

ESCOTISTAS E DIRIGENTES



PADRÕES DE ATIVIDADES ESCOTEIRAS

Um manual para escotistas e dirigentes

PADRÕES DE ATIVIDADES ESCOTEIRAS

UM MANUAL PARA ESCOTISTAS E DIRIGENTES

1ª edição - Abril de 2013

1.000 exemplares

SELEÇÃO E ELABORAÇÃO DE TEXTOS

Jair Nunes

Luiz Cesar de Simas Horn

Mário José Bruckheimer

BIBLIOGRAFIA

Guide to Safe Scouting - BSA

Acampar e Explorar - UEB

Guia do Desafio Sênior - UEB

Padrões de Acampamento - UEB

Guia Alimentar Brasileiro - Ministério da Saúde

Estatuto da Criança e do Adolescente

Proteção contra raios - INPE

Gás de Botijão - ANP

EDIÇÃO

Luiz César de Simas Horn

CAPA

Fabio Souza

DIAGRAMAÇÃO

Raphael Luis Klimavicius

Todos os Direitos Reservados.

Nenhuma parte desta publicação, incluindo as ilustrações, pode ser traduzida ou adaptada, reproduzida, armazenada ou transmitida, sob qualquer forma ou meio, sem prévia autorização expressa da Diretoria Executiva Nacional da União dos Escoteiros do Brasil.



Escoteiros do Brasil
construindo um mundo melhor

Escritório Nacional

Rua Coronel Dulcídio, 2107 - Bairro Água Verde - Curitiba PR - CEP 80250 100

Tel.: (41) 3353-4732 | www.escoteiros.org.br

Apresentação

Este livro é uma contribuição aos membros da União dos Escoteiros do Brasil, com objetivo de orientar a realização de atividades escoteiras de forma segura.

As orientações que formam este documento foram estabelecidas com base na longa experiência dos Escoteiros do Brasil, diante da efetiva necessidade de proteger seus membros, especialmente as crianças e jovens, de riscos conhecidos e identificados.

É fundamental que estas orientações não sejam vistas como limitações burocráticas ou dificuldades institucionais, mas sim como elementos que podem contribuir para o desenvolvimento de atividades atraentes e seguras.

As diretorias dos Grupos Escoteiros devem assegurar-se de que todos os adultos envolvidos no planejamento e aplicação de atividades, em especial os escotistas, conheçam todos os procedimentos recomendados, aplicando-os de modo prudente e eficaz. E, mais do que isso, devem acompanhar o planejamento e execução dos eventos para garantir a aplicação das orientações que formam este documento.

Como é impossível prever todas as hipóteses, naturalmente algumas situações não estarão contempladas, devendo as diretorias das Unidades Escoteiras Locais respectivas elaborar planos de ação com base no senso comum, nas regras de convivência da sociedade, nas políticas de segurança e na Lei e Promessa Escoteiras.

Sempre Alerta Para Servir!

Marco A. Romeu Fernandes
Diretor Presidente

Renato Bini
Diretor 1º Vice-Presidente

Rafael Rocha de Macedo
Diretor 2º Vice-Presidente

Marcos Carvalho
Diretor de Métodos Educativos

Índice

Apresentação	3
Capítulo 1 - Questões legais	5
Capítulo 2 - Planejamento	13
Capítulo 3 - Escolha do local	18
Capítulo 4 - Capacitação técnica	23
Capítulo 5 - Regras de segurança	25
Capítulo 6 - Tipos de atividades	36
Capítulo 7 - Material	39
Capítulo 8 - Proteção de jovens	52
Capítulo 9 - Saúde e higiene	57
Capítulo 10 - Sustentabilidade	63
Capítulo 11 - Alimentação	67

CAPÍTULO 1

Questões Legais

Cabe aos escotistas e dirigentes assegurar-se de que as atividades serão adequadamente realizadas, dentro das orientações técnicas, regras da instituição e legislação brasileira. Existem questões legais que não podem ser ignoradas.

Autorizações dos pais e responsáveis

Existem dois tipos básicos de atividades realizadas como parte do programa educativo do Movimento Escoteiro: as de sede e as de campo.

Para as atividades de sede, por serem a maioria no “ano escoteiro”, pode-se utilizar o expediente de incluir um campo na ficha de inscrição a ser preenchida pelo pai ou responsável legal, onde conste a autorização expressa para que o menor participe das atividades normais de sede e imediações, ou dentro do limite urbano, desde que acompanhados ou supervisionados por adultos devidamente nomeados pelo Grupo Escoteiro e registrados na UEB no ano em curso. Isto facilita em muito a organização, pois não será preciso obter autorizações a cada saída da sede, haja vista que os próprios jovens, no seu dia-a-dia, se deslocam livremente dentro do limite urbano, sozinhos ou acompanhados de amigos de mesma idade, autorizados verbalmente pelos pais.

As atividades de campo podem ser divididas entre aquelas que acontecem dentro do perímetro urbano da cidade, e as que excedem esse limite. Mesmo nos casos das atividades dentro do perímetro urbano, há a necessidade de os pais ou responsáveis legais autorizarem por escrito a participação do filho. Não basta apenas assinar, mas também se deve identificar com o número do RG ou do CPF, a fim de que se tenha valor legal. Esta questão deve ser bem entendida, pois não se pode correr o risco de ter em mãos apenas um “pedaço de papel assinado”, porém sem valor legal. Dispositivo do ECA (Estatuto da Criança e do Adolescente) responsabiliza

aquele que hospeda criança ou adolescente, desacompanhado dos pais ou responsável ou sem autorização escrita destes, ou da autoridade judiciária.

Um outro ponto a ser explorado na autorização de atividade refere-se ao preenchimento do formulário. Campos referentes ao uso de medicamentos (contínuos ou não), doenças ou problemas de saúde atuais, entre outros, devem ser indicados na ficha, assim como informar se o jovem possui algum plano de saúde.

A fim de facilitar o trabalho no Grupo Escoteiro, há muitos anos utilizam-se as fichas de autorização de atividades de campo. Os modelos são variados e são criados de acordo com a necessidade e a realidade de cada Grupo. Existe um modelo pronto no SIGUE - Sistema de Gerenciamento de Unidade Escoteira - que pode ser usado com muita facilidade.

Também é necessário destacar o caso das atividades cujos locais de realização excedem o perímetro urbano da cidade. Nesse caso o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) Lei 8069/90, em seu artigo 83, traz todas as informações legais pertinentes à autorizações para atividades fora da comarca onde o jovem reside.

No caso de atividades em outro estado deve-se obter, além da autorização dos pais, também a autorização da Diretoria da Região Escoteira de origem para se deslocar e participar da atividade. Também é necessário, nesse caso, solicitar ao juizado de menores a expedição de uma autorização para a viagem. Quando se tratar de atividades fora do país deve-se seguir o exposto nos artigos 84 e 85 do ECA.

Nas autorizações, em geral, a organização das atividades deve se embasar em toda a legislação específica no assunto.

Autorizações de proprietários dos locais

Ao se pensar em locais para atividades ao ar livre existe a preocupação de não repetir o local das últimas atividades. Apesar da existência de locais “à disposição” dos escoteiros, em que o proprietário foi escoteiro ou é simpatizante do Movimento, deve-se buscar, na medida do possível, a variação do local, considerando o interesse em se realizar atividades atraentes e variadas.

Para se conseguir bons locais de atividades ao ar livre é comum usar, principalmente, as sugestões de adultos do próprio Grupo Escoteiro ou de Grupos próximos. Essa troca de informações é a que mais comumente acontece.

O primeiro passo é o contato com o proprietário do local, que deve ser feito, preferencialmente, de forma pessoal no próprio local ou através de contato telefônico. Pode ser interessante levar um ofício do Grupo Escoteiro com a solicitação e detalhes da atividade. Nesse primeiro contato verifica-se se o local estará disponível na data da atividade, se haverá a cobrança de taxas (de pernoite, de utilização da cozinha, entre outros), as particularidades do local, restrições de algumas áreas, etc. É importante que se deixe uma boa impressão ao proprietário, sendo interessante entregar ao mesmo algum folder de divulgação do Movimento, algum periódico ou publicação escoteira sobre as atividades dos escoteiros, a fim de que o proprietário tenha uma noção sobre para quem ele estará cedendo a sua propriedade.

Deve-se, obrigatoriamente, realizar vistoria do local visando conhecê-lo, verificando “in loco” o que o mesmo oferece em termos de opções para atividades. Verificam-se, também, as instalações em geral com ênfase nas áreas para abrigo em caso de mau tempo, as instalações de cozinha, sanitários, entre outros. Nesse momento já se pode iniciar o rascunho do esboço ou croqui do local, que será muito útil no momento do planejamento do programa da atividade e servirá para localização das pessoas, caso o local seja muito amplo.

No término da vistoria do local é importante verificar se existe algum espaço que deve ser evitado, as áreas de risco (rios, lagos, lugares altos, etc.), definir os locais escolhidos para os montagem de barracas, se existe problema em fazer fogo de chão e buracos no solo, se é permitido cortar o bambu para as “pioneirias” e tudo o mais que for necessário saber. Devem ser anotados os telefones do proprietário para contatos futuros e, sempre que possível, uma autorização por escrito firmada pelo proprietário incluindo as condições da cessão.

Finalmente deve-se providenciar um mapa do trajeto da sede ao local, a ser distribuído aos pais e demais interessados (visitantes, equipes de emergência, etc.). Anotam-se pontos de referência tais como construções

(pontes, escola, igreja, etc.), bifurcações e ruas laterais que podem causar confusão no acerto do caminho, entre outros. Também se aproveita essa oportunidade para marcar a quilometragem do local até a sede do Grupo Escoteiro, que pode ser feito com uso do hodômetro do veículo ou utilizando o programa “Google Earth” ou o “Google Maps”, disponíveis na internet e que oferecem mapas de diversas regiões do planeta.

Não esquecer de agradecer o proprietário pelo uso das instalações, após a atividade.

Transporte dos participantes para os locais das atividades

O transporte dos participantes para o local do evento deve ser orientado pelos seguintes aspectos:

1. Em um evento em que os jovens se deslocarão a pé, eles devem ser orientados sobre as regras de segurança específicas, dentre as quais se pode destacar:

a) nas áreas urbanas a caminhada deve ser feita em “fila indiana”, pelos passeios (também conhecidos como “calçadas”).

b) nas estradas que não existam os passeios a caminhada deve ser pelo acostamento, neste caso no sentido inverso ao dos carros (pela contramão), de maneira que se possa visualizar os veículos que estão vindo na direção do grupo.

c) nas caminhadas noturnas, seguindo os itens já citados, o primeiro da fila deve portar alguma iluminação branca e o último da fila uma iluminação vermelha. Esta iluminação não deve projetar raio de luz, mas apenas sinalizar o ponto.

2. Em eventos em que os jovens se deslocarão de bicicletas, eles devem ser orientados sobre as regras de segurança específicas, dentre as quais se pode destacar:

- a) pelo código de trânsito brasileiro existem regras também para os ciclistas, já que a bicicleta é um veículo de propulsão humana, estando o ciclista, inclusive, sujeito a penalidades.
- b) todos os participantes devem saber andar de bicicleta com habilidade e conhecer as regras de trânsito gerais e específicas.
- c) todas as bicicletas devem estar em boas condições, em especial os freios, e deve haver material e ferramentas para consertos básicos.
- d) as bicicletas devem ter instalados refletores nos pedais, nos raios, traseiro (abaixo do selim) e dianteiro (no suporte do guidão).
- e) os participantes devem usar equipamentos de segurança pessoal e, ao menos o primeiro e o último do agrupamento, devem estar usando roupa ou adereço que facilite a visualização pelos condutores dos veículos motorizados.
- f) a circulação deve ser em ciclovias ou, onde não existirem, pelas estradas seguindo na mão do trânsito. Em caso da necessidade de passar por calçadas, parques ou jardins, a bicicleta deve ser levada empurrada e não montada.
- g) não permitir que os participantes conduzam as bicicletas lado a lado, mantendo uma fila sempre que possível, com razoável espaço entre eles.
- h) em caso de deslocamento noturno as bicicletas, se possível, devem ser equipadas com luzes dianteiras e traseiras.

3. Em eventos em que os jovens se deslocarão em veículos de pais e escotistas devem ser observadas as orientações específicas, dentre as quais se pode destacar:

- a) em reunião prévia com os pais devem ser definidos quem serão os motoristas, marcando horário e ponto de encontro, bem como da saída, garantindo que todos os motoristas são habilitados e que os participantes serão transportados de forma adequada, dentro dos veículos.
- b) todos os condutores devem ser informados claramente sobre percurso que será feito, incluindo os pontos de parada, comprometendo-se a segui-lo com rigor (sem atalhos ou caminhos pessoais), evitando que algum veículo se perca ou fique sozinho em caso de alguma dificuldade.

c) a distância e o tempo médio do deslocamento deve ser informado e acatado por todos, de tal modo que a velocidade usada pelos condutores seja adequada.

4. Em eventos em que os jovens se deslocarão em veículo fretado devem ser observadas as orientações específicas, dentre as quais se pode destacar:

a) exigir a autorização do órgão público regulamentador do serviço, verificando no site www.antt.gov.br se a contratada é cadastrada na ANTT - Agência Nacional dos Transportes Terrestres (para viagens interestaduais) e no órgão equivalente no estado para viagens intermunicipais.

b) contratar ônibus que ofereça cinto de segurança, que são obrigatórios nos ônibus fabricados de 1999 em diante.

c) é fundamental saber as condições gerais do veículo e sua documentação, se está autorizado a fazer transporte de passageiros por fretamento e se os profissionais estão devidamente habilitados para esse tipo de serviço. Também é necessária a autorização para a viagem emitida pelos órgãos reguladores. É importante verificar se na autorização os itens origem e destino coincidem com o objetivo da viagem. Esses cuidados são fundamentais para evitar que a viagem seja comprometida por má condição do veículo ou que seja interrompida por uma fiscalização.

d) os documentos deverão estar à disposição das autoridades de trânsito em qualquer momento da viagem, contendo nome do condutor e placa do veículo. O transportador também deverá portar a Nota Fiscal emitida exclusivamente para o serviço prestado.

Responsabilidades dos adultos

A palavra responsabilidade é legalmente usada quando da necessidade de restituição ou compensação por algo que foi retirado de alguém. Em nossos conceitos podemos nos referir a Responsabilidade Civil, Responsabilidade Penal e Responsabilidade Moral.

