



Universidade de Brasília - UnB
Faculdade de Educação Física - FEF

MATHEUS DA COSTA SILVA

**HABILIDADES DE AUTOSSALVAMENTO AQUÁTICA DE ESTUDANTES DO
ENSINO MÉDIO QUE PRATICAM NATAÇÃO ESCOLAR**

Brasília

2024

MATHEUS DA COSTA SILVA

**HABILIDADES DE AUTOSSALVAMENTO AQUÁTICA DE ESTUDANTES DO
ENSINO MÉDIO QUE PRATICAM NATAÇÃO ESCOLAR**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade de Brasília, como requisito à obtenção do título de licenciado em Educação Física.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Rochelle Rocha Costa

Brasília

2024

RESUMO

O afogamento é um problema público que atinge todo o mundo, sendo essa uma das principais causas de morte entre crianças e jovens de 1 a 24 anos. Considerando as aulas de natação para aprimorar as habilidades de autossalvamento, esta pesquisa busca debater sobre a capacidade de autossalvamento de alunos do Ensino Médio, e tratar da importância da prevenção de afogamentos e da discussão desse tema no ambiente escolar. A metodologia é observacional e descritiva, com abordagem quantitativa. Apenas 14 alunos participaram da avaliação, a baixa adesão ocorreu devido a temperatura da piscina. A pontuação final dos alunos variou de 29 a 42 pontos, média de 36,07 pontos e desvio padrão de 5,34. Os dados recolhidos permitiram compreender uma importante questão de Saúde Pública e necessidade de prevenção aplicada em ambiente escolar, utilizando a Educação Física como meio de conhecimento e comunicação sobre uma das maiores causas de mortalidade no Brasil.

Palavras Chaves: Afogamento, Autossalvamento, Educação Física Escolar, Natação Prevenção, Sobrevivência.

ABSTRACT

Drowning is a public issue that affects the entire world, being one of the main causes of death among children and youth aged 1 to 24. Considering swimming lessons to enhance self-rescue skills, this research aims to discuss the self-rescue ability of high school students and address the importance of drowning prevention and the discussion of this topic in the school environment. The methodology is observational and descriptive, with a quantitative approach. Only 14 students participated in the assessment, low compliance was due to the temperature of the pool. The students' final scores ranged from 29 to 42 points, with an average of 36.07 points and a standard deviation of 5.34. The data collected allowed us to understand an important Public Health issue and the need for prevention applied in a school environment, using Physical Education as a means of knowledge and communication about one of the biggest causes of mortality in Brazil.

Key Words: Drowning, Self-Saving, School Physical Education, Swimming, Prevention, Survival.

SUMÁRIO

1. Introdução.....	5
1.1. Objetivo Geral.....	8
1.2. Objetivos Específicos.....	8
2. Metodologia.....	8
3. Resultados.....	10
4. Discussão.....	12
5. Conclusão.....	14
6. Referências.....	15

1. Introdução

A Educação Física Escolar é entendida como um instrumento para desenvolver as capacidades motoras, cognitivas, afetivas e sociais dos indivíduos por meio de diversas práticas, tendo em vista fornecer formação integral aos alunos. Isso se deve à compreensão de que, no ambiente escolar, crianças e jovens andam, correm, saltam e praticam outros atos de seu cotidiano ou próprios da sociedade e cultura à que pertencem. Atualmente, a Educação Física Escolar molda características específicas sobre o físico dos alunos, modificando-se por uma dinâmica cultural, técnica e social. Ademais, a escola, sendo um ambiente de aprendizagem, viabiliza o ensino de práticas esportivas que auxiliam o aluno no seu cotidiano além do contexto do ambiente escolar. Dessa forma, recorrer à prática da natação é um meio para desenvolver a cognição, afetividade, socialização e psicomotricidade dos indivíduos por meio de sua prática (FREIRE, 1991).

