

# PLANO DE SEGURANÇA E EMERGÊNCIA FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE ACTIVIDADES SUBAQUÁTICAS

## MERGULHO EM APNEIA

*De acordo com o Regulamento Geral de Eventos de cada modalidade desportiva.*

### 1. EQUIPA TÉCNICA

|                     |  |
|---------------------|--|
| Delegado Técnico    | Hugo Damásio   |
| Contacto Telefónico | 967979286  |
| E-mail              | <a href="mailto:Dtn.apneia@gmail.com">Dtn.apneia@gmail.com</a>                 |
| Diretor do Evento   | Nuno Carneiro  |
| Contacto Telefónico | 917454147  |
| E-mail              | <a href="mailto:nunocarneiro@navaldeleca.com">nunocarneiro@navaldeleca.com</a> |
| Juiz Chefe          | Cátia Machado  |
| Contacto Telefónico | 964150640  |
| E-mail              | <a href="mailto:Catia.silvamachado@gmail.com">Catia.silvamachado@gmail.com</a> |
| Juiz de Segurança   |  |
| Contacto Telefónico |  |
| E-mail              |  |

|                          |                |
|--------------------------|----------------|
| 1º Apneísta de Segurança | Nuno Barbosa   |
| Contacto Telefónico      | 914012048      |
| E-mail                   |                |
| 2º Apneísta de Segurança | Jorge Martinez |
| Contacto Telefónico      | 966512913      |
| E-mail                   |                |

## 2. Contactos

|                                     |   |
|-------------------------------------|---|
| Número Europeu de Emergência (INEM) | 112   |
| Hospital                            | Hospital Pedro Hispano                            |
| Contacto Telefónico                 | 229391000   |
| Morada                              | Rua Dr. Eduardo Torres / 4464-513 Senhora da Hora |
| Câmara Hiperbárica                  |   |
| Contacto Telefónico                 |   |
| Morada                              |   |
| Bombeiros                           | Bombeiros LEIXÕES                                 |
| Contacto Telefónico                 | 229 380 018                                       |
| Morada                              | Rua Augusto Gomes, 368 a 486, Matosinhos 4450     |
| Polícia                             | PSP MATOSINHOS                                    |
| Contacto Telefónico                 | 229542827   |
| Morada                              | SP Matosinhos - Esquadra da Senhora da Hora 13    |

### 3. Equipamentos de Segurança

| Equipamentos de Segurança        | Sim                                 | Não                      |
|----------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|
| Estojo de Primeiros Socorros     | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kit de Administração de Oxigénio | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Plano Rígido                     | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|                                  | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
|                                  | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |

### 4. Lista de Procedimentos

1. Havendo uma ocorrência dentro de água os dois apneístas de segurança trazem o atleta o mais rapidamente possível para o cais da piscina.
2. Juiz de Segurança assinala a ocorrência suspendendo a prova e os treinos e imediatamente dá ordem para os socorristas prestarem auxílio ao atleta.
3. Juiz de segurança auxilia os apneístas de segurança a colocar o atleta no cais da piscina. (transição água/terra)
4. Juiz de segurança faz o teste VOS para dar indicações ao SAV caso eles ainda não tenham chegado ao cais da piscina.
5. Juiz de segurança caso o atleta não tenha batimento cardíaco e o SAV não tenha chegado ao cais da piscina inicia as 30 compressões e 2 ventilações.
6. A chegada do SAV juiz de segurança passa o testemunho

## Algoritmo de reanimação adulto.

