o Corpo de Bombeiros da Polícia Militar, denominando-se Corpo de Bombeiros Militar do Rio Grande do Norte e integra o Sistema de Segurança Pública do Estado, como uma instituição independente.

Desde o seu início o CBMRN permanece empenhado em fornecer os meios adequados para o cumprimento da missão de bombeiro militar, com a constância do risco à própria vida pelo militar. A instituição tem a missão voltada à proteção da vida e do patrimônio público e privado, utilizando a prevenção e combate a incêndios, executando a busca, o salvamento e o resgate, atuando na terra, nas águas e nas alturas (CBMRN, 2015).

O Decreto Nº 31.139 de 2021 é o regulamento geral do CBMRN que tem entre outros objetivos a estabelecer as funções e a estrutura organizacional da instituição, em seu Art. 5, relata que o corpo de bombeiros militar é estruturado em órgãos de direção superior, assessoramento e de execução.

Os órgãos de execução realizam as atividades fins e de apoio da Corporação, dentro do Comando operacional Bombeiro militar (COBM). O Decreto N° 31.139 de 2021 relata, em seu Art. 32

O Comando Operacional Bombeiro Militar (COBM) é o órgão responsável pelo planejamento, orientação normativa, coordenação, fiscalização, controle e execução das atividades operacionais no campo de atuação da Corporação.

Dentro da organização do COBM está relacionado o Grupamento de busca e Salvamento Aquático que atua no serviço de prevenção de afogamentos nas praias, lagos e rios, realizando o resgate e recuperação de afogados e zela pela segurança das mais importantes praias e mananciais aquíferos do litoral do Rio grande do Norte.

O Decreto N° 31.139 de 2021 relata, em seu Art. 33, parágrafo 11°

O Grupamento de Busca e Salvamento Aquático (GBSA) é a unidade operacional do Corpo de Bombeiros Militar, responsável pela operacionalização das diretrizes e procedimentos referentes aos serviços e técnicas de Salvamento Aquático e subaquático, procedimentos de primeiros socorros e noções básicas de marinharia, visando a busca e resgate de pessoas e bens, compreendendo as atividades de Salvamento Aquático, a prevenção contra afogamentos e a normalização e fiscalização de atividades esportivas e recreativas em áreas de risco em seu campo de atuação [...].

O Grupamento de Busca e Salvamento Aquático está localizado atualmente na Avenida Prudente de Moraes no bairro Barro Vermelho na capital do estado. O serviço de Salvamento Aquático realizado pelo GBSA é realizado diariamente por 11 a 15 guarda-vidas, comumente em três praias da região metropolitana de Natal (Praia do meio, Praia de Búzios, Praia da Redinha) (CBMRN, 2021).

Comumente nos finais de semana, feriados e em operações específicas realizadas pelo CBM, por exemplo a Operação Verão, ocorre o aumento do fluxo de banhistas nas praias e ambientes aquáticos no litoral potiguar, devido às belezas naturais conhecidas internacionalmente e a utilização destes como espaço de recreação e prática de exercícios pela população. O grupamento tentando acompanhar a demanda, disponibiliza Diárias Operacionais (DO), que tem como objetivo aumentar o efetivo diário e aumentar as praias atendidas (CBMRN, 2021).

A Operação Verão é uma operação realizada pelo Corpo de Bombeiros e demais forças de segurança do Estado do Rio Grande do Norte, compreendida entre novembro e o carnaval do ano subsequente (SESED-RN).

A Lei Complementar Nº 624 de 2018 relata, em seu Artigo 1º e 2º:

Art. 1º A diária operacional, vantagem específica de natureza compensatória, criada pela Lei Estadual nº 7.754, de 18 de novembro de 1999, alterada pela Lei Complementar Estadual nº 406, de 24 de dezembro de 1999, passa a reger-se por esta Lei Complementar.