Fernandes e Costa (2006) conceituam a natação como um conjunto de habilidades motoras que convergem para o deslocamento autônomo, independente, seguro e prazeroso no meio líquido, sendo a oportunidade de vivenciar experiências corporais aquáticas e de perceber que a água é mais que uma superfície de apoio.

A natação no âmbito escolar, com o propósito de aprendizagem motora, possibilita a adaptação ao meio aquático ainda em período de desenvolvimento dos alunos por um contexto pedagógico, atendendo às suas necessidades como um todo.

No que se refere à natação inserida em centros educacionais, o professor de Educação Física (mediador na aprendizagem), deve adequar suas aulas, criando um ambiente seguro para que os alunos possam absorver os benefícios que a prática proporciona, como, por exemplo, a prevenção de afogamento. A água, apesar de estar presente na vida do ser humano, não é seu meio natural, por conseguinte, visto como hostil. Assim, foram

desenvolvidas práticas de adaptação para fins de sobrevivência (exemplo: pescar), para fins de lazer, e para evitar o afogamento (LEWIN, 1979).

A Assembleia Geral da Organização das Nações Unidas (ONU) adotou o 25 de julho como o Dia Mundial da Prevenção do Afogamento, sendo essa uma das principais causas de morte em todo o mundo entre crianças e jovens de 1 a 24 anos. Na última década, os afogamentos foram a causa de morte de mais de 2,5 milhões de pessoas (OPAS, 2023).

Em 2023, a 76ª Assembleia Mundial da Saúde¹ adotou a primeira resolução sobre prevenção de afogamentos, um feito tardio, pois a problemática dos óbitos por afogamentos perduram por anos, com dados alarmantes.

Santos e Amorim (2018) definem que afogamento é definido como o resultado de uma asfixia por meio líquido, por submersão ou imersão, provocado pela entrada de água nas vias aéreas, dificultando totalmente ou parcialmente a respiração.

Segundo dados da Sociedade Brasileira de Salvamento Aquático (SOBRASA), no ano de 2021, o afogamento é a quarta causa de morte entre crianças, jovens e adultos de 10 a 24 anos. Ademais, o boletim afirma que os adolescentes são os que mais têm risco de morte. Com dados recolhidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS), no ano de 2020, 5.818 brasileiros chegaram a óbito por causa de afogamento no Brasil. O levantamento também indica uma mortalidade de 15 brasileiros por dia por afogamentos, frequentemente associados a atividades cotidianas, como, por exemplo, tomar banho em piscinas (PONTIM, 2021).

O boletim elaborado por David Szpilman traz anualmente dados importantes sobre o problema do afogamento no Brasil e é uma grande ferramenta para um planejamento estratégico de Segurança Aquática. É imprescindível que profissionais que atuam com meio aquático, professores tenham conhecimento para que possam evitar tragédias.

À vista disso, existe a necessidade de prevenir acidentes aquáticos com conteúdos procedimentais, atitudinais e conceituais, superando qualquer dificuldade que a criança e o adolescente possam enfrentar no meio aquático.

¹ A resolução aceita o convite da Assembleia Geral das Nações Unidas para que a OMS coordene ações dentro do sistema da ONU sobre a prevenção de afogamentos e facilite a observância do Dia Mundial de Prevenção de Afogamentos em 25 de julho de cada ano. Disponível em: <https://www.google.com/url?q=https://www.paho.org/pt/campanhas/dia-mundial-prevencao-afogamentos-2023&sa=D&source=docs&ust=1704759893554982&usg=AOvVaw3-s5bmgZf7dLCi212XGWv0>

No ano de 2012, num estudo feito por Segundo & Sampaio (2015), foram registrados 733 atendimentos a vítimas de afogamento nas praias de Salvador que fazem parte da área de abrangência do Salvamar². Quanto à faixa etária dos casos de afogamento, predominaram adolescentes (40,8%), seguidos de adultos jovens (27,1%) e adultos (19,8%), sendo os estudantes as vítimas mais frequentes entre os casos relacionados.

