

PREVINA AFOGAMENTOS

Dicas de Segurança do Corpo de Bombeiros Militar do Tocantins



ÁREA+SEGURA: Evite tomar banho em áreas desconhecidas, podem haver perigos escondidos. Escolha praias e balneários com sinalização e guarda-vidas.



ATENÇÃO 100% NAS CRIANÇAS: Jamais perca as crianças de vista e mantenha a distância máxima de um braço dos pequenos. Em poucos segundos de distração seu filho pode se afogar. Vista-os com colete salva-vidas. Boias transmitem falsa segurança. Ensine-os a nadar a partir dos 4 anos.



EMBARCAÇÕES: Sempre utilize colete salva-vidas. Embarcações têm potencial para múltiplos afogamentos. Não trafegue em embarcações lotadas.



SE BEBER, NÃO NADE: Pessoas alcoolizadas não devem adentrar na água para nadar. Elas ficam mais eufóricas, diminuem a capacidade de avaliar os riscos, têm redução no desempenho físico e cognitivo. Ficam mais propensas ao afogamento. Sempre que uma pessoa alcoolizada for para a água deve estar acompanhada. Assim como as pessoas com transtorno mental, epiléticas ou cardíacas.



SE COMER, NÃO NADE: Ao se alimentar, principalmente com alimentos de difícil digestão, não entre na água. Espere pelo menos 1 hora, pois você pode ter um mal súbito e se afogar.



COMPORTAMENTO DE RISCO: Não teste seus limites na água. Competições aquáticas só devem ser praticadas quando houver uma equipe de profissionais fazendo a segurança. Muitos perdem suas vidas ou ficam paralíticos se arriscando em travessias, saltos de elevações para a água e mergulhos.



ACAMPAMENTOS: Se for para acampamentos, retiros, locais sem sinalização ou guarda-vidas, antecipe-se ao acontecimento. Leve uma boia amarrada a uma corda para casos de resgate. Oriente o grupo por meio da distribuição e leitura deste panfleto.



EM CASO DE AFOGAMENTO: Se você estiver se afogando, mantenha a calma, tente flutuar se deslocando para margem e acene por socorro. Se observar alguém se afogando, não se lance na água para tentar salvar. Chame por socorro e forneça objetos flutuantes, como: boias, caixa térmica ou extensão, uma galhada para a vítima.



PERFIL DOS AFOGADOS

No Estado do Tocantins ocorrem, em média, 64 mortes por afogamento por ano. Das quais: 44% são vítimas alcoólicas; 23% em naufrágio de embarcações e sem colete salva-vidas; 80% são homens; 20% ao testar seus limites; 17% em pescarias; 35% são turistas; 22% em acampamentos; 18% são crianças.

APRENDA A NADAR. CONHEÇA OS RISCOS E RESPEITE SEUS LIMITES!



CORPO DE
BOMBEIROS
MILITAR DO TOCANTINS



GOVERNO DO
TOCANTINS
TRABALHANDO E CUIDANDO DE TODOS

EM CASO DE EMERGÊNCIA:

Ligue 193