- A responsabilidade civil, prevista no código próprio, entende que aquele que, por ação ou omissão voluntária, negligência, ou imprudência, violar direito, ou causar prejuízo a outrem, fica obrigado a reparar o dano. Neste sentido, por exemplo, quando se estraga algo de uma área que foi cedida ao Grupo Escoteiro para realização de atividade, a responsabilidade pode levar a ter que consertar, indenizar e pagar por todos os danos causados à vítima.
- Na responsabilidade penal a pessoa infringe uma norma de direito público, uma lei, infringindo o interesse da sociedade. Nesse caso a responsabilidade é pessoal, intransferível, ou seja, o réu será julgado e pode pagar com a privação da sua liberdade.
- Em muitos casos o ato poderá provocar tanto ação de responsabilidade civil como de responsabilidade penal. Em qualquer dos dois casos, entretanto, a idade mínima para ser responsabilizado é de 18 anos.
- Também existe a responsabilidade moral, ligada a ética, e relacionada à responsabilidade com as ações e suas conseqüências nas relações sociais. Diz respeito ao dano causado ao indivíduo, a um grupo ou a uma sociedade inteira devido às ações ou omissões de uma ou várias pessoas. É o caso do prejuízo causado ao Movimento Escoteiro, como um todo, em conseqüência de ato de alguém.

Estas questões devem levar todos os escotistas e dirigentes a constante reflexão, organizando-se para realizar atividades com devido conhecimento, habilidade, seguindo a legislação e minimizando riscos. Os escotistas devem ter consciência de que não dominam todas as habilidades para todas as atividades. Reconhecer as próprias limitações e buscar ajuda de pessoas competentes para coordenar determinadas atividades, com qualidade e segurança, reflete a responsabilidade do adulto perante os jovens, a sociedade e ao Movimento Escoteiro.

Atestado de saúde dos participantes

Para praticar as atividades escoteiras é importante estar em condições de saúde adequadas. Durante o processo em que os pais inscrevem o jovem no Grupo Escoteiro ocorre o preenchimento dos seus dados pessoais. Neste momento é indispensável preencher a ficha com dados de saúde, incluindo um Atestado Médico, mantendo-a atualizada. Hoje em dia tudo isso ficará à disposição dos escotistas e dirigente no SIGUE.

Somente conhecendo o estado de saúde de cada jovem os escotistas podem ajudá-lo, protegê-lo, evitando circunstâncias que possam agravar problemas ou oferecer riscos para os jovens. Os problemas de saúde mais comuns e que são relevantes para a prática do Escotismo são: obesidade, doenças cardiovasculares, hipertensão arterial, diabetes, crises convulsivas, asma, apneia do sono, alergia a insetos e medicamentos, intolerância alimentar, problemas ortopédicos e de extremidades (unhas encravadas), frequentes lesões musculoesqueléticas e cirurgias ortopédicas.

Uma ficha de saúde deve conter algumas informações importantes, incluindo pessoas de contato em caso de acidente, seguros de saúde e convênios médicos que o jovem possui, tipo sanguíneo, medicamentos de uso contínuo, alergias, restrições a alimentação e medicamentos e data da última vacina antitetânica. Importante manter essa ficha atualizada e leva-la impressa nas atividades.

Faz-se necessária a vigilância constante na observância destes cuidados, pois o jovem muitas vezes, envolvido na disputa do jogo ou para não parecer “fraco” ou “doente” perante seus amigos, acaba esquecendo ou negligenciando o problema crônico existente e, por fim, acaba tendo uma crise aguda a ser tratada com urgência.

Todo adulto que se propõe a trabalhar na formação de jovens dentro do Escotismo deve ter uma preocupação constante com a segurança e a saúde dos jovens, garantindo o bem estar e resguardando-se numa eventual emergência ou urgência médica.

Seguros contra acidentes pessoais

Nos dias atuais existe grande variedade de empresas que fornecem serviços de atendimento de urgência e emergência durante os dias da atividade escoteira. Pode ser firmado um contrato específico para uma atividade ou por um determinado período de tempo (um ano, por exemplo), de acordo com a necessidade e disponibilidade financeira do Grupo Escoteiro.

Alguns Grupos Escoteiros oferecem o seguro incluído na contribuição mensal do jovem, garantindo assim uma cobertura durante o “ano escoteiro”, mas deve ficar registrado que a UEB também inclui todos os seus membros registrados, em todo o país, em um seguro contra acidentes pessoais. Em caso de dúvida o verso da credencial escoteira deve ser consultado.

CAPÍTULO 2

Planejamento

Existe um conceito na administração que trata de um ponto importante quando o assunto é organizacional. Trata-se do “longo caminho curto”, que diferente de seu colega - muito mais rápido por sinal, porém ineficiente - que é o “curto caminho longo”. Na organização de eventos sempre é mais seguro seguir o “longo caminho curto”, ou seja, seguir todas as etapas, uma a uma, de maneira que o resultado seja o mais previsível possível e as necessidades de ajustes sejam mínimas. Quanto mais prepara-se toda a Seção para uma atividade, mais este “longo caminho curto” será exercitado e mais garantido o sucesso. Mas, o contrário também é verdadeiro. Pular etapas para ser mais rápido vai, invariavelmente, deixar espaço para imprevistos e elevados riscos.

Objetivos da atividade

O programa educativo do Movimento Escoteiro conta com uma ampla variedade de atividades, cada uma com características próprias. Todas as atividades típicas escoteiras contribuem, de forma geral, para

o desenvolvimento pessoal das crianças e jovens. Mas, de acordo com os diagnósticos levantados na etapa inicial de um ciclo de programa, cada Seção Escoteira encontrará a necessidade de alcançar alguns objetivos mais específicos, algum interesse particular para aquele momento.

O objetivo da atividade indicará aquilo que será preciso em termos de local, recursos materiais e humanos, segurança, apoio (pessoal, veículos, etc.), programa de atividades, entre outros. A referência ao objetivo diz respeito, basicamente, ao que se pretende alcançar com a atividade, aquilo que se quer atingir.

Assim, para que uma atividade seja adequadamente organizada, ela deve ter muito claro qual o seu objetivo. Por exemplo, a Tropa poderá programar um acampamento com objetivo de desenvolver técnicas mateiras, enquanto uma jornada será realizada com objetivo de valorizar a vida de patrulha, e uma excursão a uma fazenda de produção leiteira terá como objetivo auxiliar na conquista de especialidades. Isso faz indispensável o conhecimento minucioso do que o local nos oferece, pois só assim é possível elaborar atividades que atinjam os objetivos específicos da atividade, assim como, em geral, contribuir com a progressão individual dos membros da seção. Mesmo em atividades de confraternização, como os Acampamentos de Grupo ou os eventos distritais, regionais ou nacionais, o objetivo deve ser considerado para, a partir disso, organizar a atividade.

É importante ressaltar que a atividade começa na sede do Grupo Escoteiro. Nas reuniões normais da Seção implementa-se a instrução das técnicas de campo. Promove-se reunião com toda a equipe de coordenação para discussão e decisão sobre locais adequados, prioridades, sugestões para o programa de atividades e definição dos responsáveis. Deve-se orientar os participantes sobre o material individual e, se for o caso, da patrulha a ser levado para a atividade, e com antecedência, separar e/ou adquirir todo o material de acordo com as atividades previstas.

Também será necessário promover reuniões com pais, informando detalhes da atividade, necessidades específicas que os jovens deverão prover, local e horário de saída e dados sobre o retorno, já definindo os responsáveis pelo transporte, se necessário.

Ainda é importante preparar programa alternativo para mau tempo, esquemas de segurança contra imprevistos, entre outros. Avisar os moradores da região, em caso de acampamentos volantes, de que os Escoteiros estarão realizando atividades e jogos durante os dias da atividade. Essa providência é muito importante, pois os moradores, devido à violência das cidades, ficam um tanto receosos com estranhos circulando na região próxima de sua residência.

Público participante

Cada Ramo tem seus parâmetros próprios para a realização de uma atividade ao ar livre, e que devem ser rigorosamente respeitados. O público que estará participando da atividade dará a base para o planejamento integral da mesma. As atividades a serem oferecidas aos lobinhos serão, com toda certeza, distintas daquelas propostas aos seniores, com diferente nível de autonomia e complexidade.

Da mesma maneira existem necessidades diferentes para cada público. Um acampamento de lobinhos, por exemplo, é feito em condições totalmente diferentes do que um acampamento do Ramo Escoteiro. Cozinha, tipo de barraca, sanitários, área coberta para abrigo, alimentação preparada, entre outros itens, são uma constante do Ramo Lobinho, enquanto nos outros Ramos a autonomia cresce progressivamente e estes itens ficam mais a cuidado dos próprios jovens.

O cuidado dos escotistas, em todos os casos, é o de acompanhar todo o processo. No caso de alimentação para o Ramo Escoteiro, por exemplo, que será confeccionado pelas patrulhas, deve-se garantir do treinamento prévio para elaboração do cardápio, e verificação prévia de que tudo está disponível, assegurando uma alimentação de qualidade e saudável aos jovens, evitando a repetição constante de alimentos menos saudáveis e nutritivos apenas por serem mais fáceis de serem preparados.

Mobilização de recursos humanos

Decidido o tipo de atividade, sua abrangência e outras questões de organização, também é necessário levantar os recursos humanos necessários. Dependendo do tipo de atividade há necessidade de mais ou menos adultos envolvido. Num acampamento de vários dias é necessária a presença de mais escotistas do que em um bivaque ou excursão, embora sempre seja fundamental um número mínimo para garantir o sucesso do evento, considerando:

- *Um mínimo de 2 escotistas:* participação, em tempo integral, de pelo menos dois escotistas devidamente nomeados e registrados, ou um escotista e um pai de um escoteiro participante, e pelo menos um deles deve ter mais de 21 anos de idade. É indispensável que pelo menos um dos adultos seja escotista da Seção, que conheça pormenorizadamente os jovens integrantes. O ideal é contar com pelo menos 1 adulto para cada 6 jovens.
- *Treinamento e orientação para patrulhas:* há alguns exemplos tais como atividades de patrulha, quando a presença de um líder adulto não é necessária e a liderança adulta deve estar limitada ao treinamento e orientação do monitor. Com o treinamento apropriado, orientação e aprovação do Chefe da Tropa, a patrulha realiza atividades sozinha, em ambiente seguro e local previamente visitado pelos adultos e isento de riscos. Nesse caso, a autorização da atividade deve constar, expressamente, que o evento não contará com a presença direta de adultos.
- *Chefia mista para atividades mistas:* liderança apropriada de adultos para acompanhar atividades escoteiras mistas com pernoite - até mesmo aquelas que incluem pais - com pelo menos um homem e uma mulher com idade superior a 21.
- *Atividades com um mínimo de quatro pessoas:* nenhuma atividade aventureira ou acampamento deve acontecer com menos do que quatro indivíduos (sempre com o mínimo de dois adultos). Se um acidente acontecer, uma pessoa fica com o ferido e duas vão em busca de ajuda.

- *Adulto capacitado para atividades especiais:* para todas as atividades que não são de rotina, como atividades aventureiras (aquáticas, escaladas, rapel, etc.), deve-se contar com a participação de adulto capacitado, escotista ou não, apto para orientar a atividade.

Muitos Grupos Escoteiros podem argumentar pela dificuldade na captação e manutenção de adultos, mas a garantia da qualidade e segurança exige que se busque soluções, entre as quais se podem citar:

- a) o apoio dos “jovens adultos” que fazem parte do Ramo Pioneiro, e que normalmente já são treinados em técnicas escoteiras, e que podem ser eventualmente convidados a ajudar.
- b) outra possibilidade é o recrutamento pontual dos pais para auxiliarem nas atividades, e que muitas vezes possuem formação ou habilidades que podem interessar.
- c) ainda, existe a alternativa de solicitar apoio da Diretoria do Grupo buscando escotista de outra Seção, ou pedir apoio a outro Grupo Escoteiro do Distrito. Esta questão é fundamental, e acaso não se tenham adultos capacitados e em número necessário, a atividade não deve ser realizada.

Mobilização de recursos materiais

Além dos equipamentos e materiais destinados ao programa do evento, também deve-se pensar nas questões de logística, urgências e imprevistos, destacando-se:

- Veículo disponível, todo o tempo, para eventual deslocamento urgente.
- Esquema de comunicação entre o local do evento e a cidade, com pessoas previamente acertadas para casos de necessidade.
- Conhecimento prévio do entorno do local, incluindo instituições de atendimento médico e de segurança pública.

Para o programa da atividade o cuidado com o acondicionamento e guarda dos materiais em geral deve ser redobrado. Não é raro encontrar nos Grupos Escoteiros almoxarifados com materiais amontoados e largados sem nenhum cuidado, gerando má conservação e conseqüente depreciação e deterioração dos materiais. Por isso torna-se fundamental a verificação prévia dos materiais ainda na sede, a fim de evitar desgostos futuros.

Orientações quanto ao material em geral:

- a) verificar as condições dos materiais, eliminar cordas deterioradas, limpar e verificar as ferragens das barracas, dar manutenção às ferramentas, etc.;
- b) verificar, limpar, substituir peças e testar os fogareiros e lampiões a serem utilizados. Adquirir os acessórios necessários (botijão ou refil de gás, camisas para lampião, etc.);
- c) levar sempre peças de reposição (elétricas, hidráulicas, mangueiras de gás, borrachas de vedação, etc.);
- d) levar todas as ferramentas (pás, enxadas, facões, etc.) necessárias para a utilização na atividade, verificando se estão em perfeitas condições. Levar principalmente uma caixa de ferramentas (chave de fenda, alicate, etc.) para manutenção dos equipamentos e outros;
- e) providenciar (adquirir ou pedir emprestado) os equipamentos a serem utilizados na atividade;
- f) levar extensões elétricas adequadas e lâmpadas, se necessário.

CAPÍTULO 3

Escolha do local

Em relação ao local é preciso considerar qual o tipo de atividade a realizar, bem como os recursos do próprio local ou área próxima a ele. Existem locais que se prestam a apenas um tipo de atividade, pois seus recursos são limitados, enquanto em outros podem-se realizar uma gama muito variada de atividades pois nele, ou no seu entorno, possuem excelentes alternativas.