Art. 2º A Diária operacional (DO) é destinada ao servidor público estadual ativo, civil ou militar, vinculado ao sistema estadual de segurança pública, que, voluntariamente, em período de folga, seja empregado em atividades de polícia judiciária, policiamento ostensivo, proteção civil, combate à incêndios, custódia de presos, perícia oficial de natureza criminal, identificação civil e criminal ou em serviços imprescindíveis à preservação da ordem pública e da incolumidade das pessoas e do patrimônio.

Com o uso das Diárias Operacionais, militares que não são pertencentes ao grupamento, ou seja, não estão diariamente executando o serviço de segurança aquática, podem executar o serviço em seu período de folga.

MATERIAIS E MÉTODOS

Este artigo consistiu em um estudo investigativo que utilizou uma abordagem quantitativa para comparar dados de uma mesma população. A pesquisa buscou criar hipóteses e estabelecer conjecturas e buscar possíveis soluções para os problemas encontrados, levando-se em conta a realidade da atividade de guarda-vidas no CBMRN.

O cenário de estudo foi o Grupamento de Busca e Salvamento Aquático, localizado na cidade do Natal, tendo na época como Comandante o Major Roberto Oliveira e Subcomandante o 2º Tenente Christian Bari. A população de interesse consistiu em 88 militares em condições de executarem o serviço de segurança aquática na região atendida diariamente pelo grupamento, além dos militares de outras seções do CBMRN que são especializados em atender a demanda durante os finais de semana, feriados e férias escolares.

Foi aplicado um questionário com 16 perguntas acerca da percepção dos GVs quanto à influência da capacidade técnica e física para os guarda-vidas do GBSA e militares de outras seções

que participavam com regularidade das escalas de serviço do GBSA, perfazendo um total de 60 militares. Foram incluídos na pesquisa os dados dos militares que participaram pelo menos de quatro serviços de guarda-vidas, em um período de três meses, para os Praças que não eram efetivos do GBSA e para todos os guarda-vidas do grupamento. Ficaram excluídos os demais, praças e oficiais do referido Batalhão que não desempenham tal função.

O instrumento de coleta de dados foi um questionário estruturado buscando saber a opinião dos GVs sobre a importância do treinamento técnico e físico constante, a indispensabilidade das avaliações diagnósticas dos GVs e também foi interrogada sobre a existência de casos de GVs que já haviam passado por dificuldades em ocorrências durante a realização do Salvamento Aquático, em decorrência da condição técnica, física ou de ambas. Além disso, dados relativos à quantidade de GVs que atuam no estado do Rio Grande do Norte foram coletados através de um banco de dados do CBMRN.

A organização dos dados foi feita através dos programas Power BI e Microsoft Excel, através dos quais, foram realizadas avaliações estatísticas, sendo os resultados apresentados no formato de gráficos e tabelas. Ainda foi realizado um estudo comparativo, analisando as significâncias de cada uma para o objeto estudado.

Inicialmente o projeto foi cadastrado na Plataforma Brasil e submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba – IFPB. Para coleta de dados foram utilizados os preceitos da resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), por buscar informações em banco de dados setorial. Após a aprovação do comitê foram iniciadas as coletas.

A resolução 466/12 incorpora, sob a ótica do indivíduo e das coletividades, os referenciais da bioética, autonomia, não maleficência, beneficência, justiça e equidade, dentre outros, e visa a assegurar os direitos e deveres que dizem respeito aos participantes da pesquisa, à comunidade científica e ao Estado. Esta reafirma os princípios da consideração e do reconhecimento da dignidade, da liberdade e da autonomia do ser humano participante da pesquisa (Brasil, 2012).