No caso da prevenção de afogamentos pelo domínio da capacidade de sobrevivência, a criança deve ser capaz de: lidar com a parte funda da piscina; deslocar-se na água por certa distância; flutuar; sustentar o corpo com palmateios; entrar e sair com segurança da água e desenvolver certa desenvoltura física para lidar com situações que fogem do controle em meio aquático como rios, praias e lagos. Assim, evidencia-se a importância das aulas de natação e de formações sobre segurança na água para crianças e adolescentes, ajudando os indivíduos a entender suas limitações e evitando possíveis acidentes por afogamento (DAVEY et al., 2019).

Dessa forma, surge uma natação que objetiva a segurança do aluno e adaptação ao meio líquido com melhora das suas condições de autossustentação. A natação é fundamentada no desenvolvimento de habilidades e atitudes necessárias ao meio líquido, em conjunto com conteúdos pedagógicos abordados na prevenção de afogamento (VASCONCELLOS, 2019). Assim, a aprendizagem para prevenção de afogamento nas aulas de natação começa fora do meio líquido e é mantida na água, sendo responsabilidade do professor selecionar e identificar atividades em que os alunos estejam seguros e consigam atingir esse objetivo (VASCONCELLOS & MACEDO, 2021).

Aplicar testes de autossalvamento nas turmas pode auxiliar na escolha dos exercícios que fundamentam as habilidades a serem dominadas pelos alunos durante as aulas de natação, pois permite identificar alunos com dificuldades no meio líquido ao evidenciar a falta de competência aquática. Dessa forma, o professor desenvolverá atividades seguras para melhorar a confiança do aluno e estimular o aperfeiçoamento das competências aquáticas. Esses testes estão vinculados ao domínio da respiração, flutuação, propulsão, palmateios e mudanças entre decúbitos, realizados pelos alunos e avaliados pelos professores, definindo qual o nível de habilidade do discente de acordo com os critérios estabelecidos. Assim, o professor é capaz de adaptar suas aulas, com objetivos específicos para melhoria de

² Coordenadoria de Salvamento Marítimo de Salvador, órgão municipal criado em 1981 com a missão de proteger e orientar os frequentadores da orla marítima de Salvador (SEGUNDO; SAMPAIO, 2015).

componentes das habilidades aquáticas básicas esperadas para os alunos (VASCONCELLOS, 2022), o que gera um aprendizado sobre autossalvamento mais eficiente.

Entretanto, não se sabe até que ponto essas habilidades de autossalvamento vêm sendo trabalhadas nas aulas de natação escolar, nem mesmo se estão sendo desenvolvidas em quantidade e com qualidade suficiente para prevenção de afogamentos. É possível que apenas as atividades desenvolvidas nas aulas de Educação Física que promovem a prática de natação sejam insuficientes, havendo uma necessidade de adição de aulas no contraturno para que esse objetivo seja alcançado. Assim sendo, surge o seguinte problema de pesquisa: Como está a habilidade de autossalvamento aquática de estudantes do Ensino Médio que praticam natação escolar?

1.1. Objetivo Geral

Avaliar as habilidades de autossalvamento aquática de estudantes do Ensino Médio que praticam natação escolar

1.2. Objetivos Específicos

- Descrever dados referente a de autossalvamento dos estudantes de Ensino Médio
- Analisar as habilidades de autossalvamento aquática dos alunos

2. Metodologia

O estudo procurou analisar as habilidades de autossalvamento aquática de autossalvamento dos alunos nesta faixa etária já que, segundo dados da SOBRASA (2023), 15 brasileiros morrem afogados diariamente, o afogamento é a 4º maior causa de mortalidade entre indivíduos de 10 a 24 anos. Para isso foram realizadas avaliações com o fim de verificar se possuíam ou não habilidades para sobreviver em piscinas, mesmo sem conseguir realizar os quatro tipos de nados formais.