ESCOLHENDO O LOCAL

A vistoria, se possível, deverá ser realizada em companhia do proprietário do local. Este fato garante tirar as dúvidas sobre o local, bem como as sugestões do proprietário. Este pode indicar onde existem opções para atividade, como uma cachoeira, um rio para banho, uma área para pesca, um barranco para descer de corda, entre outros. Também se verifica se existem opções já consolidadas de divertimento na região, como pesque-pague, parques aquáticos, clubes, etc., que também podem ser utilizados no programa de atividades.

Durante a visita ao local da atividade é preciso observar alguns tópicos importantes:

- Verificar se existe e onde se localiza o hospital ou posto de saúde mais próximo do local, para o caso de alguma necessidade urgente de saúde, bem como saber onde se localiza a farmácia mais próxima.
- Outro tópico é a comunicação via celular. Em áreas rurais é comum não ter sinal de celular em determinados locais, sendo recomendável colher informações com os moradores do local e da região para ver onde existe o melhor sinal e de qual operadora. Em último caso deve-se pedir para utilizar o telefone fixo do proprietário do local ou procurar algum telefone público da região.
- É prudente imaginar o local nas piores condições possíveis, consultando o proprietário sobre como fica o local numa grande tempestade, os locais mais atingidos, o “caminho das águas” por onde escoam numa grande chuva, etc. Também se questiona para onde sopra o vento na região, permitindo saber o que pode acontecer no caso de um vendaval.
- No caso de um acampamento também se verifica se o local possui uma área de abrigo para os participantes da atividade, no caso de uma grande intempérie. Em atividades de lobinhos também deve possuir instalações

sanitárias, em número suficiente de acordo com o número de participantes, preferencialmente na relação de um chuveiro e um sanitário para cada 10 crianças.

- Se há água potável perto, água para limpeza e para banho (rio, lago, açude, tanque) e o grau de periculosidade que eles representam.
- Se há madeira ou outros elementos para construir pioneirias, lenha para cozinhar e para Fogo de Conselho.
- Verificar, previamente, se os gêneros alimentícios podem ser obtidos com facilidade, principalmente quanto a leite, ovos, manteiga, frutas e legumes. Verificar, de acordo com o acampamento, a facilidade de obtenção de alimentos prontos junto a fornecedores de confiança.

Após a vistoria geral define-se o local de cada setor da atividade, desenhando um croqui que deve ser disponibilizado aos participantes com antecedência:

- a) área de acampamento dos jovens
- b) área de acampamento da chefia
- c) barraca da enfermaria
- d) área da cozinha (se for central)
- e) local para instalação dos banheiros
- f) barracas de almoxarifado e outros serviços
- g) área do Fogo de Conselho
- h) área de banho
- i) pontos de água potável

O proprietário do local deve ser questionado sobre as particularidades, como caixas de disjuntores, registro de água, caixas d'água, etc., pois o mesmo pode não estar presente na hora em que ocorrer algum problema.

Tipo de terreno e área para acampar

Baden-Powell dizia que os escoteiros deveriam deixar o local melhor do que o encontraram, então, a preocupação em escolher e usar o local com cuidado é fundamental. As principais questões são:

- *Dimensões*: o local deve ter uma dimensão adequada ao número de participantes. Um local muito pequeno será muito desgastado com o grande acúmulo de pessoas transitando por um ou mais dias. Este fato desagradará o proprietário do local, que poderá ter a impressão de que os escoteiros “estragaram todo o seu terreno”.
- *Solo*: cuidado com terrenos de barro, que é impermeável e impede que as águas se infiltrem com facilidade. Caso seja área gramada ou com leve inclinação não haverá maiores problemas. Evitar areia solta, que não dá segurança às construções. Evitar solos pedregosos, muito duros ou enredados de raízes grossas, onde cavar fossas é um trabalho penoso e agressivo à natureza.
- *Inclinação*: área plana com leve inclinação do terreno, que deve favorecer o escoamento de águas de chuvas e evitar inundação de barracas.
- *Tipo e estado da vegetação*: merecem cuidados especiais as áreas de vegetação seca, sujeita a incêndios, e áreas de reflorestamento de pinheiros *pinus elliottii*, cujos ramos, cheios de resina e facilmente inflamáveis, se acumulam no chão e podem propagar chamas com muita rapidez.
- *Barrancos*: também são desaconselhadas as áreas próximas de barrancos, que podem desmoronar sob chuva forte.
- *Rios e riachos próximos*: outro cuidado importante é quando se acampa próximo de rios ou riachos. É indispensável saber se o curso de águas está sujeito a ação da maré, ou se sofre enchente em caso de chuvas. Em regiões montanhosas são comuns as chamadas “trombas d’água” ou “cabeças

d'água”, quando, por força de chuvas no alto da montanha, um volume muito grande de água desce o rio em curto espaço de tempo, levando tudo o que estiver em seu caminho.

- *Sombras e proteção de árvores:* é desejável boa proteção contra os ventos dominantes. Mas não acampar muito perto das árvores isoladas, onde são maiores as incidências de raios, principalmente as mais altas de uma determinada região. Evitar palmeiras, coqueiros e outras árvores que possam desprender galhos, frutos pesados ou folhas lenhosas. O local escolhido deve receber o sol em parte do tempo.

Onde montar acampamento

A área para montagem do canto de patrulha deve ser escolhida tendo os cuidados gerais já citados, mas também se observarão outros detalhes.

- É importante ter árvores junto ao Canto de Patrulha, que ofereçam sombra, mas as barracas e toldos não devem ser montados embaixo de árvores.
- Montar a barraca com sua frente voltada para o leste ou norte. No primeiro caso, usado mais no verão, garante-se sol na porta da barraca de manhã e por sua traseira no fim da tarde. No segundo caso, usado mais no inverno, garante-se sol na barraca por um bom período durante o dia.
- Limpar toda a área onde será montada a barraca e instalado o “canto de patrulha”, retirando pedras e galhos, para melhorar as acomodações e evitar acidentes.
- Distribuir as patrulhas com alguma distância entre elas, permitindo que cada uma tenha vida própria, e de maneira que a chefia, em posição central, tenha visão de todas.

RECURSOS LOCAIS

Acampar é diferente de “dormir sob barracas”, pois entre seus propósitos está a convivência e comunhão com a natureza, aproveitando os benefícios de “viver ao ar livre”. Pensando nisso deve-se aproveitar tudo aquilo que a região oferece. Um local próximo a corredeiras e cachoeiras, um lago cristalino, um rio com peixes, grandes árvores, trilhas, etc., deve ser bem usado e incluído no programa de atividades.

Dependendo do público e dos recursos de segurança disponíveis pode-se incluir jogos aquáticos, navegação de jangadas, “boia cross”, rapel, cabo aéreo, construção de grandes pioneirias, pesca ou um refrescante e divertido banho.

Tudo aquilo que for interessante e viável, e estiver nos arredores do local de acampamento, poderá ser utilizado. Há que se ter o cuidado de verificar com antecedência questões de ingresso e outros custos que poderão ser exigidos para o uso desses locais de divertimento, bem como certificar-se de que a segurança oferecida por esses locais está em ordem.

CAPÍTULO 4

Capacitação técnica

Mais do que uma obrigação legal, o escotista deve buscar a habilitação ideal para o desempenho de suas funções. Por um lado existe o processo de formação oferecido pela UEB, que prepara o escotista para exercer sua tarefa frente aos jovens, seus pais e o Grupo Escoteiro. Além disso cabe a cada escotista buscar seu aperfeiçoamento técnico para operar um programa de atividades. Cada um sabe suas limitações e deve tentar diminuí-las através de cursos e atividades de formação disponibilizadas por várias instituições.

HABILITAÇÃO DOS ESCOTISTAS

É fundamental que o escotista compreenda a dimensão e responsabilidade de sua função e, como educador, prepare-se adequadamente para propor atividades, coordenar, planejar e executar programas. Eventualmente cometem-se erros ou equívocos, mas é inadmissível que alguém peque por tentar fazer aquilo que não tem experiência e conhecimento, por avaliar superficialmente os riscos, ou por negligenciar a preparação e a segurança.

Quando não se tem conhecimento ou experiência efetiva em algum assunto, isso deve ser reconhecido e buscado auxílio de especialistas que podem ajudar.

Captação de especialistas para atividades específicas

Este tópico é um prolongamento do assunto abordado no tópico anterior, e buscar pessoas experientes em assuntos específicos deve ser uma preocupação quando não se detém o conhecimento do assunto em questão.

Caso se queira realizar alguma atividade de rapel, por exemplo, pode-se contatar o corpo de bombeiros, o quartel do exército ou o clube de montanhismo mais próximo. Lá existirá pessoal especializado para ajudar a treinar os jovens (e os escotistas), prover material adequado, e orientar a execução da atividade.

No mesmo sentido deve-se agir, por exemplo, quando se necessita realizar uma atividade com ênfase nas especialidades. O número de especialidades escoteiras aumentou muito nos últimos anos, e com isso veio a necessidade cada vez maior de contar com especialistas, seja para ministrar atividades ou atuar como examinador.

Assim, tanto é importante manter relacionamento com as instituições que podem ajudar, como verificar, quando da inscrição da família no Grupo Escoteiro, qual a profissão dos seus pais, bem como hobbies e passatempos, pois alguns desses conhecimentos poderão ser aproveitados nas atividades.

CAPÍTULO 5

Regras de segurança

O Escotismo evoca imagens da vida ao ar livre, campismo, aventura, atividades das mais diversas. A busca por explorar todo este universo escoteiro leva jovens e seus escotistas aos mais diversos cenários, distintas formas de fazer as coisas e diferentes situações para desfrutar.

A aventura atrai a atenção dos jovens e é uma marca do Escotismo, porém, como em tudo, deve ser feita de forma responsável, planejada, minimizando ao máximo os riscos. Uma das funções do líder adulto é justamente a de, sabendo da existência do risco, preveni-los. O adulto atua - e deve atuar sempre - de maneira educativa, já que seu papel nesse processo é levar o jovem a vivenciar o máximo de experiências possíveis que contribuam para seu crescimento - sadio e de forma sadia.

REGRAS GERAIS DE SEGURANÇA EM ATIVIDADES - MINIMIZAR RISCOS

O adulto passará a minimizar riscos ao se antecipar a ele, ou seja, conhecendo o chão onde o jovem pisa, se antecipando na ação para não ser surpreendido por não ter saído da sua “zona de conforto”.

A melhor maneira de êxito em uma atividade é seu planejamento detalhado, prevendo não somente um plano de ação, mas um ou dois programas alternativos. Para isso vale, em primeiro lugar, usar a experiência acumulada, buscando nas atividades antigas os fatores de sucesso e de fracasso. Lembrando da ocasião em que a chuva se transformou em obstáculo intransponível, impedindo de atravessar um rio, será possível pensar em como evitar uma repetição em nova atividade.

Experimentar é um dos instrumentos mais constantes e bem-vindos na proposta educativa do Escotismo, porém deve ser feito com segurança. O mínimo que um pai, mãe ou responsável espera é o retorno do seu filho em perfeitas condições.

REGRAS DE SEGURANÇA AO SE FAZER FOGO E FOGUEIRAS

Muitas das atividades escoteiras ao ar livre - a maioria delas - envolvem fogo e/ou fogueira, seja ela para preparar ou aquecer algum alimento ou realizar um Fogo de Conselho. Esta atividade, além de prazerosa, leva o jovem a avançar seu limite e vivência além do seu cotidiano, já que não está presente em seu dia a dia. Contudo, e isto deve ser motivo de atenção, assim como o fogo ou uma fogueira pode causar momentos inesquecíveis, pode também causar acidentes, e isto deve e pode ser evitado.

Para decidir-se sobre uso de fogo ou confecção de uma fogueira, deve-se preliminarmente considerar:

- a) a disponibilidade de equipamento próprio, como fogareiro, ou a necessidade de construir fogão ou fogueira;
- b) a finalidade, que vai indicar o uso de equipamento ou tamanho da fogueira e tipo de lenha desejável;
- c) o local onde será confeccionada, se indica riscos e consequentes cuidados;

Os principais cuidados de segurança, para o uso de um fogareiro a gás, são:

- Manter o fogareiro protegido do vento, evitando apagamento da chama e vazamento de gás, que podem provocar intoxicações ou incêndios.
- Nenhum botijão deve ser exposto à temperatura superior a 50°C, razão pela qual não se conectam acessórios como fogareiros, lampiões e outros tipos de queimadores diretamente na válvula do botijão, pois isso pode derreter o plugue-fusível e causar incêndio.
- O botijão deve estar em local arejado, distante do fogo pelo mínimo a 80 cm, e a mangueira e o regulador devem ser certificados pelo INMETRO e estar dentro da validade. Deve-se cuidar para que a mangueira não fique encostada no fogareiro, evitando que ela derreta e cause acidente.

- O botijão nunca pode ser armazenado em compartimentos fechados, como barracas, caixas de patrulha, armários, etc. Deve ser transportado em pé e jamais pode ser rolado. Alguns estados têm legislação específica sobre transporte de botijão.
- A compra do botijão deve ser feita em empresa autorizada, com a marca estampada em relevo no mesmo, lacre e etiqueta, garantindo que passou por teste. Jamais, em hipótese alguma, admite-se que se faça recarga de gás com aparelhos improvisados, em companhia ou terceiros não autorizados.
- Quando a alimentação dos queimadores do fogão estiver insuficiente, provavelmente o gás acabou. Não se deve tentar forçar a saída de gás ou aquecer o botijão. Nunca se deve virar ou deitar o botijão, pois se ainda existir algum resíduo de gás, ele poderá escoar na fase líquida, o que anula a função do regulador de pressão, podendo provocar graves acidentes, assim como entupir com impurezas o regulador, a mangueira e os queimadores.
- Antes de trocar o botijão deve-se assegurar de que todos os botões dos queimadores do fogão estão desligados, nunca efetuando a troca próximo de chamas, brasas, faíscas ou qualquer outra fonte de calor. O lacre deve ser retirado levantando a própria aba do anel externo e girando-a no sentido anti-horário até o disco central sair completamente. Após retirado do regulador do botijão vazio ele deve ser encaixado e rosqueado sobre a válvula do botijão cheio, fazendo o aperto final apenas com as mãos e jamais usando ferramenta.
- Em nenhuma hipótese pode-se usar fogareiro dentro de barracas, bem como não se deve mantê-lo em local onde se dorme, mesmo que apagado.
- Para que os fogareiros possam prestar bons serviços, é indispensável que sejam mantidos limpos e em ordem.