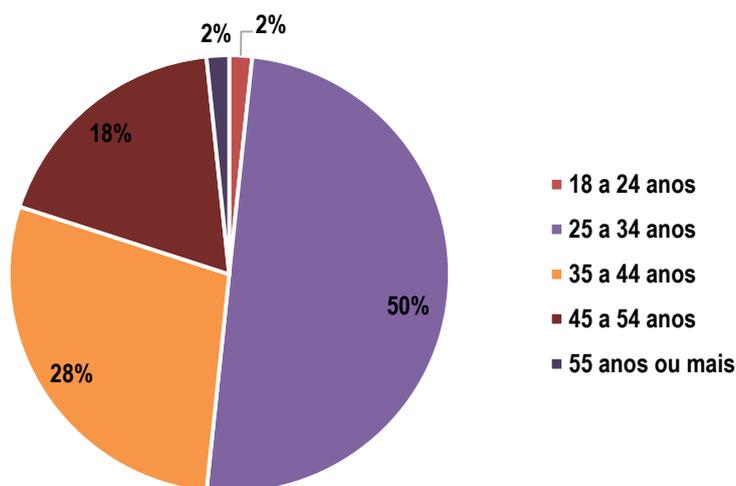
Toda pesquisa com seres humanos envolve risco em tipos e gradações variados de acordo com os itens IV e V da resolução acima citada. Quanto maiores e mais evidentes os riscos, maiores devem ser os cuidados para minimizá-los e a proteção oferecida pelo Sistema CEP/CONEP aos participantes. Devem ser analisadas possibilidades de danos imediatos ou posteriores, no plano

individual ou coletivo. Os riscos do estudo, por se tratar de aplicação de questionário com seres humanos, se configuraram na exposição dos dados de forma ilícita, além de constrangimento, o que não ocorreu, transcorrendo todo processo de acordo com os preceitos éticos, conforme os itens 4 e 5 da resolução 466/2012 MS (Brasil, 2012).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

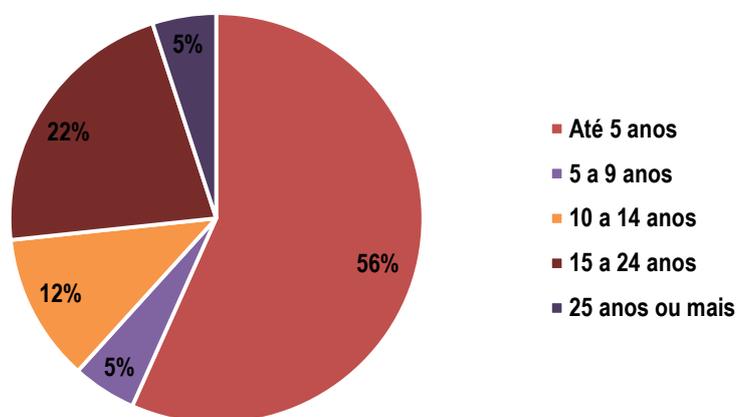
Os dados foram coletados através de um questionário estruturado, tendo um total de 60 militares como participantes da pesquisa. Dos 60, 49 estão lotados no Grupamento de Busca e Salvamento Aquático (GBSA) do CBMRN, sendo a maioria da faixa etária de 25 a 34 anos de idade e com um tempo de serviço de até 5 anos. Esses dados estão expostos nos gráficos 01 e 02.

Gráfico 01: Faixa etária dos participantes da pesquisa.



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

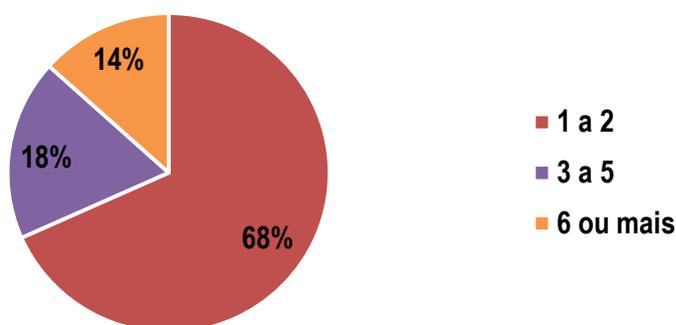
Gráfico 02: Tempo de serviço dos participantes da pesquisa.