O presente estudo realizou a coleta de dados no Centro Educacional 01 do Guará. A

escolha desse local como cenário de pesquisa foi deliberadamente efetuada com base em critérios específicos, como a disponibilidade da piscina e a ocorrência de aulas de natação em período letivo regular que consideram sua representatividade e relevância para os objetivos propostos neste estudo. Foram escolhidas as turmas do 3º ano do Ensino Médio por estarem na faixa etária dos 17 anos, idade média referente a 4º maior causa de mortalidade entre indivíduos de 10 a 24 anos (SZPILMAN, 2023).

Todos os voluntários aceitaram participar do estudo com a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido pelos seus responsáveis e o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido, para aqueles que são menores de idade.

Para a coleta dos dados da capacidade de autossalvamento foi aplicada uma Avaliação Técnica de Habilidades criada para o presente estudo, nos participantes, com exercícios específicos. Os exercícios utilizados foram expiração e inspiração na água, mergulho do rosto, retirada dos pés do chão com apoio, mergulho completo, deslocamento vertical, deslocamento ventral, deslocamento dorsal, nado de sobrevivência, sustentação sem contato com o chão (palmateio), flutuação ventral, flutuação dorsal, troca de posição de flutuação sem contato com o chão, salto da borda e salto seguido de flutuação. O desempenho dos participantes foi classificado com o seguinte parâmetro: Não Executa (N/E); Regular (R), Ótimo (O) e Excelente (E). Cada uma dessas classificações recebeu pontuações de 0, 1, 2 e 3 pontos, respectivamente. O somatório dos valores atribuídos nas habilidades determina ou as seguintes categorias:

0 – 9 pontos: Não executa (N/E)

10 – 20 pontos: Regular (R)

21 – 31 pontos: Ótimo (O)

32 – 42 pontos: Excelente (E)

Os dados estão apresentados usando estatística descritiva. As variáveis quantitativas estão expressas em média e desvio-padrão, enquanto que as variáveis categóricas estão em frequências absolutas (contagem) e relativas (%). A tabulação dos dados coletados, bem como as estatísticas descritivas foram realizados no software Microsoft Excel (2016).

3. Resultados

Três turmas do 3º ano do Ensino Médio foram selecionadas para a amostra, cada uma com média de 30 alunos. Apenas 14 alunos aceitaram participar da avaliação, os participantes possuíam faixa etária entre 16 à 18 anos, com média da idade de 17 anos (desvio padrão de 0,47). A maior parte dos alunos era da sexo feminino (57,14%), apenas 4 alunos (28,57%) da amostra total já havia praticado natação previamente. A baixa adesão dos alunos ocorreu devido à chuva e à temperatura baixa da água da piscina, pois o frio gerava desconforto nos alunos.

A pontuação das amostras variou de 26 pontos a 42 pontos, média de 36,07 pontos com desvio padrão de 5,34. Isso demonstrou que os participantes apresentaram capacidades de autossalvamento categorizadas como Ótima, 4 alunos (28,6%) e Excelente foram 10 alunos (71,4%).

A figura 1 apresenta as pontuações individuais dos estudantes.

