



CIPA AVISA

Prefeitura do Campus USP de Bauru. Dezembro de 2016 – ano VIII – nº 89

DIVERSÃO EM PRAIAS, RIOS E PISCINAS EXIGE CUIDADOS

A diversão e o convívio com familiares e amigos, em épocas do verão e do período de férias, exigem vários cuidados em praias, rios e piscinas. Esta é também a época do ano em que aumenta o número de afogamentos nesses locais. De acordo com a Secretaria de Estado da Saúde, acidentes desse tipo causam, em média, duas mortes por dia no Estado. Metade dos óbitos ocorre com adultos entre 20 e 49 anos de idade.

A Secretaria da Saúde elaborou curto roteiro com 12 dicas sobre como evitar riscos desnecessários. São as seguintes:

1. atenção para as placas de sinalização do Corpo de Bombeiros nos locais em que há mais perigo. Entre na água apenas nos lugares seguros;
2. no mar e em rios, onde houver correnteza, não ultrapasse a linha da cintura, para não ser surpreendido por depressões no solo, ondas ou correntes inesperadas;
3. se por algum motivo for para o fundo, o que em princípio não é aconselhável, utilize sempre boia e jamais a abandone, mesmo em momentos de maior controle;
4. em caso de perigo, tente manter a calma e não nade contra a correnteza. Sinalize com os braços para pedir ajuda e procure boiar;



Fonte: <http://regionalpr.com.br/2014/01/numero-de-mortos-por-afogamento-chega-a-20/>

5. nos rios, se perder o controle, nade no mesmo sentido da correnteza, tente ficar mais próximo das laterais e procure se aproximar lentamente da margem;

6. não mergulhe de cabeça em depósitos naturais de água, pois o fundo está em constante transformação. O choque com o fundo pode provocar desmaios e resultar em traumas de sérias consequências para a coluna cervical;

7. não entre na água se estiver alcoolizado. O uso de bebidas alcoólicas tira o senso de perigo e expõe a pessoa a riscos desnecessários;

8. mergulhe sempre na companhia de outras pessoas que possam auxiliá-lo quando necessário;

9. evite mergulhos noturnos em mares e rios. Se mergulhar, redobre a atenção, pois há o risco de ficar preso em redes de pesca. Além disso, a visibilidade do ambiente fica comprometida;

10. muita atenção com as crianças. Designe uma pessoa para tomar conta dos pequenos. Essa pessoa deve reduzir o consumo de bebida alcoólica e se dedicar exclusivamente ao cuidado com as crianças;

11. não confie na falsa impressão de segurança que o uso de boias pode dar, nem com a presença de banhistas conhecidos em torno da piscina; e

12. nunca descuide das crianças, mesmo se no local houver um guarda-vidas. Lembre-se de que, nessa época, esses profissionais cuidam de grande número de banhistas.

COMISSÃO INTERNA DE PREVENÇÃO DE ACIDENTES

Expediente – Gestão 2016/2017 * cipa@ccb.usp.br

Prefeito: Prof. Dr. José Roberto Pereira Lauris * Vice-Prefeito: Prof. Dr. José Henrique

Rubo * Presidente da CIPA: Luis Carlos Garcia * Vice-Presidente: Sonia Marli Pereira

Miano * Secretária: Thalita Mantovani * Membros: Cirilo Zacharias Attuy Netto, Edson

Gaspar, Gaudêncio Alexandre, Marco Antonio Nunes Rodrigues, Régio Augusto Viola *

**CIPA
PUSP-B**

**PRIORIZANDO A
VIDA COM SAÚDE
E SEGURANÇA**