# PLANO DE SERGURANÇA 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 dtn.apneia@gmail.com Diretor do Evento Pedro Santana 969920913 Contacto Telefónico pedro.m.f.santana@gmail.com E-mail Juiz Chefe Carla Damásio Contacto Telefónico 915798982 2smartkids2013@gmail.com E-mail Juiz de Segurança Contacto Telefónico E-mail

1º Apneísta de Segurança	Francisco Bregas
Contacto Telefónico	915571711
E-mail	info.bregas@gmail.com
2º Apneísta de Segurança	João Gonçalves
Contacto Telefónico	968512439
E-mail	joaocorvina@hotmail.com

Número Europeu de Emergência (INEM)	112
Hospital	ULS Algarve – Hospital de Portrimão
Contacto Telefónico	282450300
Morada	Estr. do Poço Seco, 8500 – 338 Portimão
Câmara Hiperbárica	Grupo HPA – Hospital Particular de Alvor
Contacto Telefónico	282420400
Morada	Sítio Cruz da Bota, Lote 27, Estr. de Alvor, 8500 – 322 Portimão
Bombeiros	Bombeiros Voluntários de Silves
Contacto Telefónico	282442411
Morada	Rua Cruz da Palmeira,8300 – 131 Silves
Polícia	GNR - Silves
Contacto Telefónico	282440290
Morada	Rua Dr. Francisco Vieira 3, 8300 – 152 Silves

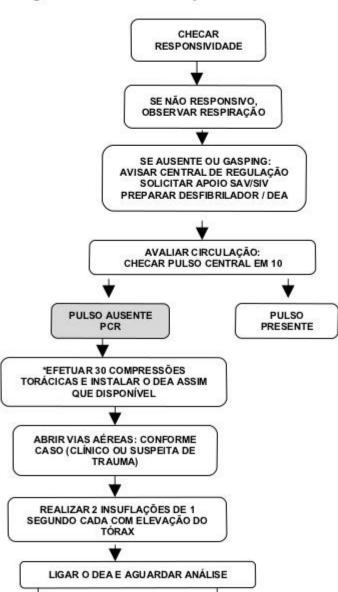
#### 3. Equipamentos de Segurança

Equipamentos de Segurança		Não
Estojo de Primeiros Socorros	$\overline{\boxtimes}$	
Kit de Administração de Oxigénio	$\square$	
Plano Rígido	$\boxtimes$	

#### 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 agua/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.



\*ATENÇÃO

- FREQUÊNCIA DE COMPRESSÃO

- MINIMIZAR INTERRUPÇÕES

ENTRE AS COMPRESSÕES; - EVITAR VENTILAÇÃO

- NÃO INTERROMPER AS

COMPRESSÕES DURANTE A

INSTALAÇÃO DOS ELETRODOS

NO MÍNIMO 100/MIN:

COMPRESSÕES;

EXCESSIVA.

DO DEA.

- PROFUNDIDADE DE COMPRESSÃO DE 5 CM; - PERMITIR RETORNO TOTAL DA PAREDE TORÁCICA APÓS AS