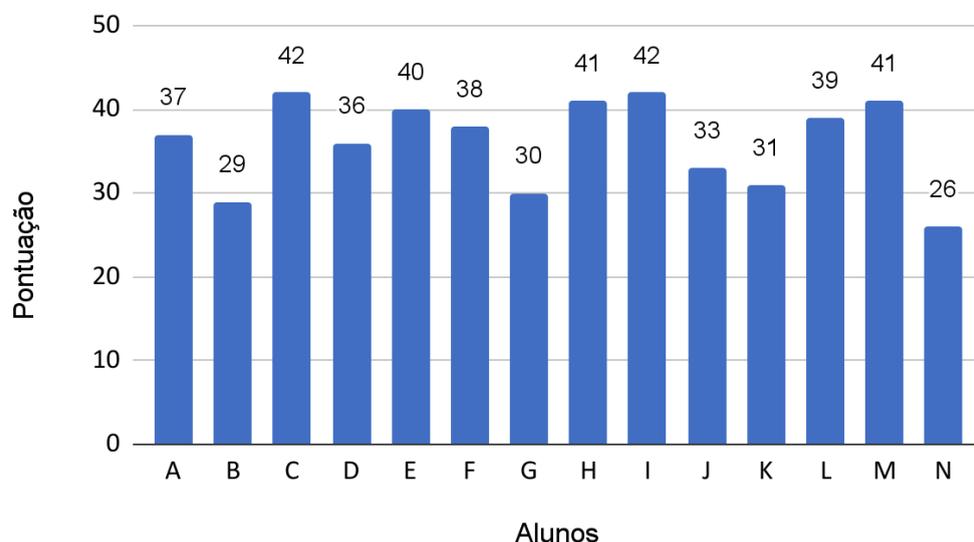


Figura 1: Pontuação dos participantes em relação a avaliação aplicada individualmente.

Do total de alunos que participaram desse estudo, apenas 4 participantes afirmaram que já haviam praticado ou que ainda praticam natação, conforme gráfico da figura 2.

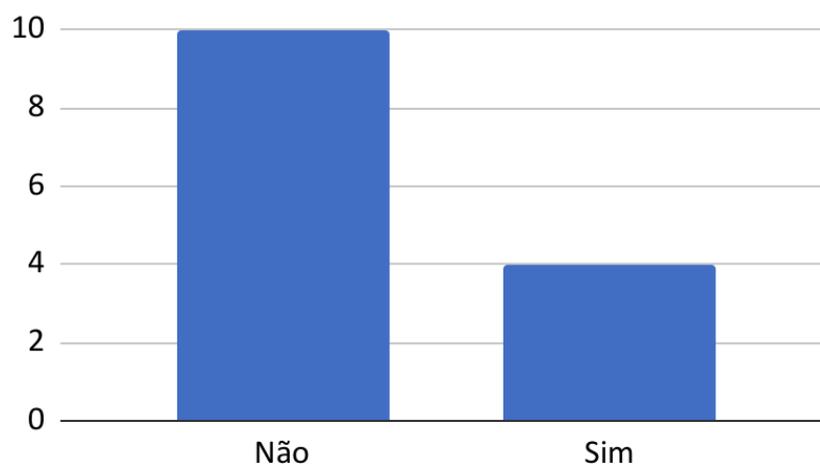


Figura 2: Resposta dos participantes que praticaram ou ainda praticam natação.

Já no exercício de nado de sobrevivência, 9 alunos (64,3%) receberam avaliação Excelente, Ótimo foram 4 alunos (28,6%) e Regular apenas 1 (7,1%) neste exercício.

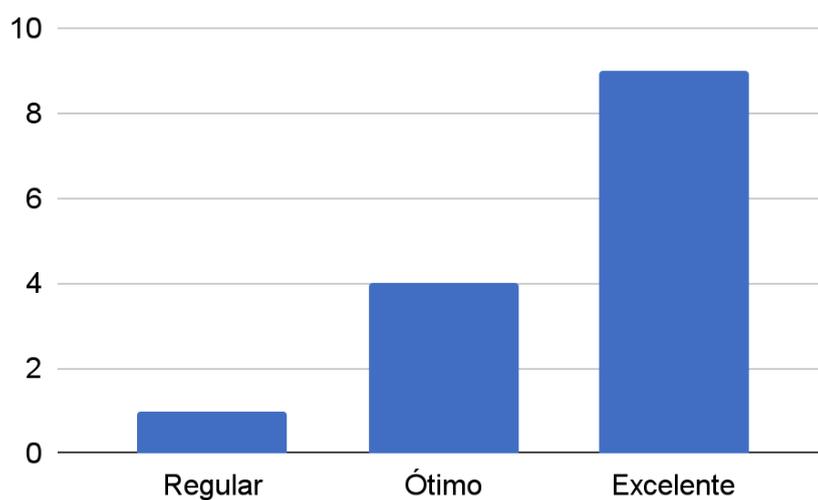


Figura 3: Classificação dos alunos no exercício de nado de sobrevivência.