As mesmas regras e orientações servem para a utilização de lampiões a gás.

Os principais cuidados de segurança, para uso de uma fogueira, são:

- *Limpendo o chão:* antes de acender uma fogueira, todo o capim, folhas secas, mato, etc., deve ser removido ao redor do local escolhido, evitando que o fogo se propague ao redor. Muitos incêndios em matas foram causados por acampantes que não observaram as regras de segurança.
- *Entorno:* o fogo deve encontrar-se longe de barracas e lugares onde pessoas transitam; o espaço da cozinha deve permitir o livre e seguro movimento dos cozinheiros, e a área da fogueira protegida com pedras que a rodeiem ou montada em um buraco.
- *Combustível:* não se utiliza, nunca, combustível inflamável para acender o fogo. Os jovens devem ser orientados para usar “iscas” sólidas, não explosivas, como pastilhas de álcool-gel, bastões encerados, ou os “acendalhos” tradicionalmente usados no Escotismo. É importante assegurar-se de que as patrulhas não dispõem de álcool ou outro combustível para facilitar o acendimento.
- Caso seja necessário fazer o fogo sobre a grama, será conveniente cortar com a pá o terreno e retirar uma camada de grama com solo, de no mínimo 12 cm; guardar em um local úmido, pois ele será utilizado para cobrir o local ao final da atividade.
- *Apagando o fogo:* deve-se verificar que a fogueira esteja bem apagada antes de abandonar o local. O fogo deverá ser apagado com água e terra, e deve se pisar bastante em cima dele para que não fique nenhuma fagulha acesa que possa mais tarde iniciar um incêndio. Finalmente, repõem-se a camada de terra com vegetação que estava ali no início e que havia sido tirada antes de fazer a fogueira,

SEGURANÇA EM ATIVIDADES AVENTUREIRAS

Aventura! É para isso que os jovens procuram o Escotismo. Além de atraentes, as atividades aventureiras, na dose certa para o público certo, se constituem em excelente oportunidade para provocar o autoconhecimento nos jovens, e para que aprendam que podem superar limites e dificuldades. Pode ser uma escalada, uma jornada com maior grau de dificuldade, uma travessia de rio, uma atividade com jangada, uma navegação com barco, caiaque ou similar, rafting, rapel ou montanhismo.

Essas atividades merecem uma segurança adicional, pois o risco também é maior. Evidentemente é necessário uma capacitação prévia dos participantes, assim como cuidados com os vários aspectos da atividade. Recursos de comunicação se tornam mais preciosos, equipamentos específicos devem estar disponíveis e a orientação de especialista pode ser indispensável. Além disso, apresentam riscos que devem ser conhecidos, prevenidos e minimizados, e que podem ser de dois tipos:

Perigos objetivos: são aqueles que resultam de processos e fenômenos próprios da natureza. Podem ser de ordem geofísica, ambiental e meteorológica, como por exemplo: queda de pedras, deslizamento de terra, rocha desgastada, avalanches, frio, temporais imprevistos, nevoeiro, aumento repentino no fluxo de rios, a temperatura da água e a temperatura ambiente, barrancos e cânions, trombas d'água, etc. São perigos que não se pode evitar que ocorram, mas faz parte da responsabilidade dos escotistas aprender a reconhecer os locais e momentos potencialmente perigosos para não estar lá quando acontecerem.

Perigos subjetivos: são originados por atividades próprias das pessoas (fatores de ordem física, psíquica e moral), como por exemplo: avaliação inadequada dos riscos, inseqüência e desconhecimento dos perigos, desconhecimento da trilha, não possuir o preparo físico adequado, realizar uma atividade sem os devidos conhecimentos técnicos, falta de planejamento, uso inadequado de equipamento, informação meteorológica insuficiente, alimentação inadequada, falta de tempo para descanso, persistir no objetivo além do que é sensato, sair desacompanhado de um especialista ou guia certificado, etc. Neste caso são perigos que podem ser controlados, já que

dependem da própria ação. Quanto mais experiência neste tipo de atividade é adquirida, mais prudentes, sensatos e humildes se tornam os escotistas, aumentando o controle sobre a atividade, conhecendo e reconhecendo as próprias limitações e as dos companheiros, tanto físicas como técnicas e psicológicas.

Algumas recomendações para minimizar esses riscos são:

- A aventura deve estar na cabeça e emoção dos jovens. Os recursos de segurança devem estar presentes e deve-se gerar compromisso de todos em utilizá-los.
- Capacitação para a atividade que será realizada, para que todos saibam o que devem fazer e possam manter sempre a calma, mesmo em situações difíceis, com tempo para analisar e decidir.
- Listar exatamente o que pode ser levado nas mochilas, para que não fiquem sobrecarregadas. É necessário prever o equipamento que será usado.
- Contar com todo o equipamento adequado para a atividade, em boas condições e certificado pelas autoridades competentes. Revisar o equipamento ao menos duas vezes antes de iniciar a atividade.
- Planejar a atividade considerando as horas de luz disponíveis, para que comecem e terminem durante o dia. Deixar sempre uma margem de segurança além do período de tempo necessário para a atividade, pois sempre podem ocorrer imprevistos.
- Consultar, em diferentes fontes, a previsão do tempo para a área onde será desenvolvida a atividade.
- Use guias e especialistas, reconhecidos e certificados, para assistência em atividades que você não tem conhecimento total.

- Deixar sempre avisado aos diretores do Grupo Escoteiro, pais dos jovens, companheiros de Escotismo, autoridades sediadas na área usada (policiais, guardas florestais, etc.) ou proprietários do local qual itinerário que será realizado, assim como a duração aproximada da atividade.
- Levar comida leve e energética, de rápida absorção, assim como bebida suficiente para toda a atividade. Informar-se previamente da possibilidade de abastecimento de água durante o evento.
- Nunca forçar nem coagir um jovem para que faça algo que não quer ou tem medo. É importante respeitar o descanso e os limites técnicos, físicos e psicológicos.
- Nunca menosprezar a natureza ou a atividade. Por mais conhecida que seja a técnica e o local, por mais simples que pareça, a autossuficiência e o excesso de confiança são os principais fatores de acidentes.

SEGURANÇA EM ATIVIDADES AQUÁTICAS

Atividades que envolvem a água são sempre bem-vindas! Não há nada mais gostoso que num Acampamento da Seção prever um bom banho de rio ou um jogo que envolva o mesmo. Conhecer este rio ou lago é fundamental para o êxito da atividade.

Escotistas que coordenam uma atividade aquática devem ter treinamento específico, conhecendo as regras e orientações para garantir a segurança de todos.

- *Supervisão qualificada*: toda atividade de natação deve ser supervisionada por um adulto preparado, que compreenda e aceite conscientemente responsabilidade pelo bem estar e segurança dos membros jovens sob seus cuidados. As atividades de natação devem ser monitoradas de perto e continuamente por uma equipe de resgate treinada para responder durante emergências, formada por um adulto para cada dez jovens.

- *Saúde e aptidão*: conhecimento prévio sobre saúde e aptidão dos jovens deve ser preocupação constante. Os pais devem preencher formulário e autorizar expressamente as atividades aquáticas.
- *Área segura*: todas as áreas de banho devem ser cuidadosamente inspecionadas e preparadas anteriormente para cada atividade. Profundidade da água, qualidade, temperatura, movimento e limpidez são considerações importantes. Perigos devem ser eliminados ou isolados com marcas visíveis e discutidos com os participantes.
- *Acesso controlado*: deve existir ponto específico de acesso para entrar e sair da água. Áreas de banho devem ser demarcadas e deve ser de fácil acesso para o pessoal designado ao resgate. A área deve ser livre de tráfego de barcos, surfe ou outras atividades que não sejam natação.
- *Condições do fundo e profundidade*: o fundo deve ser livre de árvores e detritos, sem mudanças bruscas na profundidade. Pessoal do resgate devem ser capazes de alcançar o fundo facilmente. Caso se autorize natação para os efetivamente habilitados, a profundidade máxima da água em local límpido deve ser de 3,5 m.
- *Visibilidade*: mergulhos não devem ser realizados em águas turvas, ou seja, quando um nadador pisa no fundo e não consegue ver os próprios pés.
- *Mergulho de ponto elevado*: mergulhos partindo de fora da água são perigosos e devem ser evitados. Só podem acontecer em profundidade de pelo menos 2,10 metros, e nunca de altura superior a 1 metro. As pessoas não devem pular na água de alturas superiores a sua própria altura e só devem pular em águas com a profundidade da altura de seu peito ou mais fundas, para um risco mínimo de contato com o fundo.
- *Temperatura da água*: a temperatura confortável da água para natação é ao redor de 26 °C. Atividades na água a 21 °C ou menos devem ser de duração limitada e monitoradas de perto, para evitar a hipotermia.

- *Qualidade da água:* águas estagnadas, com mal cheiro, com algas ou espuma, e áreas poluídas pela pecuária devem ser evitadas.
- *Água em movimento:* áreas com grandes ondas, correntes fluindo rapidamente ou correntes moderadas que fluem para o mar ou para áreas de perigo devem ser evitadas.
- *Tempestades:* participantes devem ser retirados da água para um local de segurança sempre que houver ameaças de relâmpagos ou trovões.
- *Uso de colete salva-vidas:* nenhuma atividade de navegação deve ser realizada sem que os participantes utilizem coletes salva-vidas, certificados e em bom estado.
- *Sistema de duplas:* todos os participantes devem ser dispostos em pares. Os companheiros ficam juntos, monitoram um ao outro e alertam a equipe de segurança se precisarem de assistência. A cada 10 minutos um escotista emite um sinal de apito e uma chamada pelas “duplas”. As duplas levantam a mão um do outro antes de uma lenta contagem até dez. Companheiros que demorem a encontrar um ao outro devem ser lembrados que é deles a responsabilidade pela segurança do outro. Uma vez que todos tem um companheiro, uma contagem é feita por área e comparada com o número total que deve estar na área. Depois da contagem confirmada, um sinal é dado para reiniciar o banho.

Regras são eficazes apenas quando seguidas. Todos os participantes devem conhecer, compreender e respeitar as regras e procedimentos para um banho seguro. Regras apropriadas devem ser discutidas antes da atividade e revisadas por todos os participantes um pouco antes do banho começar. É mais provável que as pessoas sigam as instruções quando conhecem as razões para as regras e procedimentos.

RISCO DE RAIOS

No Brasil é muito comum trovoadas com relâmpagos, e que atingem, muitas vezes, as atividades escoteiras ao ar livre. Em casos de tempestade com trovões é importante acreditar que não há local ao ar livre fora de risco. A única ação segura é entrar em um abrigo ou veículo, no qual se deve ficar dentro por pelo menos trinta minutos após ouvir o último estrondo ou trovão, antes de recomeçar as atividades.

Redução do risco, quando não há prédios ou veículos por perto:

- Se estiver acampando ou caminhando longe de um prédio ou veículo seguro, evite campos abertos, o topo de uma colina ou um cume alto.
- O grupo deve ser espalhado a uma distância aproximada de 30 metros um do outro, se possível.
- Ficar longe de árvores altas e isoladas, mastros de bandeiras, totens ou outros objetos altos. Quando se está no meio de uma floresta a recomendação é ficar perto de um conjunto de árvores baixas.
- Manter todos longe da água, itens molhados (como cordas) e objetos metálicos, como cercas e postes. Água e metal são excelentes condutores de eletricidade.

FOGOS DE ARTIFÍCIO

Os escotistas devem assegurar-se de que os jovens não transportem, guardem ou façam uso de fogos de artifício, mesmo os mais simples, evitando riscos de acidentes e incêndios.

Em caso de realização de exibição de fogos de artifício, a preparação e acendimento devem ser feitas em local apropriado, longe de público, e por adultos especializados nesse trabalho.

MEDIDAS URGENTES E ESTRUTURA DE RETAGUARDA

A atividade irá acontecer. Tudo está propenso e colaborando para que ela - atividade - aconteça sem maiores problemas. Mas ainda existe uma preocupação: dividir as tarefas para que sejam providenciadas as questões a seguir:

- *Rota de fuga*: acessos, atalhos, caminhos que levam ao mesmo local para chegar ao acampamento ou atividade, se for necessário. Medidas preventivas para a pior das previsões (que devem e fazem parte de um bom planejamento), ensaios ou atividades de simulação que se aproximem da realidade podem e devem ser desenvolvidas pelas Seções.
- *Telefones úteis*: uma boa agenda de telefones, números de emergência, autoridades previamente avisadas sobre o que está ou estará acontecendo na localidade em questão são ótimas formas preventivas.
- Cabe à equipe de retaguarda papel de apoio na preparação estrutural do evento, que pode ser na cozinha, no transporte dos jovens, em uma atividade aventureira, na base de um jogo, na segurança noturna, como salva-vidas, enfermaria, almoxarifado, etc. Isso aproxima os pais, os motiva e promove a participação da família no Grupo Escoteiro, além de ser uma bela forma de captação de novos escotistas para a Seção.

DECISÕES - CANCELAMENTO, ADIAMENTO OU INTERRUPÇÃO DE UMA ATIVIDADE

A atividade foi bem planejada e organizada, mas as vezes os escotistas e jovens são surpreendidos pelo inesperado, como uma tempestade incomum, um alagamento que impede passagem, um vento forte que destruiu barracas, ou provocou destruição na estrutura do local do acantonamento.

Tomar decisões é um exercício constante no dia a dia dos escotistas. E isto se reveste de complicações quando envolve o bem estar dos jovens. Um escotista que sabe o que faz, que é firme em suas convicções, certamente

será alguém muito respeitado pelos jovens e seus pais. Tomar a decisão de cancelar um evento, mesmo que não agrade a todos, mas que garante a saúde e a integridade dos jovens, pode ser necessária.

O ponto fundamental, neste caso, é conversar com os outros adultos, discutir a questão com monitores (se for o caso), e explicar aos jovens as razões da decisão, traduzindo aos jovens o cenário. Decisões com critérios claros contribui para o crescimento de todos. Ao escotista cabe, como adulto responsável, a intervenção educativa, resguardando a saúde e protegendo os jovens, e não pode eximir-se desta tarefa.

CAPÍTULO 6

Tipos de atividades

Atividades ao ar livre fazem parte do Método e do Programa Escoteiro, e devem ser uma constante na vida de todas as Seções, da Alcateia até o Clã Pioneiro. A escolha pelo tipo de atividade acontecerá em função do público (faixa etária, capacidade técnica e atração pela atividade) e do interesse educativo a partir da experiência que pode oferecer aos jovens.