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

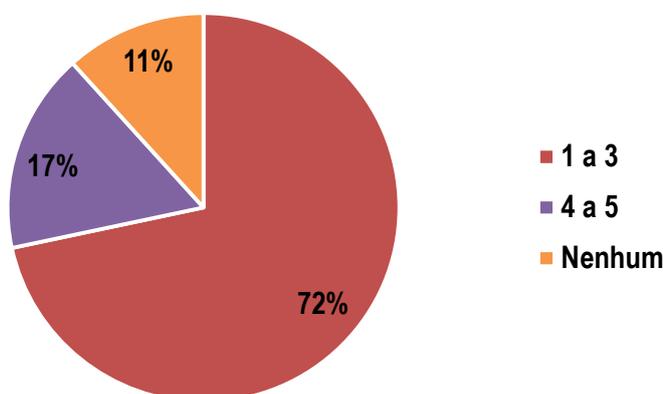
Quando questionados sobre quantos treinamentos técnicos sobre Salvamento Aquático foram ofertados por ano, a grande maioria respondeu entre um a dois treinamentos. Em relação à frequência de treinamento físico voltada para o serviço de GV, a maior parte respondeu que recebe um a três treinamentos semanais. Esses dados estão expostos nos gráficos 03 e 04. Todos os militares responderam que existe disponibilidade de estrutura e horário para treinamento físico.

Gráfico 03: Quantidade treinamento técnicos sobre Salvamento Aquático são ofertados por ano, segundo os militares da pesquisa.



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

Gráfico 04: Frequência dos treinamentos físicos semanais voltados para o serviço de GV.



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

O que vai convergir com dados do Manual do Corpo de Bombeiros de Goiás, como também com os escritos de Ferraz (2011) quando foi evidenciado que o condicionamento físico e o aprimoramento das técnicas são fundamentais através de treinamentos diários para garantir salvamentos de qualidade. A falta de preparo físico e treinamento pode colocar em risco tanto a vítima quanto a vida do próprio guarda-vidas durante um salvamento, visto que o objetivo do guarda-vidas é evitar que o socorro aconteça, atuando de forma preventiva e educativa para evitar afogamentos e preservar a vida das pessoas em ambientes aquáticos. Sendo assim, manter um estilo de vida saudável e estar fisicamente apto durante todo o ano é crucial, não apenas durante a temporada, visto que realizar salvamentos exige conhecimento, experiência e excelente condição física.

É necessário que os guarda-vidas passem por diversos treinamentos específicos, incluindo diferentes tipos de nados, salvamentos, apneia, resistência ao frio, condicionamento físico e tranquilidade psicológica, seja durante seu curso de formação ou de especialização. Dessa forma, é fundamental que o guarda-vidas esteja em boa forma física e faça exames periódicos para se manter sempre capacitado. Os exercícios realizados durante os cursos e de forma regular são essenciais para dominar as técnicas necessárias em situações reais de emergência. Portanto, se o guarda-vidas não estiver bem preparado, será difícil realizar um salvamento eficaz, o que corrobora

com o exposto no Manual do Corpo de Bombeiros de Goiás (CBMGO, 2017), bem como com o estudo de Nogueira *et al.* (2022).

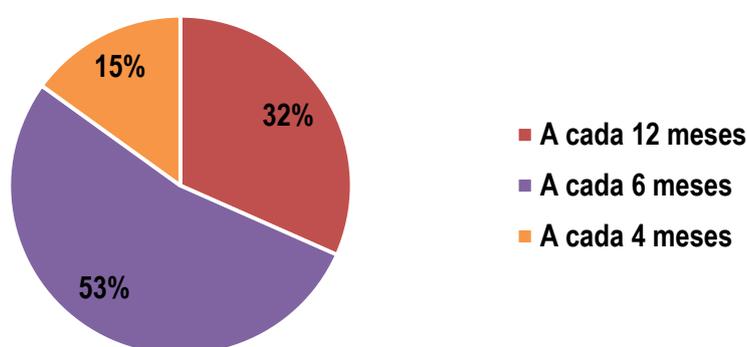
Em relação aos treinamentos oferecidos pela corporação, 40 dos 60 militares acham que os treinamentos técnicos são insuficientes e em relação à importância da influência da capacitação técnica para o desempenho dessa função, 50 militares responderam que é muito importante. Achados vão de encontro com os dados do Corpo de Bombeiros Militar do Espírito Santo, quando relata que para que um guarda-vidas possa desempenhar sua função com eficiência, é essencial que ele esteja familiarizado com as características e os riscos específicos das praias ou outras áreas aquáticas, como lagoas, rios e represas, onde atuará, através da capacitação técnica. Além disso, ele deve estar ciente das condições climáticas e das águas, possuir conhecimentos em atendimento emergencial a afogados, dominar as técnicas de desvencilhamento aquático e as técnicas de salvamento (CBMES, 2017). Isso demonstra que é essencial que haja mais treinamento técnico para os militares do CBMRN, já que a grande maioria demonstrou achar insuficiente.

