

RECOMENDAÇÕES GERAIS PARA A ATUAÇÃO DOS NADADORES-SALVADORES EM CONTEXTO COVID-19

INTRODUÇÃO

A atividade de socorro e assistência a banhistas é levada a cabo por nadadores-salvadores (NS) formados e treinados para o efeito.

Estes profissionais atuam de acordo com os procedimentos em vigor e têm em conta a doutrina aprovada, quer no manual técnico do nadador-salvador, quer em outras fontes complementares específicas.

No atual contexto de pandemia provocada pela COVID-19, pela necessária interação entre o NS e os banhistas, podem ficar ambos expostos a um risco acrescido de contaminação, se não forem tomadas medidas adicionais de prevenção.

Assim, além da doutrina e dos procedimentos que os NS aplicam quando necessário nas praias e noutros espaços balneares, no âmbito da sua atividade, o Instituto de Socorros a Náufragos (ISN), enquanto entidade nacional reguladora desta matéria, considerou que deveriam ser elaboradas recomendações específicas destinadas a proteger os NS e os cidadãos que tenham de ser socorridos no âmbito da prática balnear.

As recomendações que aqui se apresentam têm por base doutrina emanada de diversas entidades com responsabilidades neste contexto, nomeadamente a Direção-Geral de Saúde (DGS), o Conselho Português de Reanimação, o Conselho Europeu de Ressucitação e, a nível mundial, a International Life Saving Federation.

Estas recomendações serão divulgadas por todas as entidades que detêm responsabilidades de atuação neste domínio, sugerindo a sua aplicação durante o período em que estiverem em vigor, pela DGS e pelo Governo, medidas especiais de resposta à situação pandémica por que ainda estamos a passar.

Não se deve esquecer que a atividade principal do NS é a prevenção, a forma mais segura de salvar vidas, e que qualquer outra tarefa que lhe seja atribuída, fora deste quadro legal de atuação, pode pôr em risco vidas humanas.

RECOMENDAÇÕES

• Recomendações gerais

- ✓ O NS deve seguir as orientações, aplicadas à sua atividade, que sejam dadas pela entidade empregadora e que deverão estar alinhadas com a doutrina emanada pela Direção Geral da Saúde e pelo Governo.
- ✓ Sempre que possível, o NS deve procurar manter o distanciamento social instituído por lei durante o desempenho das suas funções.
- ✓ O NS deve ter um cuidado acrescido nos cuidados de higiene pessoal, incluindo a lavagem regular das mãos ou, se esta opção não for possível, a utilização regular de desinfetante.
- ✓ O NS não deve efetuar ventilações pelo Método de Ar Expirado (Boca/Boca; Boca/Nariz; Boca/Máscara, etc.), devendo usar o insuflador manual. Esta situação só é recomendada se estiverem presentes dois NS e se estiver disponível um filtro (HEPA) ou kit de oxigénio.
- ✓ O NS deve limpar com regularidade as superfícies com que ele próprio, outros NS, ou outras pessoas, tenham contacto, no âmbito da sua atividade.
- ✓ O NS deve limitar o contacto com outras pessoas, incluindo outros NS ao estritamente necessário.
- ✓ O NS deve proceder a um registo regular e sistemático da sua temperatura corporal.
- ✓ Caso se sinta doente, o NS deve, de imediato, contactar o NS coordenador ou a entidade empregadora.
- ✓ O NS deve apostar, por todas as vias possíveis, na prevenção de situações de risco acrescido, minimizando a necessidade de contacto direto com os banhistas.
- ✓ O NS deverá garantir a higienização diária, e após cada utilização, de todos os equipamentos do posto de praia e de outros materiais que sejam da sua responsabilidade.

- **Equipamento Proteção Individual (EPI)**

- a) **Prevenção**

Junto à linha ou plano de água, o NS **deverá considerar** o transporte em permanência de máscara e luvas, para envergar de forma rápida na abordagem a eventuais ocorrências.