OS DIFERENTES TIPOS DE ATIVIDADES

- *Excursões*: são as atividades ao ar livre, sem pernoite e normalmente em área não urbana, onde é aprimorada a aplicação de técnicas mateiras, orientação, observação, avaliação, entre outras. No escotismo, as atividades com objetivo exclusivo de turismo e/ou recreação são chamadas de visitas ou passeios. O deslocamento pode ser em transporte coletivo, transporte fretado, ou com apoio dos pais ou mesmo de bicicleta ou a pé, se for local próximo. A excursão pode ser feita pela Alcateia, pela Tropa, pelas patrulhas ou pelo Grupo Escoteiro.
- *Jornadas*: atividade ao ar livre, em área não urbana, onde os participantes deslocam-se por um trajeto de pelo menos 15 Km, por qualquer meio de

locomoção não motorizado com pernoite em barraca, bivaque ou acantonado. A jornada não implica apenas em caminhar, mas em usar mapas e bússolas para orientar-se, e seguir instruções previamente transmitidas. Deve ser feita com todos usando adequadamente o vestuário escoteiro.

- *Acantonamentos*: são as atividades de campo em que o pernoite e as demais estruturas acontecem em instalações como casas, galpões, celeiros, etc. A programação ao ar livre acontece naturalmente e deve ser tão atraentes como um acampamento. A diferença está no conforto e segurança, razão pela qual é habitualmente usado para o Ramo Lobinho.

- *Bivaques*: são atividades de campo em que o pernoite é realizado em abrigo construído, e não em barracas. É mais usada com o Ramo Sênior, embora possa ser também usada no Ramo Escoteiro. Depende de treinamento prévio, boas condições de tempo e material disponível. Em alguns lugares do Brasil se entende bivaque como uma atividade no campo sem pernoite, semelhante a uma excursão.

- *Acampamentos*: é a melhor experiência oferecida pelo Escotismo, que permite a convivência com a natureza na sua melhor forma. Os acampamentos podem ser de diferentes formas:

- Acampamento de final de semana, mais adequado para treinamento de técnicas.

- Acampamento de média duração, aproveitando um feriado prolongado, de 3 a 5 dias, são ótimos para fazer construções de pionerias.

- Acampamento de férias, de uma semana até 10 dias, é excelente para explorações, construções de pioneirias e para aproveitar ao máximo o contato com a natureza.

- Acampamento de alcateia: o acampamento com lobinhos tem algumas diferenças do acampamento dos demais Ramos, assemelhando-se a um acantonamento. As matilhas não acampam separadas, não constroem as estruturas de apoio, e a comida é feita pelos adultos.

- Acampamento de patrulha: as patrulhas acampam individualmente, em local conhecido e aprovado pela Chefia da Tropa, para treinamento e para aproveitar o convívio com a natureza. O programa é preparado pelo Conselho de Patrulha.

- Acampamento de tropa: atividade desenvolvida pela Seção, com objetivo de colocar os jovens em contato direto com o campo, com a natureza. As patrulhas montam seus cantos distantes uma das outras, enquanto a chefia se instala onde possa visualizar todas as patrulhas. O programa é preparado pela chefia, com base nas demandas apresentadas pela Corte de Honra, e deve valorizar a fraternidade escoteira, as técnicas, pioneirias, cozinha, etc. Não se recomenda que em acampamentos a equipe de escotistas assuma todas as tarefas relacionadas à estruturação do campo, mas que as oriente, entregando parte do processo às patrulhas e à Corte de Honra.

- *Acampamento volante*: atividade ao ar livre, em área não urbana, onde os participantes se deslocam (a pé, de bicicleta, a cavalo ou embarcado) por um determinado itinerário, previamente estabelecido e seguro, pernoitando pelo menos uma noite em barraca, em um ponto desse itinerário, seguindo viagem no dia seguinte.

- *Grandes acampamentos*: estas atividades são diferentes dos acampamentos de Tropa, em que se destaca a aplicação do Método Escoteiro. Os grandes eventos, exemplificados pelos ELO's, AJURIS, JAMBOREES, Acampamentos Regionais, Distritais, entre outros, valorizam a confraternização, os novos conhecimentos e a alegria de ser jovem e fazer parte do Escotismo.

CAPÍTULO 7

Material

Existe uma evidente relação entre atividade e material e equipamentos necessários. Uma boa atividade escoteira exige um bom planejamento. Primar pelo material a ser utilizado é tão importante quanto primar pelo programa e pela segurança, e torna-se fundamental destacar os pontos principais.

MATERIAL INDIVIDUAL

O material individual deve ser preparado por cada participante, de acordo com a atividade, acondicionado na mochila individual, e pode ser orientado a partir da relação a seguir.

- *Material geral:* mochila, saco de dormir, lençol ou colchonete e cobertor/manta, isolante térmico;
- *Roupas:* roupa para viagem, roupa de atividade, roupa de baixo, abrigos e agasalho para frio e chuva, roupa de banho, calçados, meias, luvas, boné ou chapéu;
- *Material de higiene:* desodorante, escova dental, pasta dental, pente ou escova para cabelo, sabonete, shampoo, papel higiênico, toalha de banho, repelente para mosquitos, protetor solar;
- *Material para alimentação:* talheres, prato, caneca ou copo de plástico;
- *Medicamentos:* remédios de uso contínuo e as recomendações médicas.
- *Variedades:* abridor de lata, sacos plásticos (vários tamanhos), bússola e mapas, relógio, isqueiro ou fósforos protegidos, cantil, canivete, máquina fotográfica, lanterna e pilhas, agulhas e linhas, apito.

MATERIAL COLETIVO

O material coletivo, de patrulha ou da Seção, é aquele que deve servir a todos, e pode ser escolhido a partir de uma relação, dispensando aquilo que, para a atividade, não é necessário.

- *Abrigo e proteção*: barracas para dormir, barraca para intendência, toldos e lonas.
- *Material para cozinha*: fogão portátil com gás de reserva, grelha, panela, acessórios de cozinha (tábua, facas, garfo grande e concha), bacias, travessas, panos, abridor de latas, pedra de amolar, fósforos (impermeabilizados) ou isqueiros.
- *Material para iluminação*: lampiões a gás com reserva e camisas extras, lampiões e lanternas a pilha com reserva, velas.
- *Ferramentas de sapa*: enxada, pá, marreta.
- *Ferramentas de corte*: faca, facão, machadinha e serrote.
- *Material de limpeza e higiene*: detergente, esponja, pano de prato, sabão, papel higiênico.
- *Saúde*: caixa de primeiros socorros, comprimidos de purificação d'água.
- *Outros*: apitos, rolo de sisal, cabos diversos.

FERRAMENTAS DE CORTE, CUIDADOS E MANUTENÇÃO

As ferramentas de corte, como a faca, o canivete, o serrote, o facão e a machadinha, são instrumentos muito úteis para se usar em acampamentos. É no acampamento, ou dentro do mato, que se pode portar faca, facão ou machadinha adequadamente presos à cintura, exclusivamente quando eles

são necessários. Em reuniões de sede ou atividades na cidade nunca se portam ferramentas de corte, pois além de proibido por lei são perigosos para todos.

Todos os utensílios de metal necessitam ser conservados antes, durante e depois. Para isto deve-se:

- Limpar as ferramentas após o uso. Se for necessário devem ser lavadas e secas.
- Verificar se os cabos estão bem fixos e fazer as manutenções.
- Manter as ferramentas afiadas.
- Passar uma fina camada de óleo sobre as partes ferrosas, e guardá-las envoltas em plástico, preferencialmente dentro da bainha.

Canivete ou faca

A faca é uma ferramenta indispensável nas excursões e acampamentos. Algumas considerações importantes sobre a faca são:

- As facas inoxidáveis perdem o fio com facilidade. As de aço comum são mais fortes e permanecem afiadas por mais tempo, mas necessitam de cuidados e limpeza para não enferrujar.
- O tamanho ideal deve ter até 25 cm, com o cabo já incluso, com lâmina de boa espessura (3 mm).
- Um bom canivete pode ser um substituto eficiente da faca, desde que possua uma lâmina forte e que permaneça firme quando aberto.

Facão

O facão é uma ferramenta de desbaste e cortes pequenos.

- Não serve nem deve ser usado para cortar árvores ou cortar lenha.

- Para as atividades escoteiras o melhor é o “facão de mato”, com lâmina de aço carbono 18”, com fio liso, com tamanho total de 58 cm, tendo cabo de polipropileno fixado por pregos de alumínio.

Cuidados com uso de faca e facão

- A faca ou facão devem andar sempre na bainha, quando não estiverem em uso.
- Ao portar o facão segure-o sempre pelo cabo, com a lâmina voltada para fora.
- O cabo da faca ou facão deve ser seguro firme, com todos os dedos da mão fechados ao seu redor.
- Os movimentos da faca devem ser sempre feitos para fora do nosso corpo, no sentido oposto à mão com que seguramos a madeira ou graveto. Assim, a lâmina da faca nunca virá contra quem está usando.
- Nunca se corta galho ou pedaço de madeira apoiado no solo.
- Ao usar facão deve-se manter dos outros uma distância de pelo menos seis passos.
- Uma faca deve sempre ser entregue com o cabo livre para se pegar. A pessoa que entrega a faca a segura pela parte cega da lâmina, com o fio para fora. Quem a recebe tem o cabo completamente livre para pegar, ficando igualmente fora do alcance da lâmina.
- Nunca se corre, salta ou pula segurando uma ferramenta de corte.
- Nunca se atira faca ou facão.
- Nunca deixe um facão deitado no solo ou encostado num cepo ou em uma árvore.
- Ao terminar o uso as ferramentas de corte devem ser guardadas na caixa de patrulha.

MACHADINHA

A machadinha é usada para cortar lenha, desbastar e cortar troncos de pequeno diâmetro. Os cuidados e orientações principais são os seguintes:

- A machadinha, usada só com uma das mãos, requer mais pontaria do que força. Os golpes com a machadinha são dados pausadamente, calculando sempre o local do golpe, e sem excesso de força.
- O tamanho do canto de lenhador deve ser planejado dentro do canto da patrulha, claramente demarcado, e em espaço que permita ao “lenhador” girar seu corpo com os braços esticados e a machadinha como um prolongamento do corpo, sem ultrapassar os limites.
- Antes de começar a usar uma machadinha deve-se verificar se a cunha está bem fixa.
- Para cortar madeira ou lenha a peça deve estar apoiada em cima de um cepo mais grosso.
- O machado nunca deve ser usado como martelo, pois não foi para isso que foi feito.
- O machado deve ficar guardado dentro da respectiva bainha, ou cravado num cepo ou num suporte próprio montado no campo.
- Ao ser transportado, mesmo quando no estojo, deve ser seguro pela cabeça, com o fio para fora, e nunca pelo cabo.
- Ao ser passado para outra pessoa, o machado deve ser seguro pela cabeça, com o fio para fora, podendo ser recebido pelo seu cabo.

MOCHILAS

Na hora de se escolher uma mochila, é importante analisar uma série de aspectos antes de tomar uma decisão. O tipo de atividade a ser praticada (acampamento, excursão, escalada), a duração (será meio-dia, um dia, dois, três dias) e claro, a época do ano e a região onde será utilizada (a região é fria, é quente, chove muito, é uma montanha, uma trilha, são dunas, é uma mata, uma fazenda ou sítio).

Uma boa mochila é aquela leve e resistente, flexível, com estrutura forte e que se molde ao corpo. Ela proporcionará ao seu dono um prolongamento de seu corpo, de modo a não lhe limitar em demasia os movimentos. Também deve permanecer claro que a mochila deve carregar tudo o que for necessário dentro dela, sem equipamentos ou penduricalho que podem causar problemas. Ao escolher uma mochila cargueira devem ser considerados alguns aspectos:

- *Capacidade*: uma mochila cargueira deve ter capacidade de carga entre 60 e 90 litros. Porém, cada um deve considerar o quanto pode carregar: um adulto acostumado a fazer trilhas e muito bem preparado fisicamente consegue carregar, no máximo, 1/3 (33%) do seu próprio peso. Alguém sem esta condição não deverá suportar mais do que 1/5 (20%) do seu peso. É por isso que a literatura escoteira sugere que a mochila não deva ter mais do que 15% do peso do seu carregador.

- *Comodidade*: armações internas são feitas para transferir o peso da carga. Normalmente elas são compostas de duas varetas de alumínio e uma placa semirrígida de plástico. A escolha da mochila deve considerar o tamanho do usuário, que tenha ajustes para fazê-la servir, com regulagens para adequar a distância entre os ombros e os quadris. As fitas situadas na parte de cima das alças são feitas para aproximar a parte superior da mochila ao corpo, para melhorar o equilíbrio. Estas fitas e a barrigueira são fundamentais para o conforto.

- o enchimento das alças, costas e barrigueira devem ser feitos com espuma firme, densa, pois as espumas de densidades mais suaves e macias acabam sendo menos confortáveis depois de longas horas.

- bolsinhos, capa de chuva embutida e fitas para comprimir e guardar material são sempre úteis.

- *Praticidade*: é interessante que a mochila cargueira tenha, além de abertura por cima e pela frente, acesso pela parte de baixo, facilitando o acesso aos equipamentos situados no fundo da mochila. Bolsas acima, na frente e nas laterais são sempre bem vindas, assim como cintas para prender isolante térmico no alto da mochila.

- *Modelo feminino*: o corpo da mulher é diferente, isto significa dizer pequenas diferenças no desenho das ombreiras e na barrigueira da mochila, para melhor acomodar os seios e o quadril.

- *Zíperes, cintas e fechos*: os zíperes devem ser fortes e fáceis de manejar. As fitas e cintas devem estar bem costuradas e suportar força.

BARRACAS

Todos, no escotismo, acampam! A vivência ao ar livre é que faz o Escotismo ser diferente de outras práticas de educação não formal.

Além de abrigo as barracas dão todo conforto necessário, e passam a ser, no acampamento, uma representação do próprio lar.

A barraca é o dormitório do campista e tem que reunir certas características para que seja realmente útil e confortável. Em geral, ela tem de ser leve (para facilitar seu transporte), feita com material durável, impermeável e com mosquiteiro, de fácil montagem e manutenção.