4. Discussão

O principal achado do estudo foi que as habilidades de autossalvamento aquático estão presentes nos participantes, permitindo reconhecer como os alunos dessa faixa etária selecionada, mesmo sem a prática regular de natação, apresentaram as habilidades básicas no exercício de nado de sobrevivência, pois 64,3% (9 alunos) dos participantes receberam avaliação Excelente, Ótimo 28,6% (4 alunos) e Regular 7,1% (1 aluno) neste exercício. Assim 93,4% dos participantes atingiram pontuação entre Ótima e Excelente, ou seja, a maioria dos participantes apresentaram uma habilidade de sobrevivência importante para o meio aquático.

O estudo utilizou a Avaliação Técnica de Habilidades como base para descrever as capacidades de autossalvamento dos alunos do 3º ano do Ensino Médio. Entretanto, os alunos apresentaram desempenho semelhante na avaliação de cada exercício, refutando o pensamento no qual aqueles que são praticantes teriam uma avaliação mais elevada.

Como a amostra utilizada na presente pesquisa foi pequena, o estudo apresenta dados contrários ao esperado e informado pela SOBRASA (2023), uma vez que os participantes, em piscinas, apresentam boa compreensão e execução das habilidades básicas que foram testadas na Avaliação Técnica de Habilidades.

Em 2023, segundo a SOBRASA, 59% das mortes na faixa de 1 a 9 anos de idade ocorreram em piscinas e residências. Diariamente quatro crianças morrem afogadas no Brasil dessas uma morre afogada em casa. Acima dos 10 anos de idade, o afogamento ocorre com mais frequência em águas naturais. Assim, no ano de 2021, o afogamento foi a 1ª causa de óbito entre crianças de 1 a 4 anos, a 3ª causa entre pessoas de 5 a 9 anos e a 4ª causa entre jovens de 10 a 24 anos (SZPILMAN, 2023).

Conforme Szpilman (2005) no Brasil a maioria dos casos de afogamentos acontecem em rios, lagos e represas. Diferente de outros países como Estados Unidos, Austrália e África do Sul, onde 70% a 90% dos óbitos são por piscinas. O autor elucida que o número de piscinas domésticas na realidade brasileira é infinitamente inferior que nos países citados.

Szpilman (2023) cita a baixa renda e baixa educação como um dos maiores fatores de risco, por isso, incluir nas escolas aulas para conscientizar sobre o afogamento é uma medida para amenizar esses números e, idealmente, combater esta tragédia.

De acordo com a performance dos participantes na Avaliação Técnica de Habilidades, é possível inferir que os alunos possuíam plenas capacidades motoras para se salvarem de afogamento, em piscinas, já que não apresentaram nenhuma alteração significativa que permitisse concluir o contrário.

Com esse achado vai de encontro com o que Szpilman (2023) aborda no Boletim Brasil da Sobrasa, onde argumenta que ambientes aquáticos não controlados são onde mais ocorrem acidentes, é possível inferir que o grupo estudado, por estar em um ambiente controlado, mesmo não praticando natação, teve um bom desempenho, porém caso o campo não fosse uma piscina, mas em praias, lagos, represas e rios, provavelmente o resultado não seria o mesmo.

O estudo procurou demonstrar que as habilidades de autossalvamento aquática não estão presentes somente naqueles praticantes de natação, pois a maioria dos participantes não praticavam, porém devido ao acesso à piscina em viagens, clubes, etc., para poder interagir e participar de momentos de lazer, adquiriram as habilidades para sobreviver em meio líquido de forma natural.

