

MANUAL DE DICAS ÚTEIS: DEFESA CIVIL E SOBREVIVÊNCIA

ORIENTAÇÕES DE SEGURANÇA E CAMPO • DELTA TURISMO MG

A segurança nas atividades de turismo de aventura exige o conhecimento de fatores de risco climáticos e ambientais. Este manual compila diretrizes da Defesa Civil e protocolos práticos de sobrevivência urbana e remota para garantir a máxima proteção física de nossos clientes e colaboradores.

1. Diretrizes da Defesa Civil e Monitoramento Climático

Aviso Importante: Em áreas remotas e de relevo acentuado como a Serra da Mantiqueira, os fenômenos climáticos ocorrem de forma célere e dinâmica. O cumprimento dos alertas institucionais é obrigatório para mitigar riscos graves.

- **Gerenciamento de Trombas d'Água:** Ao usufruir de cachoeiras ou leitos de rios, monitore constantemente os sinais da água. O aumento repentino do volume hídrico, a mudança abrupta da coloração da água (fração turva ou com lama) e a presença flutuante de galhos e folhas indicam uma tromba d'água iminente a montante. Saia imediatamente da água e desloque-se para as margens mais elevadas.
- **Incidência de Raios e Descargas Elétricas:** Caso uma tempestade elétrica se desenvolva durante a caminhada em áreas abertas, descampados ou cristas de montanhas, afaste-se imediatamente de cercas de arame, árvores isoladas, torres e estruturas metálicas. Adote posição de segurança (agachado, com os pés juntos) em depressões do relevo e aguarde as ordens da guia líder.
- **Previsão Meteorológica Local:** Nunca inicie uma atividade em campo sem consultar previamente os canais oficiais do INMET, CPTEC e Defesa Civil Estadual.

2. Protocolos de Sobrevivência em Áreas Remotas

- **Manutenção do Controle Emocional:** Em cenários de desorientação espacial, interrupção de rota ou incidentes isolados, o pânico é o principal fator de agravamento de riscos. Adote o protocolo de parar, respirar, analisar o ambiente e traçar uma estratégia racional embasada nos recursos disponíveis.
- **Sinalização de Emergência ativa:** Se houver necessidade de indicar posicionamento para equipes externas de busca e salvamento, utilize recursos sonoros padronizados (apitos técnicos com 3 sopros curtos e espaçados) ou sinalização visual (luzes estroboscópicas de lanternas ou tecidos de cores vibrantes expostos em clareiras).
- **Prevenção da Hipotermia:** A oscilação térmica em áreas serranas pode ser drástica. Mantenha o corpo seco, evite o contato direto e prolongado com solos úmidos ou rochas frias e faça uso imediato de camadas de isolamento térmico (como anoraques ou mantas aluminizadas de emergência).

3. Checklist de Equipamentos e Itens Obrigatórios na Mochila

Todo participante integrado às atividades da Delta Turismo MG deve portar individualmente em sua mochila os seguintes itens de segurança e subsistência:

1. **Isolamento Térmico e Impermeável:** Jaqueta corta-vento (anoraque) ou capa de chuva resistente de alta micragem.
2. **Fonte de Iluminação Artificial:** Lanterna de cabeça (headlamp) funcional com pilhas ou baterias extras de reserva.
3. **Suprimento de Hidratação e Nutrição:** Mínimo de 2 litros de água potável ou isotônicos e alimentos calóricos de rápido consumo (barras energéticas, castanhas, frutas secas).
4. **Barreiras Químicas de Proteção:** Protetor solar e repelente contra insetos e carrapatos (para mitigação de vetores biológicos).
5. **Medicamentos Pessoais:** Medicamentos de uso contínuo ou preventivos de condições alérgicas pré-existentes bem acondicionadas.

Delta Turismo MG • CNPJ: 34.811.597/0001-76 • Andrelândia - MG
Documento de orientação preventiva integrado ao Sistema de Gestão da Segurança (SGS).