



GUIA DAS ESPECIALIDADES

VIDA SILVESTRE



MUNDO
— DAS —
ESPECIALIDADES

Esta é mais uma publicação do site,



GUIA DAS ESPECIALIDADES

Guias de estudo para as especialidade do Clube de Desbravadores
Volume 31

VIDA SILVESTRE

1ª Edição: Disponível em www.mundodasespecialidades.com.br

Diagramação e Edição: Khelven Klay de A. Lemos

Coordenação: Aênio Rodrigues

Autor: José Luiz Xavier Filho

DIREITOS RESERVADOS:

A reprodução deste material seja de forma total ou parcial de seus textos ou imagens é permitida, desde que seja referenciado o Mundo das Especialidades e seus autores pela nova autoria ao fim de seu material. Todos os direitos reservados para Mundo das Especialidades

União Nordeste Brasileira da Igreja Adventista do Sétimo Dia
Ministério dos Desbravadores

Este material estar registrado nos seguintes órgãos



Natal, RN, Maio de 2014

Ver de perto aquele pássaro, aquele animal ou aquelas lindas e deslumbrantes paisagens da natureza que você só conhecia dos livros da escola, são aquele tipo de emoção que você carrega para a vida toda.



APRESENTAÇÃO

Ver de perto aquele pássaro, aquele animal ou aquelas lindas e deslumbrantes paisagens da natureza que você só conhecia dos livros da escola, são aquele tipo de emoção que você carrega para a vida toda. Através das excursões e acampamentos, podemos fazer observações da fauna e da flora, o que antes era privilégio apenas de pesquisadores vem se tornando, cada vez mais, uma alegria de fácil alcance ao cidadão comum. As atividades campestres estão se tornando um passatempo que cresce no mundo todo, sobretudo no Brasil, devido a sua biodiversidade.

Você sabia que, apesar de serem utilizados amplamente como sinônimos, preservação e conservação são conceitos distintos? O primeiro, o preservacionismo, aborda a proteção da natureza independentemente de seu valor econômico e/ou utilitário, apontando o homem como o causador da quebra deste “equilíbrio”. Já a segunda corrente, a conservacionista, contempla o amor à natureza, mas aliado ao seu uso racional e manejo criterioso pela nossa espécie, executando um papel de gestor e parte integrante do processo.

Então Desbravador, entende como você pode contribuir e respeitar as áreas silvestres e conservá-las? Nada melhor do que viver num país assim, com tanta biodiversidade, para praticar o respeito e a humildade perante a vida silvestre. Aqui, definitivamente, quem dita às regras é a natureza

Um Abraço!
José Luiz Xavier Filho

Atualizar



O autor
Zé Luiz
Cupira - PE



Historiador e Desbravador incondicionalmente apaixonado. Existe uma frase que me define: Eu não ensino e não mando. Ensinando sai cópia, mandando sai escravo. Eu transmito meu espírito. (Kan-Tcha Sato)



Queremos contar com seu apoio para montar as nossas especialidades. Conte para nós sua experiência, envie sua foto, desenho, texto ou conhecimento, você será sempre bem vindo neste mundo.



Veja mais fotos desta atividade em:

www.facebook.com/mundodasespecialidades



PLANETA
sustentável

JUNTOS NÓS PODEMOS FAZER UM MUNDO MELHOR

Em Tabira - PE, o Clube de Desbravadores Gaviões do Sertão da APEC da 24ª Região -Área 3, instalaram lixeiras em vários pontos da cidade.

O Clube de Desbravadores - Gaviões do Sertão realizou um Projeto Ambiental para incentivar a organização, limpeza da cidade e ao mesmo tempo reciclando materiais. Foram instaladas mais de 40 lixeiras em vários pontos de Cidade. Uma Iniciativa Comunitária para que junto com a população, possamos ter ruas, praças e demais pontos limpos e organizados em nossa cidade. Todo material foi adquirido em



Artístotales **LIXO** Artístotales

TABIRA PLACAS
PADARIA N.S DO PERPETUO SOCORRO
PANIFICADORA DANGLIEBE
PADARIA AMARAL
ROBÉRIO DO COMPUTADOR
ROSALDO DO ESPETINHO

APÓIO:

PASTEL MANIA
GERSON DO TAMBOR
PANIFICADORA PAMPILHA
JOSELENO BRITO
PANIFICADORA 2 IRMÃOS
GERALDO DO TAMBOR

DESBRAVADORES DO SERTÃO

TABIRA

FUNDAÇÃO DE TABIRA

UMA CAMPANHA DO CLUBE DE DESBRAVADORES DO SERTÃO

PENSAR NO FUTURO É AGIR AGORA

1-Desbravadores instalando as lixeiras nas ruas; 2 –Produção e confecção das lixeiras; 3– Grupo postos para iniciar a campanha; 4– Adesivo de conscientização utilizado nas

JUNTE-SE A NÓS VOCÊ TAMBÉM!