Entretanto, os dados obtidos no estudo tange apenas a avaliação das habilidades numa piscina, ocorridos em ambiente escolar, não abordando espaços abertos e naturais, com pouco contato para a população de Brasília (lagos, represas, rios e praias), sendo possível relacionar a falta de experiência de contato com mar em casos de afogamento durante turismo. Szpilman (2023) aponta que cerca de um turista morre a cada três dias no Brasil, por isso são importantes as ações de conscientização da população tanto de caráter preventivo quanto de aprendizagem, pois 90% das mortes ocorrem por ignorar os riscos, não respeitar os limites e desconhecer como agir.

Alguns fatores que limitaram o estudo foram, primeiramente, a necessidade de escola com piscina e cronograma de aula disponível para aplicar a avaliação. Em segundo lugar, a obtenção de informações antecipadas, como o horário e data para aplicação da avaliação, pois

a coordenação podia alterar a data e o horário por causa de eventos internos da escola. Em terceiro lugar, a temperatura da água da piscina e a previsão do tempo também limitaram a coleta de dados, uma vez que o frio desestimula os alunos a entrarem na piscina para realizar a avaliação. Alguns alunos aderiram à avaliação por causa de um acréscimo na pontuação final do semestre, como uma tentativa de incentivá-los a participar da pesquisa.

Ainda, os resultados do presente estudo devem ser vistos com cautela, já que é possível que os alunos que aceitaram participar sejam justamente os que não possuem receio da água e já tenham as habilidades de autossalvamento desenvolvidas, o que pode trazer um viés aos achados.

A literatura sobre autossalvamento ainda é escassa com uma falta de dados unificados por parte das instituições, tanto de conscientização teórico e prático como de educação e saúde, dificultando uma análise detalhada sobre o tema e a discussão com os achados. Assim sendo, o estudo mostra-se pioneiro ao trazer dados específicos sobre as habilidades de autossalvamento aquática de alunos do Ensino Médio como prevenção de afogamento, explorando sua importância ao reconhecer suas habilidades básicas.

Dessa forma, os dados apresentados podem ser utilizados como tema em programas de prevenção e conscientização da população de estudantes sobre o risco de afogamento devido a grande quantidade de vítimas desse trauma de acordo com os dados da SOBRASA (2021) e estudo de Segundo & Sampaio (2015).

5. Conclusão

Com isso, deve-se incluir nas escolas aulas de capacitação natatória, para proporcionar uma prática em meio aquático e evoluir as suas habilidades de autossalvamento aquática. Isso poderá resultar conseqüentemente numa redução da ocorrência de mortalidade e morbidade dessa população resolvendo este problema de forma acessível para o público alvo.

Portanto, os resultados demonstram uma importante questão de Saúde Pública e necessidade de prevenção aplicada em ambiente escolar, uma vez que o afogamento tem

como forma de tratar ao utilizar a educação como meio de conhecimento e comunicação sobre uma das maiores causas de mortalidade no Brasil.

6. Referências

AMORIM, Thuane; SANTOS, Gedeane. Afogamento: Intervenções E Técnicas De Suporte À Vida: Uma Revisão Integrativa. **Caderno Saúde e Desenvolvimento**. vol.12, n.7, p. 68-84, 2018.

BETTI, M.; ZULIANI, L. R. Educação física escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 1, n. 1, 2002.

DAOLIO, Jocimar. Educação física escolar: em busca da pluralidade. **Revista Paulista de Educação Física**, p. 40-42, 1996.

DAVEY, Martin; CALLINAN, Sean; NERTNEY, Leona. Identifying risk factors associated with fatal drowning accidents in the paediatric population: a review of international evidence. **Cureus**, v. 11, n. 11, 2019.

DE MELO, J. M. P. et al. Benefícios da natação para crianças e adolescentes. **Brazilian Journal of development**, v. 6, n. 8, p. 62511-62519, 2020.