Tipos de barracas, características e finalidades

Antes de se adquirir barracas, é importante saber para qual atividade e para quantas pessoas será usada a barraca, e qual é o clima do local onde será usada.

- *Tipo canadense*: possui formato triangular. Geralmente tem armação de aço (ferro), bastante durável, é mais pesada para ser levada nas costas em longas caminhadas. Embora ainda se encontre modelos em lona tradicional, atualmente as barracas tipo canadense são feitas com um corpo completo (uma câmara), com piso e laterais que formam o teto, sobre a qual se instala um sobreteto de nylon. Necessita estar totalmente especada para manter-se de pé. São mais apropriadas para acampamentos onde não se tenha que caminhar e dure vários dias, pois sua montagem e desmontagem são mais trabalhosas.
- *Tipo estrutural ou bangalô*: tem formato mais quadrado, com divisões de quarto e espaço para cozinha, semelhante a uma casa. Constituída por tecido tipo lona e armação de aço (ferro), são muito pesadas, normalmente acima de 20 kg. São interessantes para uso em acampamentos longos, e para o qual o

transporte é por veículo. Sua montagem e desmontagem são mais trabalhosas e necessitam estar fixadas com esportes grandes.

- *Tipo iglu*: constituída por duas varetas (de fibra de vidro, nylon ou outro material similar) que se cruzam e mantém a barraca armada, mesmo sem estar espicada. É muito leve e tem boa resistência ao vento. Existem em vários tamanhos, com opções de quartos e avancê. Bastante leve e prática, com modelos versáteis, são ideais para prática de caminhadas e acampamentos volantes. São melhores as de duplo teto, tendo o sobreteto integral até o chão para evitar passar umidade para o quarto. Nas barracas monoteto o tecido deve ser impermeabilizado e com ótima refrigeração (entrada de ar) e com costuras seladas para maior proteção em caso de chuvas.

- *Tubular*: barraca em formato de túnel, com estrutura formada por varetas flexíveis curvadas, possui amplo espaço interno. É leve e muito resistente ao vento. Para manter-se de pé precisa ser espicada no chão. São adequadas para caminhadas, acampamentos volantes.

- *Barraca geodésica*: barracas geodésica ou semigeodésica são parecidas com as do tipo iglu, mas suas varetas (3 ou mais) de alumínio se cruzam formando triângulos nas intersecções. As geodésicas formam domos, enquanto as semigeodésicas não completam o meio círculo de um domo inteiro. O resultado é uma estrutura resistente e flexível ao mesmo tempo, excelentes para os lugares com muito vento, como no clima de montanha.

Outras considerações sobre barracas

- *Estações*: nos Estados Unidos as barracas costumam ser classificadas em dois tipos: “Três Estações” e “Quatro Estações”. Uma barraca “Três Estações” é projetada para ser usada na primavera, verão e outono, mas não é suficiente para aguentar uma tempestade de inverno. Para suportar o frio do inverno é necessário uma barraca “Quatro Estações”.

- *Barracas sem sobre-teto*: normalmente as barracas são constituídas pelo corpo e pelo sobre-teto. Mas também existem aquelas em que o corpo é em nylon impermeável, com uma pequena parte de tela na porta e no topo da barraca, e um pequeno teto de nylon que cobre apenas a parte de tela do topo. Neste modelo, caso o tecido seja bem impermeabilizado, a condensação é comum. Caso contrário, qualquer chuva pode escorrer para seu interior.
- *Barracas com sobre-teto*: nas barracas que possuem o corpo de tela ou nylon respirável e sobre-teto de nylon, o problema da condensação é quase nulo, pois existirá uma camada de ar circulando entre o sobre-teto e o corpo. A distância que o sobre-teto fica do chão faz diferença, quanto maior a distância maior é a ventilação. Para climas frios e chuvosos é interessante que o sobre-teto se estenda até ao chão.
- *Impermeabilização*: normalmente se pode verificar o valor atribuído à impermeabilização do tecido, que é resultado de um teste em coluna d'água e especificado em milímetros. Valores entre 1000 e 1500 são suficientes para o clima brasileiro.
- *Varetas*: as varetas são as responsáveis por manter a barraca armada. São pequenos tubos leves, conectados por elásticos que auxiliam na montagem e desmontagem do equipamento. Elas podem ser feitas de fibra de vidro ou alumínio. As varetas de fibra de vidro são encontradas por preços mais em conta do que as de alumínio, porém são mais frágeis e pesadas. Para uso sob vento forte são aconselhadas as varetas de alumínio, mais fortes e leves que as de fibra, feitas de tubos de alumínio extrudado 7075.
- *Tirantes ou estais*: são pontos de reforço laterais que servem para dar mais estabilidade à barraca nos dias de ventania ou em temporais.
- *Espeques*: além dos espeques que acompanham as barracas, é interessante ter ao menos quatro espeques maiores, de 30 a 40 cm, em cantoneira de aço, para reforçar as barracas em caso de vento.

- *Avanço ou avancê*: trata-se de uma área útil onde se pode deixar mochilas, botas, materiais, etc. Esse é um item importante na barraca, pois possibilita um ganho de espaço interno.
- *Sobre-teto aluminizado*: é o sobre-teto com um pigmento aluminizado para melhorar o isolamento térmico, segundo testes esta pigmentação pode reduzir a temperatura interna em até 7°C nos dias de sol forte.

Cuidados com as barracas

- *Como transportar a barraca*: geralmente as barracas vem acompanhadas de uma sacolinha de transporte que é muito útil. Quando surge a necessidade de acondicionar a barraca na mochila a sacolinha torna-se dispensável e a barraca pode ser dividida pela mochila. As varetas podem ir no lado de fora da mochila, na posição vertical enfiadas no bolso lateral inferior e presas nas fitas de compactação. O teto e o sobre-teto podem ser colocados no fundo da mochila com os esportes.
- *Como conservar a barraca*:
 - nunca guardar barraca molhada ou úmida, isso pode causar mofo e inutilizá-la.
 - evitar entrar com sapatos ou botas no interior da barraca, pois podem provocar rasgos e sujeira.
 - retirar pedras e galhos do terreno onde será armada a barraca; para não perfurar o piso.
 - nunca usar chamas (fogareiro, lampião, vela, fósforos, etc.) dentro da barraca.
 - areia e sujeira podem causar danos nos zíperes.
 - se necessário, as barracas podem ser lavadas usando apenas água e sabão neutro.

SACO DE DORMIR

Sacos de dormir são práticos e úteis para quem costumeiramente faz atividades ao ar livre, seja dormindo em barraca, em abrigo natural ou sem proteção. Para escolher um saco de dormir alguns pontos devem ser observados:

Formato

Existem dois formatos principais de sacos de dormir:

- *Camping*: são os retangulares, que podem ser inteiramente abertos, se transformando em um edredom. Alguns vêm com capuz, o que facilita em lugares mais frios, mas, em geral são sacos para lugares quentes, pois a abertura maior deixa escapar o calor com mais facilidade. Para quem é um pouco claustrofóbico ou se mexe muito durante a noite, estes modelos são os mais indicados.
- *Sarcófago*: acompanha o formato do corpo e aquece melhor, além de ser mais leve e compacto. Alguns vêm com fitas compressoras para diminuir o tamanho quando guardados.

Temperatura

Para comprar um saco de dormir deve-se imaginar a temperatura da noite mais fria em que ele será usado e, então, diminuir-se mais 5 graus centígrados. Os sacos de dormir são planejados para determinadas temperaturas, e é preferível ter um produto que suporte o frio eventual, mesmo que na maior parte do tempo seja usado em temperaturas mais quentes, pois para refrescar basta abrir-se o zíper.

As temperaturas indicadas na embalagem do saco de dormir dão uma medida do conforto, mas é preciso sempre considerar alguma margem. Normalmente essas indicações servem para cerca de 80% das pessoas, sempre lembrando que o uso de um isolante térmico sob o saco de dormir é indispensável.

Assim, além da temperatura mais fria informada, também é importante verificar que esta temperatura é definida como de conforto, tolerância ou extrema.

- “*Conforto*” é a temperatura em que se sentirá bem no saco de dormir sem o uso de roupas muito pesadas.
- “*Tolerância*” indica que seria necessário estar vestido com o mesmo tipo de agasalho que usaria ao ar livre, naquela temperatura.
- “*Extremo*” indica que é necessário o uso de agasalhos extras para se sentir ainda confortável na temperatura indicada dentro do saco de dormir.

Capuz

Como se perde pelo menos 25% do calor pela cabeça é interessante ter um saco de dormir com capuz que, mesmo permitindo a respiração normal, ainda feche o suficiente para reter o calor gerado pelo corpo. Os sacos de dormir do tipo “sarcófago” possuem capuz e um tipo de colar térmico, que é fundamental para suportar baixas temperaturas.

Costuras e zíper

Um saco de dormir para temperaturas muito baixas deve ser feito de maneira que as costuras entre a camada interna e externa sejam “desencontradas”, não permitindo a fuga do ar quente. Os zíperes devem ser fáceis de manusear e abrir pelo lado externo e interno do saco, com puxador que possa ser manuseado com luvas, em noites mais frias.

Tecido externo e interno

Os sacos de dormir normalmente são feitos externamente de náilon e/ou poliéster, e internamente de tactel e/ou microfibra. O tecido externo não é impermeável nem deve ser tratado com impermeabilizantes, pois o corpo

transpira durante a noite e o vapor precisa sair de alguma forma para não condensar dentro e umedecer o saco.

Enchimento

É o tipo de enchimento que define o quanto um saco de dormir suporta de temperatura. O ar é o maior isolante que existe, e depende da capacidade das fibras do enchimento armazenar ar para torná-lo mais ou menos quente. Essas fibras podem ser naturais (pluma de ganso ou lã) ou sintéticas.

As novas fibras sintéticas conseguem reter mais ar, semelhante ao obtido com as penas de ganso, com a vantagem de aquecer mesmo molhada, não reter tanta água, e ter um bom isolamento térmico com menos volume.

Cuidados

Ao guardar o saco de dormir em casa desenrole-o e guarde-o solto, só enrolando de novo quando for novamente utilizá-lo. Socado dentro do seu saquinho (com as fibras amarradas durante semanas ou meses) o saco perde sua expansibilidade e vai ficando cada vez mais fino e insuficiente.

Isolante

O pior frio é o que vem do solo, e é por isso que sempre precisamos de um isolante térmico entre o chão e o saco de dormir. Os isolantes comuns são feitos de EVA (Etileno Vinil Acetato), e além do isolamento contra frio e calor ainda protegem o corpo de irregularidades do terreno. Alguns são revestidos de lâmina de alumínio, que aumenta o isolamento.

Também existem isolantes “infláveis”, parecidos com colchões de ar, e que proporcionam mais conforto que os isolantes comuns. Alguns necessitam ser inflados, mas outros enchem de ar suas estruturas ao serem desenrolados, e são fechados por uma válvula que conserva o ar dentro dele.

Na falta de um isolante deve-se buscar alguma coisa que faça esta função, tal como papelão, jornal ou uma camada de feno coberta por uma lona. Papel é um bom isolante térmico. Numa emergência pode-se utilizar uma boa camada de jornal para cobrir o piso da barraca. Se usado entre o piso e o terreno de nada irá adiantar.

Usar o saco de dormir envolto por um cobertor de alumínio de emergência faz com seu isolamento térmico melhore em até 5°C, protegendo-o também da umidade. O cobertor de emergência é um acessório útil e de baixo custo que vale a pena ter dentro da mochila.

Limpeza

Em geral não se lava saco de dormir, caso seja necessário deve-se usar água e sabão neutro, deixando-o secar ao ar livre, completamente apoiado, pois o peso do saco de dormir molhado pode provocar o rompimento das fibras e prejudicar sua funcionalidade.

CAPÍTULO 8

Proteção de jovens

Para que possa ser colocado em prática o Movimento Escoteiro necessita da presença de adultos acompanhando os jovens. Esta presença possibilita a realização de atividades, promove um ambiente acolhedor e seguro, e gera condições para que se alcancem os resultados educativos pretendidos.

Os Escoteiros do Brasil contam com mais de 18 mil adultos voluntários, homens e mulheres de boa vontade, cujas atitudes são coerentes com os valores pregados, comprometidos em compartilhar com os jovens na construção de seus projetos de futuro, capazes de revelar oportunidades e oferecer apoio e orientação quando oportuno.

Para assegurar-se da postura educativa dos adultos, assim como garantir proteção às crianças e jovens que praticam Escotismo, em todos os aspectos, existem recursos e mecanismos utilizados pela União dos Escoteiros do Brasil.

Um dos principais pontos neste contexto refere-se à estrutura organizacional dos Escoteiros do Brasil, em que os órgãos diretivos das Unidades Escoteiras Locais são formados pelos próprios pais ou responsáveis dos membros juvenis, principais interessados na educação e integridade de seus filhos.

Também são esses pais ou responsáveis que, atuando na direção das Unidades Escoteiras, decidem sobre os adultos que devem ser nomeados para trabalhar com seus filhos, podendo, também, exonerá-los quando, por qualquer razão, não depositarem mais confiança nos mesmos.

Além disso a União dos Escoteiros do Brasil orienta em seus documentos sobre o processo de captação de líderes adultos, descrevendo o perfil do adulto que interessa à instituição, e lhes oferece um completo e eficaz sistema de formação e capacitação, objetivando prepará-los para o trabalho junto aos jovens.

As regras definidas para orientar a prática do Escotismo explicitam, de forma assertiva, os valores e consequentes condutas que se espera dos adultos voluntários, os requisitos legais para o exercício de funções, e as principais normas de convivência. Também existe, para quando necessário, regulamentação que norteia as ações contra as posturas inadequadas.

Finalmente, a literatura de apoio ao trabalho de aplicação do Programa Educativo, dirigido aos adultos, inclui conteúdo específico sobre a proteção aos jovens, orientando procedimentos, formas de relacionamento e cuidados específicos, sempre objetivando a mais plena integridade dos membros juvenis e o alcance dos propósitos do Movimento Escoteiro.