Você desenvolve algum projeto verde em sua cidade ou município, fale com a gente e divulgue o seu projeto

MUNDO
DAS
ESPECIALIDADES



Posicione o seu leitor de QR Code do seu tablete ou celular e tenha acesso direto a loja

PELA DEUS
GRAÇA DE
SEREI PUA BONDOSO
E LEAL GUARDAREI A LEI DOS
DESBRAVADORES
SERE SERVO DE
DEUS
E AMIGO
DE
TODOS

QUEM É
DESBRAVADOR
VESTE ESTA
CAMISA



NA
CONTRA
MÃO

www.lojanacontramao.com.br

acompanhe nossa loja pelas redes sociais e fique por dentro de nossas novidades: [fk/lojanacontramao](https://www.facebook.com/lojanacontramao)

Para quem gosta de trocar o conforto de casa pela aventura do contato com a Natureza, o mercado oferece 1001 tipos diferentes de barracas. O comércio oferece desde barracas sobre rodas que imitam uma casa em quase tudo, até os modelos importados, super práticos, que ao serem jogados ao chão, se abrem automaticamente. Para escolher uma barraca adequada, você deve levar em conta a utilização mais comum que ela deverá ter. Para o montanhismo, elas costumam ser mais fechadas, portanto mais pesadas, pois terão que suportar temperaturas mais frias e ventos mais fortes. Se o acampamento de costume é em bosques e em clima quente, a escolha deverá recair sobre uma barraca com muita tela para proteger dos mosquitos e para permitir maior ventilação. Mas que tal providenciar?

PROVIDENCIANDO ABRIGOS

Imagine essa situação terrível: você se perdeu do seu grupo de trilha no final de uma tarde fria de outono e percebe que ficou sozinho na floresta. E não tem nenhuma barraca ou saco de dormir e, enquanto isso, a noite vai caindo rapidamente na floresta. Você grita e não ouve nada além do vento gelado. Você marca uma árvore, anda meio quilômetro e volta em todas as direções. Não há ninguém por perto. Sente um arrepio e percebe que estará em sérios apuros caso não consiga um abrigo para se proteger do frio da noite. O que acontecer nas próximas horas pode decidir se você irá sobreviver ou não àquela noite.

Ao escolher um lugar para construir seu abrigo, tente ficar próximo a uma fonte de água. Se possível, não durma diretamente sobre o solo. Empilhar mato ou folhas de pinheiro podem ajudar bastante na retenção de calor corporal. Seu abrigo deve ser ventilado, especialmente se você planeja ter uma fogueira dentro ou perto da entrada. Utilize rochas grandes ou galhos de árvores para bloquear a porta. Isso previne que o calor saia e que os animais entrem.

ACAMPAMENTO

DICAS

Outras maneiras de encontrar um abrigo de emergência:



utilize árvores caídas ou ocas com refúgios para dormir;



entre em uma caverna ou debaixo de uma saliência para se proteger do vento e da chuva;



permaneça debaixo de galhos de árvore densos para ter uma cobertura espessa;



use pedras e troncos grandes para quebrar o vento.

SE LIGA!



Apenas lembre-se de que em uma emergência, seu objetivo não é o conforto, e sim o de passar a noite até que você possa avaliar sua situação e construir um abrigo apropriado. Também é importante ter cuidado quando estiver lidando com cavernas. Fique perto da entrada da caverna para não se perder e esteja atento às outras criaturas que também estão procurando abrigo como você.

ACAMPAMENTOS COM NEVE

Se você estiver em um local com bastante neve e com muitas árvores perenes ao redor, construa um abrigo de neve em uma cavidade: 1- procure uma árvore perene com galhos baixos; 2- cave a neve na profundidade e diâmetros desejados: quanto mais confortável, melhor; 3- preencha bem o interior do poço de neve. 4- use os galhos naturais acima e acrescente galhos adicionais para a cobertura; 5- use galhos como isolamento no solo interior. Em caminhadas em locais sujeitos a neve, é necessário estar bem agasalhado, com meias, botas e luvas apropriadas para tal.

ÁREAS ROCHOSAS/ PÂNTANOS E FLORESTAS

O que você deve fazer é imitar o formato de uma barraca. Para um abrigo básico contra a luz, tudo o que precisa fazer é distribuir o material de forma que você possa se abrigar dentro dele. Se tiver uma corda, você poderá amarrá-la entre quatro árvores para formar uma cobertura. Você pode estilizar um abrigo ao colocar uma corda no centro do poncho entre duas árvores, e então prender as laterais no solo com madeiras afiadas para criar um formato de A. Outro abrigo em forma de telhado simples pode ser feito amarrando dois cantos opostos do poncho às árvores. A outra extremidade se inclina diagonalmente no chão e pode ser segura com pedaços de madeira ou rochas pesadas.

