

O acidente por mergulho pode ter uma consequência gravíssima.

Nove de cada dez pacientes É uma questão de

que chegam aos Hospitais VIDA

SARAH e que sofreram

acidentes por mergulho É um dever de

eram homens e se tornaram CIDADANIA

TETRAPLÉGICOS.

Mas é fácil prevenir esse acidente.
Proteja-se!

CAUIDADO COM OS MERGULHOS DE "PONTA"

Nesses mergulhos você afunda muito rapidamente. Braços estendidos não garantem que você não bata a cabeça.

**SALTOS DE PONTES, ÁRVORES,
BARRANCOS OU PEDRAS
AUMENTAM OS RISCOS DO
ACIDENTE**

Quanto maior for a altura de onde você salta, maior será a força do choque contra algum obstáculo embaixo da água.

**VERIFIQUE SEMPRE A PROFUNDIDADE
DO LOCAL DO MERGULHO**

NUNCA confie no local em que você vai mergulhar, mesmo que você já tenha frequentado o local muitas vezes. O nível da água muda sempre; o fundo do local também.



Associação
das Pioneiras
Sociais



Rede SARAH
de Hospitais
de Reabilitação

Centro de Pesquisas em Educação e Prevenção

cepes@bsb.sarah.br



O Acidente por Mergulho

Programa de Prevenção de Acidentes de Mergulho

Um churrasco à beira da piscina... um passeio a uma cachoeira... uma divertida pescaria... um dia de praia...

Que tal um mergulho?

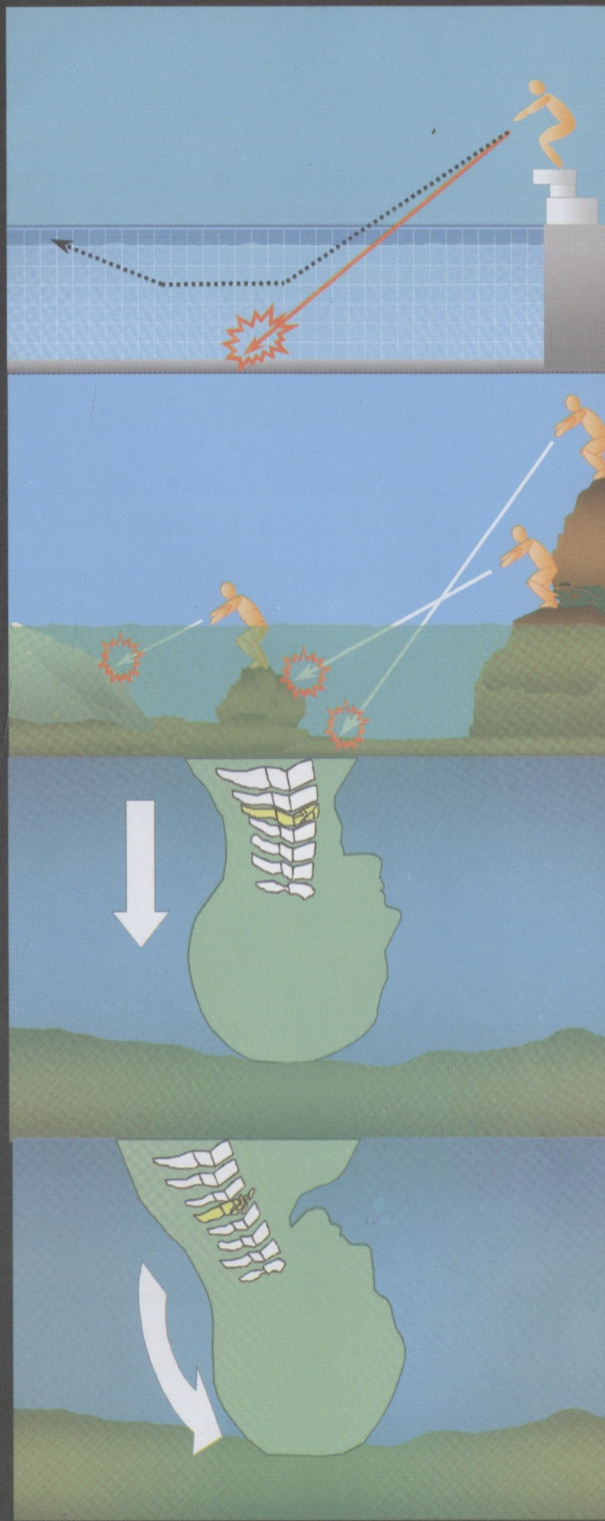
Mais de 8.000 km de belas praias e abundantes rios e cachoeiras são diversão garantida para todos os brasileiros.

O lazer e a descontração escondem, porém, um grave risco que poucos conhecem.

Esse risco está relacionado ao modo como as pessoas entram na água. E é um risco que atinge principalmente os **homens**.

Desde pequenos, os homens são habituados a entrar na água (seja em piscinas, rios ou cachoeiras) mergulhando. Isso é coisa que se aprende rápido.

O problema está em se ter certeza de qual é a **profundidade** do local em que se vai mergulhar.



1 Ao mergulhar em uma piscina, qualquer pessoa tem por objetivo entrar na água e emergir adiante, fazendo a trajetória como a que está demonstrada no desenho ao lado, em linha tracejada escura. Não há realmente dificuldade em se realizar esse mergulho. Mas há uma condição para que o mergulho dê certo: tem que haver **profundidade de água** no local.

2 É claro que em uma piscina é fácil conferir a profundidade. Mas raramente é possível saber a profundidade quando se mergulha em um rio ou uma cachoeira. Nesses locais o **nível da água** muda ao longo do ano e também muda o **fundo do local** - pedras se deslocam, bancos de areia se formam.

3 Quando não houver profundidade suficiente para o mergulho, é bastante provável que a pessoa bata a cabeça contra algum obstáculo. A força desse impacto é transferida diretamente para o **pescoço**, que é flexível, podendo causar a fratura de uma ou mais vértebras da coluna vertebral nesse local.

4 O peso do corpo, que ainda está seguindo a trajetória do mergulho, agrava a fratura do pescoço e expõe a pessoa a um grande risco de **lesão medular**. Nesse caso, um ferimento que deixará a pessoa imediatamente tetraplégica - sem movimentos, portanto, de braços nem de pernas.