A PROTEÇÃO DAS CRIANÇAS E JOVENS

Visando a proteção das crianças e adolescentes, garantindo segurança e bem estar, os Escoteiros do Brasil orientam que as atividades escoteiras considerem os seguintes pontos:

- *Presença de adultos*: a presença permanente, de pelo menos dois adultos em qualquer atividade fora da sede, incluindo as viagens e deslocamentos, dos quais pelo menos um deve ser nomeado e ter mais de 21 anos de idade. Excetuam-se, nesta necessidade, as atividades de patrulha, rigorosamente organizadas e supervisionadas.
- *Atividades mistas*: para atividades mistas deverá existir, obrigatoriamente, uma equipe de chefes com homens e mulheres.
- *Contato físico respeitoso*: evidentemente que a posição de “irmãos mais velho” que os jovens designam aos escotistas implica, também, no estabelecimento de um vínculo afetivo, que se traduz em uma relação de carinho e bem querer. Mas, os escotistas devem evitar atitudes exageradas de afeto e carinho com a criança/jovem, tais como colocá-las no colo, abraços prolongados e calorosos, andar e/ou permanecer de mãos dadas com a criança/jovem, ou fazer “brincadeiras” que envolvam toque íntimo.
- *Sem contatos escondidos*: não devem existir contatos individuais entre um adulto e um jovem, em ambiente privado. Todas as conversas devem ser em local público e, mesmo que o assunto necessite de alguma reserva, a reunião deve ser conduzida dentro do campo de visão de outros adultos e jovens.
- *Respeito à privacidade*: líderes adultos devem respeitar a privacidade dos jovens em situações como troca de roupas e banho, fazendo-se presente somente em situações de falta de segurança ou problemas de saúde. É inapropriado usar qualquer aparelho capaz de gravar ou transmitir imagens em banheiros, chuveiros ou de qualquer outra área de onde é esperado privacidade.
- *Leitos individuais*: atividades acampadas ou em alojamentos coletivos, cada Ramo deverá ter sua área para dormir definida por sexo, separada dos demais Ramos. Todos os membros juvenis e adultos devem ter seu saco de dormir ou cobertores que os habilitem a fazer para si um leito separado.

- *Banheiros e chuveiros*: em atividades, o uso de banheiros e o chuveiros deverá se dividir por sexo e por Ramos. Em nenhuma hipótese um adulto deverá utilizar o mesmo banheiro e chuveiro ao mesmo tempo que os jovens.
- *Barracas separadas*: nos acampamentos os Escotistas devem ter, obrigatoriamente, uma barraca separada, e nela só poderão pernoitar os Escotistas e os Assistentes adultos. Os adultos (Escotistas e pais) não devem dormir na barraca de membros juvenis, como também o contrário, membro juvenil não deverá dormir na barraca de um adulto.
- *Barracas de patrulha*: o Grupo Escoteiro ao comprar barracas, deverá se preocupar em optar por barracas que comporte uma patrulha toda ou a metade dela. Nas barracas devem dormir no, mínimo, 3 pessoas. Mesmo que a barraca utilizada seja propriedade de um membro juvenil ou de um adulto, as regras descritas acima prevalecem.
- *Traje apropriado*: roupas apropriadas para as atividades são necessárias. Por exemplo, nudez ou trajes íntimos para banho não são apropriados no Escotismo.
- *Relação com a família*: o Escotista deverá sempre manter contato com os pais do membro juvenil para que as orientações repassadas aos jovens estejam afinadas entre o Grupo Escoteiro e a família.
- *Sem organizações ou cerimônias secretas*: a União dos Escoteiros do Brasil e o Movimento Escoteiro não reconhecem nenhuma organização secreta como parte de seu programa. Todas as cerimônias são abertas à observação dos pais e diretores do Grupo Escoteiro. As eventuais necessidades de momentos mais intimistas (e nunca secretos) devem ser tratadas com a diretoria e os pais.
- *Trotes proibidos*: trotes físicos e “iniciações” são proibidos e não devem ser incluídos como parte de qualquer atividade escoteira.

- *Bullying proibido*: bullying verbal, físico ou cyber bullying são proibidos no Escotismo. A ação dos escotistas, dirigentes e pais deve ser imediata e educativa, no sentido de esclarecer a todos e preservar a integridade das crianças e jovens.

- *Disciplina construtiva*: a disciplina usada no Escotismo deve ser construtiva e refletir valores Escoteiros. Punição física nunca será permitida. Quando algum jovem tenha comportamento inadequado, além dos limites que a estrutura escoteira possa resolver, seus pais devem ser informados e requisitados a ajudar.

- *Responsabilidades dos membros*: espera-se que todos os membros do Movimento Escoteiro comportem-se de acordo com os princípios determinados pela Promessa Escoteira e pela Lei Escoteira. Uma das tarefas de desenvolvimento da infância e adolescência é aprender o comportamento adequado. Crianças necessitam de orientação e direção. O exemplo positivo dos adultos é uma ferramenta poderosa para moldar o comportamento de crianças e jovens, e sempre enfatizada pelo Escotismo.

- *Responsabilidades da unidade*: líderes adultos, no Escotismo, são responsáveis por monitorar o comportamento dos jovens e intercedendo quando necessário. Violência física, roubo, insultos verbais, drogas e álcool não tem lugar no Programa Escoteiro e devem resultar ação firme dos dirigentes da organização, preservando o futuro de jovens envolvidos e o ambiente educativo. O mau comportamento de um único indivíduo em um Grupo Escoteiro pode constituir uma ameaça para a segurança dele mesmo e, também, para a segurança de outros membros da unidade. As situações inadequadas devem ser relatadas à diretoria do Grupo Escoteiro.

ÁLCOOL, TABACO E DROGAS

- *Álcool*: é política dos Escoteiros Brasil que o uso de bebidas alcoólicas não devem ser permitidas nas atividades do Programa Educativo. Em nenhuma hipótese alguma crianças e adolescentes podem consumir álcool em eventos

escoteiros, mesmo que autorizado pelos pais. A legislação brasileira define penalidades para quem facilitar o acesso de crianças e adolescentes a produtos que possam causar dependência. Os adultos, a quem cabe assegurar a integridade e zelar pelos jovens, obviamente também não devem consumir álcool, mantendo-se totalmente aptos a agir em qualquer caso. Os pais e visitantes devem ser orientados a adotar a mesma conduta, como exemplo aos jovens. Em eventos sociais dos Grupos Escoteiros, envolvendo principalmente adultos não diretamente ligados ao Programa Educativo, o tema deve ser analisado e decidido, com responsabilidade, pela respectiva diretoria.

- *Fumo*: os líderes adultos devem apoiar a ideia de que eles, assim como os jovens, estão em melhor situação sem o uso do tabaco em qualquer forma, e devem restringir o uso de produtos de tabaco em qualquer atividade que envolva membros jovens. Eventuais áreas de fumantes, exclusivamente para adultos, devem ser localizadas longe dos ambientes usados pelos jovens.

- *Drogas*: o uso de drogas ilícitas é uma lamentável constatação na sociedade, e eventualmente podem se constituir um problema nas atividades escoteiras. A ação deve ser imediata, envolvendo pais, para coibir uso e proteger os membros juvenis e adultos.

CAPÍTULO 9

Saúde e higiene

O efetivo desenvolvimento integral dos jovens, que se destaca no propósito do Escotismo, compreende o ser humano em seis dimensões, dentre as quais a dimensão física, integrada às demais, buscando contribuir na educação para a vida. As atividades escoteiras devem refletir esta preocupação, com ênfase nas questões de saúde e higiene, para que as experiências educativas dos jovens contribuam no seu crescimento pessoal.

ÁGUA POTÁVEL

Um fornecimento constante de água potável tratada é essencial nas atividades. Doenças sérias podem ser resultado da ingestão de água não tratada. Garrafas térmicas, recipientes plásticos de água e cantis são todos satisfatórios para carregar água.

Quando possível a água deve ser trazida de casa ou usada fontes de águas fornecidas pelo proprietário do local. Quando estas opções não estão disponíveis, córregos, rios, lagos e fontes podem fornecer água, mas devem ser sempre tratadas por um dos métodos a seguir. Toda água de origem duvidosa deve ser tratada antes do uso.

- *Fervura*: o tratamento mais seguro de obter água potável é aquecê-la até a fervura, quando as bolhas de meia polegada de diâmetro levantam do fundo da panela. Apesar de ser um método seguro necessita de tempo e algo que gere calor.

- *Tratamento químico*: o tratamento químico consiste no uso de tabletes de cloro que matam bactérias e vírus transmitidos pela água. Os tabletes são simples, leves e fáceis de acomodar na bagagem. No entanto, nem todos os protozoários são eliminados pelo tratamento químico e é necessário um momento de espera para a dessinfecção efetiva da água potável. O cloro líquido deve ser usado somente em caso de emergência.

1. Filtrar a água para remover o maior nível de sólidos possível.
2. Deixar a água ferver por um minuto inteiro.
3. Deixar a água esfriar pelo menos 30 minutos.
4. Adicionar 8 gotas de cloro líquido por galão (aprox.3,8l) de água fria. (Use água sanitária comum com 5,25% de hipoclorito de sódio, que deve ser o único ingrediente ativo e não deve haver qualquer fragrância ou sabão adicionado). A água deve estar fria ou o cloro irá se dissipar e o trabalho será em vão.
5. Deixar a água em repouso por 30 minutos.

6. Se a água tiver cheiro de cloro, pode ser usada. Se não tiver cheiro de cloro, mais oito gotas de água sanitária devem ser adicionadas, deixando repousar mais 30 minutos. Deve ser cheirada novamente, e poderá ser usada se existir o cheiro do cloro. Se isso não acontecer, deve ser descartada e encontrada outra fonte de água.

7. A única medida aceita de cloro (ou agentes de tratamento de água) é a gota. A gota é precisamente mensurável. Outras medidas como “tampinha” ou “colherinha” não são uniformemente mensuráveis e não devem ser usadas.

- *Filtros*: os filtros portáteis são bombas de mão que forçam a água sem tratamento a passar por um filtro que retém as bactérias e protozoários. Muitos incluem uma etapa de purificação que também irá tratar os vírus. Apesar de muito eficazes, os filtros devem ser mantidos de acordo com as orientações dos fabricantes, e eles são difíceis de usar com grupos por causa do tempo necessário para usá-lo.

VACINAS

Todos os membros do Movimento Escoteiro, jovens e adultos, devem ser incentivados a usar vacinas disponíveis para se proteger totalmente de doenças infecciosas, que são perigosas pra crianças e adultos que vivem no Brasil.

Existem vacinas que devem ter sido tomadas nos primeiros meses ou anos de vida (poliomielite, triplece DTP, sarampo, caxumba e rubéola), e que, após os 7 anos de idade, apenas se aplicam doses de reforço.

A principais vacinas recomendadas para ser aplicadas após os 7 anos de idade, isoladas ou concomitantemente, são:

- Tuberculose
- Catapora (varicela)
- Gripe (influenza)
- Hepatite
- Sarampo, caxumba e rubéola

- Meningite meningocócica
- Pneumonia
- Tétano
- Difteria
- Febre amarela

É importante alertar aos pais dos jovens sobre a necessidade das vacinas, divulgar no âmbito do Grupo Escoteiro as campanhas sazonais, bem como procurar saber sobre as vacinas recomendadas para atividades em lugares específicos.

PROTEÇÃO CONTRA SANGUE E OUTROS FLUÍDOS CORPORAIS

Todo sangue e fluído corporal deve ser tratado com a possibilidade de que estejam contaminados com vírus transmitidos pelo sangue (HIV, hepatite, etc.). Deve-se evitar usar as mãos desprotegidas para socorrer uma hemorragia, recomendando-se o uso de luvas como barreira de proteção. Em caso de contato com sangue as mãos e áreas atingidas devem ser lavadas em seguida, com água e sabão e, se possível higienizadas com produto antiséptico para esterilização.

Uma boa caixa de primeiros socorros deve contar, também, com:

- Luvas de látex para serem usadas quando for parar hemorragias ou fazer curativos.
- Óculos de plástico ou proteção para evitar que o sangue da vítima vá até os olhos de um socorrista no caso de um sangramento arterial grave.
- Antiséptico para esterilização ou limpeza da pele que teve contato com sangue, principalmente se não houver sabão e água disponíveis.

RECEITAS MÉDICAS

A obtenção de medicamentos prescritos e a ingestão do medicamento são de responsabilidade dos jovens e de seus pais ou responsáveis. Um escotista, depois de obter todas as informações necessárias, pode concordar em aceitar a responsabilidade de assegurar que o jovem tome a medicação no horário apropriado.

TREINAMENTOS DE PRIMEIROS SOCORROS E RCP

Os primeiros socorros se constituem nas ajudas preliminares dadas a alguém que teve um acidente ou alguma emergência de saúde, e que ajuda a manter uma pessoa machucada ou doente tão segura quanto possível, até a equipe médica chegar. Em ambientes remotos e de difícil acesso a adequada avaliação e os primeiros socorros podem significar a diferença entre vida e morte.

O conhecimento efetivo das práticas de primeiros socorros, pelos adultos e jovens, não deve ser visto apenas como algo necessário para desenvolver atividades que contribuam para progressão pessoal, nem como possibilidade de executar uma boa ação. Em vez disso, a competência em primeiros socorros deve ser considerada como uma necessidade para enfrentar adequadamente situações de urgência, ajudando a si próprio e aos outros que estão em necessidade.

É por isso que recomenda-se enfaticamente que todos sejam treinados em primeiros socorros e ressuscitação cardiopulmonar (RCP), ministrado por instrutores treinados como médicos de Pronto Socorro, Bombeiros, ONGs Especializadas (Cruz Vermelha, Anjos do Asfalto, etc.). Mesmo para as crianças do Ramo Lobinho podem ser ensinadas essas habilidades valiosas, de maneira prática, principalmente para uso em ambientes que vivem, como casa e escola. Ressalta-se que habilidades introdutórias relacionadas aos primeiros socorros e RCP podem ser encontradas nos Guias publicados pelos Escoteiros do Brasil para crianças e jovens.

Dependendo do evento ou da atividade planejada, pode ser necessário que pelo menos dois adultos ou jovens (embora três ou mais seja preferível) em cada Seção ou Grupo Escoteiro, tenham a formação atualizada em Socorros de Urgência e RCP, sabendo como e quando colocar o conhecimento em prática, bem como compreender as limitações de seu conhecimento.

