

SEGURANÇA “REMAR SEGURO”

Texto de Mauro de Oliveira (maurobranco2002@yahoo.com.br)

Introdução

A segurança se transformou em uma questão crescente no esporte, e também em nossas vidas. Para algumas pessoas trata-se de colocar mais regras, para outras é apenas uma questão de bom senso. Ambos os pontos de vista tem seus méritos, e este documento serve para que cada um dos implicados no esporte possa dirigir questões de segurança dentro do nosso ambiente de remo.

Todas as decisões sobre segurança nos clubes e competições de remo devem ser baseadas no gerenciamento dos riscos, como nenhum livro cobre inteiramente todos os riscos, este documento cobrirá padrões generalizados permitindo-nos oferecer a orientação em como evitar e tomar medidas em situações arriscadas e imprevistas.

O elemento chave nesse processo é uma avaliação equilibrada dos riscos com antecedência. A comunicação entre treinadores/professores, com atletas/alunos é de fundamental importância para limitar os riscos, e como lidar com eles quando estes ocorrem. É necessário uma revisão na política de gerenciamento dos riscos, trazer a tona todos os fracassos já ocorridos e tentar aprender e melhorar.

É importante que todos os envolvidos no remo tenham em mente a segurança como ponto de partida, o “remar seguro”.

A mensagem principal deste documento é: Os clubes tem uma responsabilidade em fornecer informação, educação e treinamento sobre segurança, e os indivíduos tem uma responsabilidade de aprender, interrogar e por em prática isto. Um clube deve ter certeza que nenhum dos seus membros pode encontrar-se em uma situação de risco e se justificar dizendo “nunca me disseram nada sobre isso” ou “eu não sabia o que fazer quando o imprevisto aconteceu”. Ter em mente a segurança é requisito necessário para fazer parte do seu clube.

O “remar seguro” distribui as responsabilidades, e os padrões mínimos da prática segura. Ele também dá a orientação da nova boa prática. Este documento continuará a ser atualizado conforme os novos padrões e questões de segurança.

NÃO ASSUMA RISCOS QUE NÃO FORAM AVALIADOS

Responsabilidades

Pessoais

- Cumprir todas as regras e orientações transmitidas pelos seus treinadores/professores, e assegurar que os riscos a você e aos outros estão apropriadamente gerenciados.
- Avalie os riscos de suas próprias atividades e conduza-os a um nível tolerável.
- Só assuma os riscos que estiverem ao seu alcance.

Clube

- Avalie todas as atividades empreendidas pelo clube (tanto dentro como fora da água), se necessário tome as medidas cabíveis para diminuição dos riscos.
- Assegurar que todas as medidas foram tomadas principalmente em se tratando de crianças.

Treinadores/Professores

- Instruir atletas/alunos no processo de gerência dos riscos para permitir-lhes adotar medidas de controle no caso do imprevisto.
- Avaliar os riscos envolvidos e conduzir as atividades seguramente.

Condutores de lanchas

- Assegurar que suas atividades tem risco avaliado e apropriadamente controlados, conforme legislação prevista.

Padrões mínimos a serem adotados

- Os clubes devem ter avaliações de riscos para todas as suas atividades, e graduarem as atividades conforme os riscos que elas oferecem (dentro e fora da água). Um plano de emergência deve ser publicado, e todos os membros do clube devem estar cientes deste plano caso algum acidente ocorra.
- Organizadores de competições devem avaliar os riscos para que competidores possam participar de forma segura.
- Após qualquer acidente ocorrido uma comissão deve ser reunida para reavaliar as questões de segurança.

Remo, um esporte relativamente seguro. Quais seriam os riscos?

Considere os riscos de água: profundidade, turbulência, correntes, obstáculos, e poluição. E sua visibilidade? Todas as atividades podem ser claramente controladas da rampa? Existe algum histórico de acidente? Qual o grau de competência dos atletas/alunos envolvidos? Estações do ano geralmente têm uma relação com as condições de visibilidade, temperatura da água, e ventos.

Atletas/Alunos: eles seriam um risco? Sabem nadar? Quais os testes realizados para assegurar que eles sabem proceder de maneira adequada?

Equipamento danificado é um risco para todos. Ao usuário em primeiro momento, naqueles que estão ao seu redor e podem ser afetados por ele.