- b) **Apoio ou prestação de primeiros-socorros (ferimentos ligeiros)**

Antes de abordar a vítima, o NS deverá equipar-se com EPI básico (máscara, proteção ocular e luvas);

- c) **Prestação de primeiros-socorros (maior gravidade) ou suporte básico de vida**

EPI Kit PBCI (Proteção Básica de Controlo de Infecção) constituído pelos seguintes artigos e pela ordem descrita (Orientação Técnica DGS/INEM N.º 08/2020 – 29/03/2020):

- i. Bata;
 - ii. Máscara FFP2 (se não disponível utilizar máscara cirúrgica);
 - iii. Proteção ocular ou máscara com viseira;
 - iv. Luvas de nitrilo por cima do punho da bata.

- **Cuidados na organização do espaço balnear**

- a) **Definir área de distanciamento:**

O NS deve manter uma área reservada que lhe permita uma boa observação/vigilância em toda a sua área de intervenção.

- b) **Local para atuação/atendimento de vítimas segundo o grau de avaliação do acidente:**

- i. Existindo posto de primeiros socorros, este deve ser o local preferencial para encaminhamento dos banhistas que apresentem necessidade de assistência;
 - ii. Não existindo posto primeiros socorros, deverá ser criada uma área reservada para o efeito, preferencialmente junto ao posto de praia/piscina, pois é de fácil localização/identificação.

NOTA: O acesso a estes locais, é reservado, apenas àqueles que estiverem envolvidos diretamente, na prestação dos cuidados.

- **Cuidados durante uma ação de socorro (em terra)**

- a) Antes de abordar a vítima, o NS deverá equipar-se com EPI (máscara, proteção ocular e luvas);
- b) Antes de interagir com a vítima, o NS deve facultar-lhe uma máscara cirúrgica (caso esta não tenha máscara própria);
- c) Na abordagem à vítima (consciente) o NS deverá efetuar o seguinte questionário:
 - Tem tosse persistente ou dificuldade respiratória?
 - Tem tido febre nos últimos dias?
 - Ultimamente perdeu o olfato?
 - Tem tido dores de cabeça?
 - Fez alguma viagem nos últimos 14 dias?
 - Teve algum contacto direto, nos últimos 14 dias, com alguém infetado?

- **Cuidados com o material e equipamentos**

- a) **No final de todos os procedimentos** e após a transferência da vítima para a ajuda diferenciada, o NS **deve**:
 - i. Recolher todo o material utilizado;
 - ii. Considerar como **resíduos de risco biológico (Grupo III)** todos os artigos do EPI assim como o material utilizado na intervenção com uma vítima suspeita ou confirmada de COVID-19 e colocá-lo em saco branco, na capacidade máxima de 2/3 e fechados com abraçadeiras;
 - iii. Providenciar para que o saco seja entregue para incineração, em centros de saúde, hospitais ou outras entidades que tenham capacidade para proceder ao tratamento desses resíduos;
 - iv. Providenciar para que o seu uniforme seja lavado a temperaturas entre 60º a 90ºC, preferencialmente em programa próprio;
 - v. **Lavar as mãos** com água e sabão, desinfetar com solução antisséptica de base alcoólica (SABA), álcool gel ou álcool etílico a 70%.

Nota: Documento sujeito a alterações, sempre que se registem novas recomendações.

Suporte multimédia

Normas para equipar e desequipar o EPI Kit PBCI:

[Colocar EPI Kit Proteção Básica Controlo de Infecção](#)

[Remover EPI Kit Proteção Básica Controlo de Infecção](#)

Documentos de referência:

- Orientação Técnica SNS/INEM, N.º 08/2020 – 29/03/2020 (Assunto: COVID-19 - Fase de Mitigação // Destinatários: Agentes do SIEM);
- Departamento de Emergência Médica SNS/INEM, Mod. 02/4 – 17/02/2020 (Assunto: Equipamento de Proteção Individual - Precauções Básicas de Controlo de Infecção - PBCI PRÉ-HOSPITALAR).