DUCHARME, M. B.; LOUNSBURY, D. S. Self-rescue swimming in cold water: the latest advice. **Appl Physiol Nutr Metab**, v. 32, n. 4, p. 799-807, ago. 2007.

FERNANDES, J. R. P.; COSTA, P. H. L. D. Pedagogia da natação: um mergulho para além dos quatro estilos. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, [S. l.], v. 20, n. 1, p. 5-14, 2006. Acesso em: 8 jan. 2024.

FREIRE, J. B. **Educação de corpo inteiro: teoria e prática da educação física**. São Paulo: Scipione, 1991.

FREUDENHEIM, A. M.; GAMA, R. I. R. B; CARRACEDO, V. A. Fundamentos para a elaboração de programas de ensino do nadar para crianças. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 2, n. 2, p. 61-69, 2003.

LEWIN, G. **Natação**. Madri: Augusto Pilha Teleña. p. 345. 1979.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. Dia Mundial de Prevenção de Afogamentos. 2023. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/campanhas/dia-mundial-prevencao-afogamentos-2023>. Acesso em: 08 jan. 2024.

PONTIM, L. H. de M. Sobrasa lança manual sobre o Dia Mundial da Prevenção do Afogamento. **Revista Emergência**, Rio Grande do Sul, 11 de jun. 2022. Disponível em: <https://www.revistaemergencia.com.br/geral/sobrasa-lanca-manual-sobre-o-dia-mundial-da-prevencao-do-afogamento/>. Acesso em: 30 jan. 2023.

RODRÍGUEZ, F. A. et. al. A evolução da natação. **Efdeportes.com**, Buenos Aires, ano 9, n. 66, p. 1-14, nov. 2003.

SEGUNDO, A. D. S. S.; SAMPAIO, M. C. Perfil epidemiológico dos afogamentos em praias de Salvador, Bahia, 2012. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 24, n. 1, p. 31–38, jan. 2015.

SOARES, C. L. Educação Física escolar: conhecimento e especificidade. **Revista Paulista de Educação Física**, [S.l.], n. supl.2, p. 6-12, 1996.

SZPILMAN, D. Afogamento. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 6, n. 4, p.131-144, jul. 2000.

SZPILMAN, D. & SOCIEDADE BRASILEIRA DE SALVAMENTO AQUÁTICO (SOBRASA). **Afogamento**: Boletim epidemiológico no Brasil 2022. SOBRASA, [S.l.], 2022. Disponível em: <http://www.sobrasa.org>. Acesso em: 8 jan. 2024.

SZPILMAN, D. & SOCIEDADE BRASILEIRA DE SALVAMENTO AQUÁTICO (SOBRASA). **Afogamento**: Boletim epidemiológico no Brasil 2023. SOBRASA, [S.l.], 2022. Disponível em: <http://www.sobrasa.org>. Acesso em: 8 jan. 2024.

VASCONCELLOS, M. B. Teste de aquacidade para natação monitorada. **Revista Saúde Física & Mental**, Rio de Janeiro, v7, n. 1, p. 1-6, 2019a.

VASCONCELLOS, M. B. **Natação Monitorada**: Testes desde aquacidade até o nível avançado. Rio de Janeiro: Paco. 2019b.

VASCONCELLOS, M. B. Segurança aquática: teste de conhecimento preventivo de afogamento usado nas aulas de natação para prevenir o afogamento. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 5, n. 6, p. 24304-24324, nov./dez., 2022.

VASCONCELLOS, M. B.; MACEDO, F. C. Prevenção do afogamento com uso de conteúdos: Atitudinal, procedimental e conceitual. **Latin American Journal of Development**, Curitiba, v.3, n.5, p.3741-3754, nov./ dez. 2021.

VELASCO, C. G. **Natação segundo a psicomotricidade**. 2 ed. Rio de Janeiro: Sprint Editora Ltda. 1994.