KITS DE PRIMEIROS SOCORROS

Um kit de primeiros socorros deve acompanhar toda e qualquer atividade escoteira. As patrulhas devem ter suas próprias caixas, mas as chefias das Seções devem ter um kit para qualquer necessidade. Não existe uma relação definitiva para o que deve conter estes kits, mas uma composição recomendada pela Fiocruz - Fundação Oswaldo Cruz é feita por:

- Alfinetes de fralda;
- Algodão hidrófilo;
- Atadura de crepom;
- Ataduras de gaze;
- Bandagem;
- Bolsa para água quente;
- Caixa de fósforos;
- Compressas de gaze estéril comum e do tipo sem adesivo;
- Compressas limpas;
- Cotonetes;
- Esparadrapo ou fitas adesivas;
- Faixa elástica (para entorses no tornozelo) e faixa triangular (para entorse no tornozelo ou lesões do braço);
- Frasco de água oxigenada;
- Frasco de álcool;
- Frasco de soro fisiológico;
- Garrote;
- Lanterna;
- Líquido anti-séptico;
- Luvas de procedimentos;

- Pinça hemostática;
- Sabão líquido;
- Sacos plásticos;
- Talas variadas;
- Termômetro;
- Tesoura;

HÁBITOS SAUDÁVEIS E DE HIGIENE

O fato de se estar no campo não é justificativa para negligenciar os hábitos saudáveis e de higiene, e tudo aquilo que contribui, direta ou indiretamente, para a qualidade de vida e promoção da boa saúde.

O principais hábitos saudáveis inclui o consumo regular de água e sucos, os exercícios ou atividades físicas diárias, a boa comida necessária e nos horários regulares, o sono reparador, o tempo para relaxamento e diversão, a boas posturas, a boa aparência e o asseio pessoal. Espera-se, no mesmo sentido, que os escoteiros cuidem da higiene pessoal, com banho diário, escovação de dentes após as refeições e troca de roupa.

Finalmente, não se pode descuidar da higiene dos ambientes usados, mantendo as barracas limpas e arejadas, as roupas usadas estendidas, as áreas da cozinha sem restos de comida, os alimentos guardados, os sacos de lixo fechados e longe do alcance de animais, as fossas fechadas.

CAPÍTULO 10

Sustentabilidade

Os escoteiros sabem que quando acampam estão usufruindo de um local como visitantes, e assim como se procede quando se visita a casa de amigos, deve-se agir com cuidado e atenção para não deixar nada sujo nem registros da presença.

Quando os escoteiros fazem atividades na natureza o comportamento pode ser resumido pela frase ensinada por Baden-Powell, que diz que se deve deixar o local do acampamento em melhores condições do que foi encontrado.

Para atender a esses princípios existem técnicas denominadas de “acampamento de baixo impacto” ou “técnicas de não deixar sinais” que devem ser seguidas para que as atividades realizadas em um acampamento ou excursão causem o menor impacto possível ao meio ambiente, e que podem ser resumidas nos pontos a seguir:

- *Organizando a atividade:* os escoteiros devem preparar-se para o acampamento com antecedência, evitando situações inesperadas e minimizando a presença. É importante saber, antes de sair, se no local será preciso construir banheiros, se existe água potável, quais são as áreas para acampar, onde comprar alimentos, local para fazer fogo, etc. Assim também se pode planejar a roupa a ser usada e o cardápio, evitando levar o que não será usado.
- *Escolhendo o local para instalações:* preferencialmente deve-se acampar em lugares já definidos para isso, evitando avançar sobre as áreas “virgens”, que ainda não estão degradadas e podem conservar-se em boas condições.
- *Caminhando no local:* mesmo que possa parecer preciosismo, devem ser usados os caminhos e trilhas já feitas, sempre que possível, em fila indiana para não alargá-los. Quando isso não for possível deve-se optar por avançar em superfícies duras, como pedras, evitando afundar ou provocar erosão de terrenos. Em caso de caminhada de grandes grupos sobre terrenos que não devam ser pisados, o melhor é fazer isso separados e não em fila, pois o impacto pode ser melhor distribuído.
- *Lixos, sobras e resíduos:* quando acampando em áreas de parques de preservação os escoteiros devem planejar-se para levar tudo o que puder de volta, não deixando nem mesmo o que é biodegradável (como restos de comida, cascas ou folhas). O mesmo deve ser feito em áreas frias ou pedregosas, onde

a decomposição demora muito. Em outras situações pode-se descartar no local o que for orgânico, mas tomando cuidado em separar dos metais, vidros, papéis e plásticos para ser levados de volta.

- *Para os restos de comida:* quando for necessário descartar os restos de comida eles devem ser enterrados, preferencialmente em buracos de dois metros cúbicos, longe de fontes de água e evitando terrenos inclinados. Cada buraco deve ser enchido até a metade de resíduos e coberto com folhas, galhos pequenos e terra, evitando que os animais desenterrem o lixo e para que este lixo se agregue o mais rapidamente ao solo.

- *Papel e papelão:* no caso de uso de fogões ou fogueiras a lenha, restos de papel ou papelão podem ser usados como combustível.

- *Plástico, vidros e metais:* devem ser levados de volta para a cidade e descartados em lixos apropriados, pois a natureza não é capaz de eliminá-los.

- *Banheiros e latrinas:* sempre que possível deve-se usar banheiros e latrinas já existentes, com sistema de esgoto. Em caso de emergência usa-se a técnica do gato, fazendo um buraco de 20 a 30 cm de profundidade, fora de trilhas e locais de barracas, de rios ou fontes de água, que depois de usado deve ser coberto com a própria terra. Quando for necessário construir uma latrina em um acampamento deve-se fazer um buraco de 60 cm de largura e comprimento, e 1 metro de profundidade. Sobre este buraco se constrói a instalação que seja confortável fazendo uma proteção de lona ao redor. Após o uso os excrementos devem ser cobertos com um pouco da terra retirada do próprio buraco.

- *O mínimo de alterações no local:* não se deve cavar valetas ao redor das barracas. O correto é escolher melhor o local e usar um plástico sob a barraca. Também não se deve cortar árvores sem absoluta necessidade, e evitando amarras por tempo prolongado que possam danificar a casca.

- *Higiene de campo e pessoal:* a opção deve ser sempre por usar produtos de limpeza biodegradáveis, mas nunca se pode usar detergentes ou sabão para

lavar louça e panelas diretamente nos rios e riachos, pois a fauna aquática pode ser muito prejudicada. Para limpeza é melhor construir pioneirias no campo, descartando as águas em fossas apropriadas, distante pelo menos 60 m de rios e lagos. Para banho e higiene pessoal deve ser feito o mesmo. Os escoteiros podem desfrutar de deliciosos banhos nas águas puras e frescas de rios e lagos, mas devem deixar para lavar-se com sabonete e xampu em chuveiros no campo, em que a água seja encaminhada para fossas.

- *Proteja a fauna silvestre:* a completa comunhão com a natureza se faz observando a fauna local, inclusive fotografando o que for possível, cuidando para não interferir na vida dos animais, especialmente não lhes dando comida ou espantando com barulhos ou movimentos.

- *Cuidado com o uso de fogueiras:* é fato que os escoteiros devem estar preparados para fazer fogo e usar bem uma fogueira, mas o mais importante é que em suas atividades se viva de maneira completa a Lei e a Promessa Escoteiras. Quando o Movimento Escoteiro foi criado por Baden-Powell, há mais de cem anos, os conceitos sobre meio ambiente e sustentabilidade ainda não existiam, mas desde lá nosso Fundador deixou claro que “o escoteiro é bom para os animais e as plantas”. Hoje o compromisso dos escoteiros é ainda maior e mais amplo, e as atividades devem basear-se no esforço para deixar o mundo ainda um pouco melhor do que foi encontrado. É por isso que, sempre que for possível, deve-se usar fogareiros, que são bastante eficientes, limpos e seguros. Quando for preciso e interessante usar fogo, que seja em área apropriada e com madeira adquirida para isso.

- *Deixando o lugar melhor do que foi encontrado:* a convivência com a natureza deve ser aproveitada para desfrutar, observar e fotografar, mas nada que pertence a natureza deve ser retirado, de maneira que continue preservada também para os outros e para uma próxima visita. Quando os escoteiros encontram lixo deixado por outros, devem fazer o mesmo que todos os escoteiros do mundo: o lixo deve ser recolhido e levado de volta para a cidade, pois seu lugar não é no campo.

CAPÍTULO 11

Alimentação

No Guia Alimentar Para a População Brasileira, do Ministério da Saúde, as recomendações para uma alimentação saudável, que buscam a prevenção das doenças, se baseiam em padrões semelhantes às demais regiões do mundo que possuem uma cultura alimentar consolidada, e onde as pessoas não convivem com situações de insegurança alimentar e nutricional. Essas dietas apresentam as seguintes características:

- São ricas em grãos, pães, massas, tubérculos, raízes e outros alimentos com alto teor de amido, preferencialmente na sua forma integral.
- São ricas e variadas em frutas, legumes e verduras e em leguminosas (feijões) e outros alimentos que fornecem proteínas de origem vegetal;
- Incluem pequenas quantidades de carnes, laticínios e outros produtos de origem animal;
- Em consequência, contêm fibras alimentares, gorduras insaturadas, vitaminas, minerais e outros componentes bioativos. Contêm também baixos teores de gorduras, açúcares e sal.

ELABORANDO CARDÁPIOS

A elaboração de cardápios devem contemplar alguns atributos básicos, que são:

- *Barato*: baseada em alimentos produzidos regionalmente, de época, de maneira que seja acessível.
- *Saboroso*: uma alimentação saudável é e precisa ser efetivamente saborosa, privilegiando os alimentos naturais e menos refinados.
- *Variado*: o consumo de vários tipos de alimentos fornece diferentes nutrientes e evita a monotonia alimentar.

- *Colorido*: sabe-se que quanto mais colorida é a alimentação, mais rica é em termos de vitaminas e minerais. Essa variedade de coloração torna a refeição atrativa, o que agrada aos sentidos e estimula o consumo.
- *Adequado ao público*: garantindo equilíbrio em quantidade e em qualidade dos alimentos, considerando fatores variáveis como estado de saúde, idade, sexo, grau de atividade física, etc.
- *Harmônico*: cuidando para que as interações entre os alimentos sejam benéficas, ajudando na saúde e bem estar.
- *Estado sanitário*: garantindo alimentos seguros para o consumo, que não apresentem contaminantes de natureza biológica, física ou química ou outros perigos que comprometam a saúde das pessoas.
- *Equilíbrio*: para garantir a saúde, devem ser realizadas pelo menos três refeições por dia (café da manhã, almoço e jantar), intercaladas por pequenos lanches.

Tipos alimentares fundamentais na dieta:

1. Carboidratos, presentes nas massas, cereais, pães e em outros alimentos, e é preciso que apareçam em ao menos três refeições.
2. Carnes, ovos e leguminosas (feijões, ervilha, soja), devem estar presentes em apenas uma refeição diária.
3. As frutas podem ser consumidas de diversas formas, inclusive como sucos.
4. Verduras e legumes podem ser usadas no almoço e no jantar.
5. Sal e açúcar precisam ser usados com moderação.
6. Limitar a ingestão de gorduras; substituir as gorduras saturadas por insaturadas e eliminar as gorduras trans (gorduras hidrogenadas);

CARDÁPIOS PARA JORNADAS E ACAMPAMENTOS VOLANTES

Embora possam existir algumas semelhanças, não dá para planejar um cardápio para um acampamento fixo e pretender utilizá-lo, também, em uma jornada ou acampamento volante, já que este tipo de atividade requer

um cardápio diferenciado que leve em conta as suas peculiaridades. Ao se preparar um cardápio para uma jornada deve-se ter em mente três pontos fundamentais:

- Preparação simples e rápida das refeições (curto tempo de cozimento)
- Conservação dos alimentos
- Relação peso x volume

De fato, ao planejar o cardápio de um acampamento volante deve-se lembrar que os almoços, em geral, serão frios, como um lanche reforçado constituído basicamente de sanduiches, barra de cereais e frutas, não necessitando de preparo e uso de fogo ou fogareiro. Quanto ao jantar é necessário planejar o uso mínimo de recurso, como apenas uma panela, exigindo refeições mais simples e fáceis de fazer, porém, não menos nutritivas. Também é preciso considerar que em uma jornada deve-se levar a menor quantidade possível de peso, já que todo o material será carregado exclusivamente pelas pessoas.

CONSERVAÇÃO DOS ALIMENTOS

Todos os alimentos têm um período de conservação que varia substancialmente, dependendo da embalagem ou de suas características próprias. Em geral, sempre se leva para as atividades comida não perecível que suporta vários meses sem deteriorar-se, cujo o armazenamento deve ser feito em um local arejado e fresco, protegido de insetos e animais.

- O pior inimigo dos alimentos é o calor, já que acelera sua decomposição. Se acaso tiver água fria e corrente próxima, poderão ser deixados nela todos os alimentos que não se deteriorem na umidade, colocados em um saco plástico impermeável, seguro por um bom lastro ou amarrando bem o recipiente para não perdê-lo.

- Para a conservação de vegetais e de frutas é importante que estejam em um lugar seco e fresco, protegidos com um mosquiteiro. As frutas maduras devem ser consumidas ou descartadas, pois do contrário estragarão as outras.
- Caso seja necessário levar carne (de frango ou bovina) ela deverá ser consumida durante o primeiro dia, a menos que se tenha uma conservadora com gelo. Nesse caso a carne deve ser congelada antes de ser colocada na conservadora. A carne deve ser descongelada dentro da caixa de gelo. Uma alternativa é mantê-la dentro de embalagem fechada e colocá-la para descongelar em água fria corrente potável. Jamais se deve descongelar carne colocando-a no sol, pois este processo facilita o desenvolvimento de bactérias que podem provocar muitos problemas à saúde.
- Os “frios” (queijos, embutidos e fiambres) devem ser cobertos com papel alumínio e fechados em sacos plásticos, deixando-os dentro da conservadora ou na corrente fria de um rio limpo.
- Peixes deverão ser rapidamente limpos, cortando fora as cabeças e tirando as entranhas. Dependendo do peixe e da temperatura ambiente será possível conservá-los no sal por alguns dias.
- Os grandes inimigos da higiene e conservação de alimentos são o calor, as moscas, as formigas e os ratos, e somente o asseio e a limpeza podem manter a comida dentro da normalidade.



Rua Coronel Dulcídio, 2107
Bairro Água Verde
CEP 80250-100
Curitiba - Paraná - Brasil
(41) 3353-4732

Das autorizações às atividades,
é dessa forma que este livro aborda
as etapas de planejamento
de uma atividade escoteira.
Uma ótima ferramenta
de apoio aos dirigentes e
escotistas de todos os Ramos.