Com o treinamento técnico, o guarda-vidas será capaz de identificar potenciais casos de afogamento antes ou durante sua ocorrência, permitindo uma ação preventiva e evitando que a situação se agrave, prestar atenção às pessoas ao redor, tanto na praia quanto na piscina, e antecipar possíveis situações de risco para evitar acidentes. Na praia, o local mais propenso a afogamentos é a corrente de retorno (conhecida como vala), responsável por mais de 85% dos casos. Essa corrente é formada quando as ondas quebram em direção à areia e, por gravidade, a água retorna ao oceano. No processo de retorno, a água busca o caminho mais fácil, aprofundando certas áreas e criando um canal que "puxa" as pessoas para alto mar. Tudo isso é aperfeiçoado através do treinamento técnico desses guarda-vidas (CBMES, 2017).

Em contrapartida, 49 dos 60 militares acham que os treinamentos físicos são suficientes, e quanto à importância do condicionamento físico para o desempenho da função de GV, 43 dos 60 militares responderam que é muito importante. O preparo físico diz respeito à capacidade do corpo de lidar com as tarefas diárias, bem como com desafios físicos imprevistos, minimizando a sensação de cansaço e desconforto. Na vida militar, especialmente para os guarda-vidas, esses desafios são frequentes, pois estão sujeitos a esforços físicos intensos. Dependendo do local e da gravidade do afogamento, estar preparado fisicamente faz toda a diferença para proporcionar um atendimento eficaz (CBMGO, 2017).

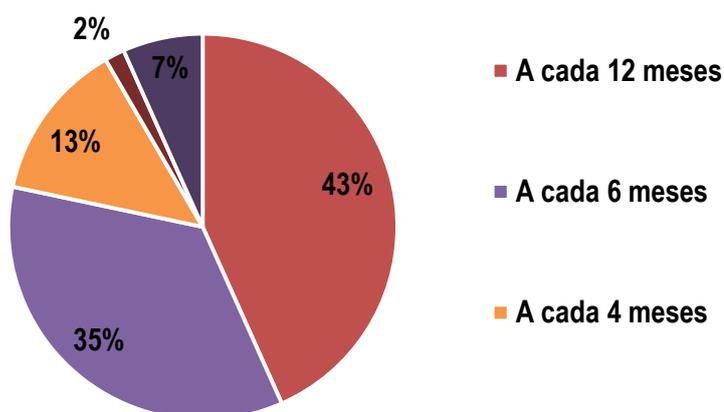
Além disso, no que diz respeito à frequência de avaliações periódicas do condicionamento físico e da capacidade técnica para desempenhar atividades de Salvamento Aquático, a maioria respondeu que devem ser feitas a cada 6 meses e 12 meses, respectivamente, mostrado no gráfico 05 e 06.

Gráfico 05: Necessidade de realização de avaliações periódicas para diagnosticar o condicionamento físico para o desempenho da atividade de Salvamento Aquático.