NATAÇÃO, CAPOTAGEM & TREINAMENTO DE IMERSÃO

Responsabilidades

Pessoais

- Saiba o que fazer em caso capotagem, ou embarcação afundada.
- Inscreva-se em qualquer teste de natação ou capotagem realizado por seu clube.
- Informe seu clube sobre sua capacidade de nadador.

Clube

- Assegure-se que todos os membros que participam do remo são competentes e confiantes embaixo d'água, e que são capazes de nadar e realizar os padrões mínimos exigidos pelo clube.
- Assegure-se que todos os membros do clube saibam o que fazer em caso de capotagem ou afundamento de embarcação.
- Assegure-se que o mais alto nível de cuidado foi tomado com crianças, iniciantes e adaptáveis.

Treinadores/Professores

- Instrua seus atletas/alunos no caso de capotagem ou afundamento e técnicas de resgate
- Certifique-se da capacidade de nadador de cada um dos seus alunos/atletas e capacidade no treinamento de capotagem.

Padrões mínimos a serem adotados

Todos os participantes devem ser instruídos sobre técnicas seguras de capotagem em qualquer tipo de barco, incluindo:

- Nunca se afastar do barco, ele pode ser usado como um salva-vidas.
- É necessário sair da água rapidamente (optar por ficar em cima do barco) para reduzir a perda de calor.
- Por que os barcos viram? Como evitar isso, e o que fazer?

Todos os membros do remo devem demonstrar capacidade e confiança embaixo d'água, ao realizar os seguintes testes:

- Nadar por pelo menos 50 metros com roupas leves (kit remo)
- Andar pela água Por pelo menos 2 minutos.
- Nadar por baixo d'água por pelo menos 5 metros.

O participante que for incapaz de realizar os padrões mínimos de segurança deve utilizar o colete salva-vidas.

A capacidade de natação, capotagem e técnicas de resgate de cada membro do clube, devem ser registrados e arquivados.

EQUIPAMENTOS DE SEGURANÇA

Eles podem salvar uma vida – Saiba como usá-los

Responsabilidades

Pessoais

- Saiba como usar os equipamentos de segurança, e seguir as regras de uso do seu clube.
- Use o colete salva-vidas se for solicitado pelo seu clube ou por seu treinador, ou se você achar necessário.

Clubes

- Forneça coletes salva-vidas suficiente e delimite uma área de segurança para os alunos que utilizarem coletes.
- Forneça treinamento para todos os membros do clube no uso eficaz dos equipamentos de segurança.
- Crie critérios para compra, manutenção e utilização dos equipamentos de segurança.
- Assegure-se de que todos os equipamentos de segurança cumprem com os padrões especificados por norma regulamentadora.

Treinadores/Professores

- Incluir o uso dos equipamentos de segurança como parte de treinamento, seguindo os procedimentos do clube na utilização, manutenção e local de guarda (fácil acesso).
- Informar sobre qualquer equipamento de segurança que esteja danificado ou perdido.
- Dê o exemplo no uso dos equipamentos de segurança.

Padrões mínimos a serem adotados

Padrões mínimos a serem adotados

- Todos os clubes devem ter seus procedimentos de segurança colocados em local de fácil visualização.
- Todos os condutores de lanchas e passageiros devem usar coletes salva-vidas.
- Se por qualquer problema médico o Atleta/Aluno tiver o risco de ficar inconsciente ou imóvel, este deve usar o colete salva-vidas.

DIREÇÃO E NAVEGAÇÃO

Esteja seguro, seja visto

Responsabilidades

Pessoais

- Checar os equipamentos de direção (conjunto bolina/leme), como parte do procedimento de verificação antes de ir para água.
- Siga as regras de navegação (mão e contra-mão da raia), e esteja atento em águas não conhecidas (acampamentos e locais de competição).
- Reporte ao clube qualquer transgressão de navegação que você tenha observado.
- Informe ao clube qualquer modificação no local de treino, ou risco encontrado.
- Informe qualquer defeito nos equipamentos de direção (conjunto bolina/leme) ao clube responsável.

Clubes

- Providencie treinamento aos timoneiros.
- Certifique-se que os equipamentos de direção recebem manutenção apropriada.
- Exponha um mapa do local de treino (lagos, lagoas, ou rios), apontando os possíveis riscos e locais de acesso.
-