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

Gráfico 06: Necessidade de realização de avaliações periódicas para diagnosticar a capacitação técnica para o desempenho da atividade de Salvamento Aquático

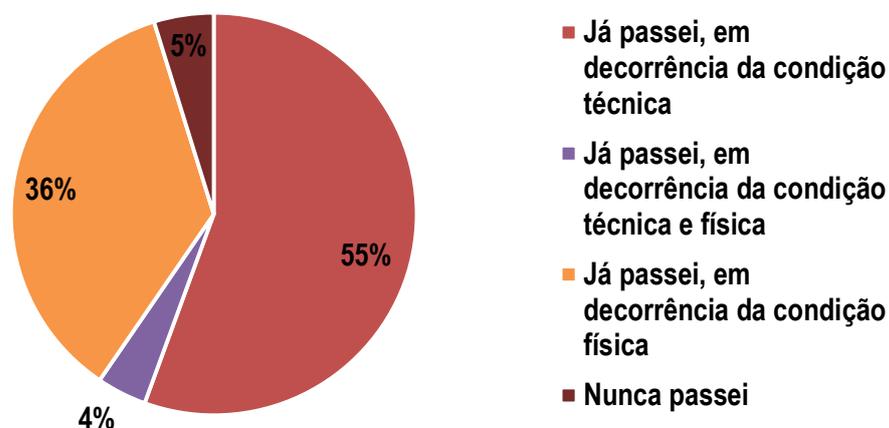


Fonte: Dados da pesquisa (2023).

A capacidade física traz uma série de benefícios ao organismo: melhora o desempenho e a resistência física, fortalece os músculos, ajuda a queimar gordura, promove um melhor funcionamento do coração, reduz a frequência cardíaca e a pressão arterial, aumenta a capacidade respiratória e, conseqüentemente, a oxigenação do corpo. Além disso, aprimora a coordenação e o equilíbrio e, não menos importante, diminui o estresse e a ansiedade, favorecendo o sistema imunológico e contribuindo para a proteção contra doenças, o que justifica as respostas dos sujeitos participantes, quando a maioria entende a necessidade das avaliações periódicas presentes nos dados do Corpo de Bombeiros de Goiás no estudo de Ferraz (CBMGO, 2017; Ferraz, 2011).

Quando perguntados sobre episódios de lesões nas ocorrências de Salvamento Aquático, 31 militares responderam que já se lesionaram. Ainda, a maioria respondeu que nunca passaram por nenhuma dificuldade durante essas ocorrências.

Gráfico 07: Episódios de dificuldade durante ocorrências de Salvamento Aquático.



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

A tabela 01 relaciona o tempo de serviço com episódios de lesões durante ocorrências de Salvamento Aquático. A maioria dos militares com tempo de serviço de 10 a 14 anos e 15 a 24 anos já se lesionaram em ocorrências de Salvamento Aquático.

Tabela 01: Relação do tempo de serviço com episódios de lesões em ocorrências no serviço de Guarda-Vidas.

		Na realização do serviço de guarda-vidas já se lesionou em alguma ocorrência?		Total
		NÃO	SIM	
Quanto tempo de serviço possui?	até 5 anos	20	14	34
	5 a 9 anos	1	2	3
	10 a 14 anos	2	5	7
	15 a 24 anos	4	9	13
	25 ou mais	2	1	3
Total		29	31	60

Fonte: Dados da Pesquisa (2023).

Já a tabela 02 relaciona o tempo de serviço com a ocorrência de algum tipo de dificuldade em ocorrências de Salvamento Aquático. A maioria dos militares com 10 a 14 anos e 15 a 24 anos de serviço já passaram por algum tipo de dificuldade, seja em decorrência da condição técnica, do condicionamento físico ou ambos.

Tabela 02: Relação do tempo de serviço com acontecimento de dificuldade em ocorrências de Salvamento Aquático.

		Na realização de Salvamento Aquático você já passou por alguma dificuldade em uma ocorrência?				Total
		Já passei (condição técnica)	Já passei (condição técnica e condicionamento físico)	Já passei, (condicionamento físico)	Nunca Passei	
Quanto tempo de serviço possui?	até 5 anos	5	0	3	26	34
	5 a 9 anos	1	0	0	2	3
	10 a 14 anos	2	1	3	1	7
	15 a 24 anos	6	0	2	5	13
	25 ou mais	0	0	1	2	3
Total		14	1	9	36	60

Fonte: Dados da Pesquisa (2023).

Em um trabalho que avaliou as condições de trabalho dos guarda-vidas em Florianópolis, constatou-se que a grande maioria já sofreu algum tipo de lesão no serviço, gerando um maior desgaste físico e mental, além de afetar a carga horária de serviços pois muitos ficam impossibilitados de trabalhar por causa das lesões (Valle, 2017). Corroborando com os achados da pesquisa aqui realizada, a maioria dos militares do CBMRN já sofreu algum tipo de lesão no serviço, especialmente aqueles com mais de 10 anos atuando como guarda-vidas. Isso indica a importância da prevenção de lesões, especialmente aquelas relacionadas à movimentação do corpo, como na natação e corrida, que podem levar a problemas devido ao uso excessivo do corpo, apresentando potenciais únicos e específicos para causar lesões. Os fatores biomecânicos envolvidos nos procedimentos de salvamento e resgate realizados pelos guarda-vidas estão relacionados à ocorrência de lesões musculoesqueléticas, pois dada a natureza das atividades desempenhadas por eles, é importante que esse quadro seja observado (Walsh, 2004).

Conforme a especificidade das modalidades presentes nas atividades de salvamento, as lesões podem afetar diferentes partes do corpo. Ainda, esses eventos lesivos devem ser considerados prejudiciais pois além de interromperem o desempenho das atividades profissionais, geralmente resultam em mudanças na vida pessoal e familiar, impactando negativamente o bem-estar da pessoa lesionada e de todas as pessoas ao seu redor (Rose *et al.*, 2006). Ainda, lesões ocupacionais não fatais representam um problema de saúde significativo para os bombeiros nos Estados Unidos, com quase 80.000 lesões em serviço relatadas no ano de 2009 (Poston *et al.*, 2011). Para o bombeiro guarda-vidas, o acidente de trabalho causa sofrimento físico e psicológico, e muitas vezes sua família também enfrenta desamparo socioeconômico em decorrência dessas circunstâncias.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados do trabalho ressaltam que o condicionamento físico e o aprimoramento das técnicas são fundamentais para garantir salvamentos de qualidade por parte dos guarda-vidas do CBMRN. A falta de preparo físico e treinamento pode colocar em risco tanto a vítima quanto o próprio guarda-vidas durante um salvamento. Manter um estilo de vida saudável e estar fisicamente

apto durante todo o ano é crucial, pois realizar salvamentos exige conhecimento, experiência e excelente condição física.

O estudo também destaca a necessidade de os guarda-vidas passarem por treinamentos de capacitação técnica, pois o número de treinamentos técnicos ofertados pela instituição foi considerado insuficiente. Esses treinamentos são essenciais para dominar as técnicas necessárias em situações reais de emergência.

Os resultados mostram que a maioria dos militares reconhece a importância do condicionamento físico e da capacitação técnica para o desempenho eficiente da função de guarda-vidas e que eles também concordam que existe a necessidade de ter avaliações periódicas do condicionamento físico e das capacidades técnicas.

Destaca-se a importância de investir no condicionamento físico, capacitação técnica e prevenção de lesões para garantir um serviço de Salvamento Aquático eficiente e seguro para os guarda-vidas e para a população em ambientes aquáticos.

REFERÊNCIAS

ESPÍRITO SANTO. Corpo de Bombeiros Militar do Estado do. **Coletânea de Manuais Técnicos de Bombeiros: Manual Técnico de Salvamento Aquático**. Espírito Santo, 2017.

Disponível em:

<https://cb.es.gov.br/Media/CBMES/PDF%27s/Manual%20T%C3%A9cnico%20de%20Salvamento%20Aqu%C3%A1tico%20-%20CBMES.pdf>. Acesso em: 10 jul. 2022.

FERRAZ, A.; **Salvamento Aquático: O Esporte**, 2011. Disponível em:

<http://www.sobrasa.org/biblioteca/biblioteca.htm> Acesso em: 01 ago. 2023.

GOIÁS. Corpo de Bombeiro Militar do Estado do. **Manual operacional de bombeiros: guarda-vidas**. Goiás, 2017. Disponível em: <https://www.bombeiros.go.gov.br/wp-content/uploads/2017/07/MANUAL-GUARDA-VIDAS-2017.pdf> Acesso em: 31 jul. 2023.

NOGUEIRA, R. M. *et al.* Risco cardiovascular e o papel da aptidão física para o bombeiro militar. **Revista do Sistema Único de Segurança Pública**, Brasília, Brasil, v. 1, n. 1, 2022. DOI: 10.56081/2763-9940/revsusp.v1n1.a7. Disponível em:

https://repositorio.uema.br/bitstream/123456789/2277/1/MONOGRAFIA%20LUANA%20dos%20Anjos%20PDF-A_1.pdf Acesso em: 12 set. 2023.

POSTON, W. S.; HADDOC, C. K.; JAHNKE, S. A.; JITNARIN, N. Obesity and injury-related absenteeism in a population-based firefighter cohort. **Obesity (Silver Spring)**, v. 19, n. 10, p.

2076-81. DOI: 10.1038/oby.2011.147. Disponível em:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5831189/> Acesso em: 12 set. 2023.

RIO DE JANEIRO. Corpo de Bombeiros Militar do Estado do. **Manual de Salvamento no Mar**, Rio de Janeiro, 2019. Disponível em: <https://pt.scribd.com/document/554774299/Manual-11-Salvamento-No-Mar-Final> Acesso em: 31 jul. 2023.

ROSE, G.; TADIELLO, F.F.; Lesões Esportivas: Um Estudo com Atletas de Basquetebol Brasileiro. **Revista Digital-Buenos Aires**, n. 94, 2006. Disponível em:
<https://www.efdeportes.com/efd94/lesoes.htm> Acesso em: 12 set. 2023.

RIO GRANDE DO NORTE. **Decreto Lei nº 31.139**, de 1 de dezembro de 2021. Aprova o Regulamento Geral do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Rio Grande do Norte e dá outras providências. Palácio de Despachos de Lagoa Nova, em Natal/RN, [2021]. Disponível em: http://diariooficial.rn.gov.br/dei/dorn3/docview.aspx?id_jor=00000001&data=20211203&id_doc=749493. Acesso em: 15 jul. 2022.

SZPILMAN, D. **Prevenção é a maior arma contra o afogamento**. [S.l.], [s.d.]. Disponível em: <http://www.szpilman.com/biblioteca/afogamento/prevencao.htm>. Acesso em: 15 jun. 2022.

SZPILMAN, D. **Afogamento – Boletim epidemiológico no Brasil**. Sociedade Brasileira de Salvamento Aquático SOBRASA - Ano 2018. Disponível em:
https://www.sobrasa.org/new_sobrasa/arquivos/baixar/AFOGAMENTOS_Boletim_Brasil_2018.pdf. Acesso em: 15 jun. 2022.

VALLE, Rafael Noronha Costa. **As condições de trabalho de guarda vidas civis da praia dos ingleses em Florianópolis**. 2017. Monografia (Licenciatura em Educação Física) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2017. Disponível em:
<https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/177933?show=full> Acesso em: 12 set. 2023.

WALSH, I.A.P.; CORRAL, S.; FRANCO, R.N.; CANETTI, E.E.F.; ALEM, M.E.R.; COURY, H.J.C.G. Capacidade para o Trabalho em Indivíduos com Lesões Músculo-Esqueléticas Crônicas. **Revista de Saúde Pública**, v. 38, n. 2, 2004. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/rsp/a/z8pww9qKTNXggvKbwDw5CDv/?lang=pt> Acesso em: 12 set. 2023.