MÃO NA MASSA

Se você não tiver nenhuma corda, construa uma barraca que comporte uma pessoa com galhos de árvore:

- 1-pegue um ramo de árvore bifurcado em Y e prenda-o cerca de 30 cm dentro do solo, com o "Y" apontando para cima;
- 2-a viga mestra do telhado é o apoio central do teto e deve ser reta e resistente;
- 3-coloque-a do chão até a bifurcação, apoiando-a no "Y";
- 4-crie uma estrutura em formato de "A" para a porta da barraca com galhos diagonais em direções opostas um do outro que se encontram na bifurcação;
- 5-use videira ou galhos de árvores finos para juntar todos os três pontos de suporte;
- 6-crie uma estrutura em forma de costelas com os galhos colocados na diagonal ao longo da viga mestre do telhado, de modo largo o bastante para obter um espaço dentro;
- 7-quando terminar de construir a estrutura, coloque a cobertura no topo e prenda-a com madeiras pontiagudas.



MÃO NA MASSA - SE VIRE



Você não pode esquecer nossas dicas sobre o que fazer quando perdido. Recorte as cartas abaixo e monte a caixa "Suprimento de Sobrevivência quando perdido", assim você vai sair fácil de qualquer enrascada.

| QUANDO PERDIDO | QUANDO PERDIDO | QUANDO PERDIDO |
|---|--|--|
| <p>Sente-se, mantenha a calma e descanse. O pânico é o pior inimigo de quem está perdido. Reconstitua sua trajetória, lembrando o último ponto conhecido da trilha.</p> <p>1</p> | <p>Se estiver em grupo, após o descanso, distribua tarefas a cada pessoa. Transmita confiança. Se alguém estiver machucado, preste os primeiros socorros.</p> <p>2</p> | <p>Não saia do lugar onde você está antes de marcá-lo bem, seja com uma estaca, algum pano, abrindo uma clareira, assinalando uma árvore grande. Esse será seu novo marco de referência.</p> <p>3</p> |
| <p>Suba a um lugar elevado, uma colina próxima ou uma árvore alta e procure algum marco familiar, ou sinal de fumaça. Não se apresse. Se tiver uma bússola, cheque sua posição, trace um azimute e siga cuidadosamente nessa direção.</p> <p>4</p> | <p>Tente voltar, seguindo suas pegadas. Mas cheque constantemente sua posição para não perder o ponto de referência. Esteja certo de poder voltar a ele. Deixe sinais de pista para guiar-se</p> <p>5</p> | <p>Base provisória. Se nada disso funcionar faça um abrigo e uma fogueira. Inicie um diário. Anote as condições e posição geográfica em que se encontra etc. A essa altura alguém já deve estar procurando por você e isso indicará sua posição.</p> <p>6</p> |

MATERIAIS

- 1- TESOURA SEM PONTA
- 1- COLA BRANCA
- 1- CARTOLINA

DICA: Reforce em uma cartolina as cartinhas e a caixa caso tenha impresso o material em folha de ofício. Caso deseje você pode imprimir esta parte da especialidade em papel peso 40 ou 60



MÃO NA MASSA - SE VIRE



Você não pode esquecer nossas dicas sobre o que fazer quando perdido. Recorte as cartas abaixo e monte a caixa "Suprimento de Sobrevivência quando perdido", assim você vai sair fácil de qualquer enrascada.

QUANDO PERDIDO

Providencie alimentos e água. Plantas comestíveis, frutos silvestres e peixe, se houver um rio ou lago por perto.

7

QUANDO PERDIDO

Se nenhuma das tentativas funcionar. Não desista. Na manhã seguinte espere ajuda. Produza fumaça e fique atento aos gritos da equipe de busca.

8

QUANDO PERDIDO

Siga com segurança. Se depois de várias horas a ajuda não chegar, suba novamente ao lugar elevado e, olhando para o lado que você pensa que deve caminhar, estabeleça um ponto de referência (pode ser uma árvore, rocha, morro etc.) e caminhe naquela direção. Antes de sair deixe alguma indicação da sua presença e a direção que seguiu. Não corra, qualquer acidente pode complicar ainda mais a situação.

9

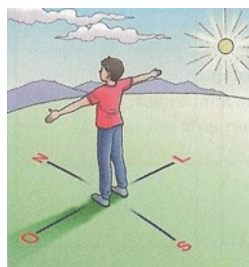
ORIENTE-SE

Relógio – Gire o relógio em sua mão até que o ponteiro das horas aponte para o sol. Trace uma linha imaginária exatamente na metade entre o ponteiro das horas e o número 12 do relógio, e você terá, de um lado, o sul, e de outro, o norte.



ORIENTE-SE

Posição do Corpo – abra os braços e gire o corpo até que o braço direito aponte para o nascer do sol e o esquerdo para o pôr-do-sol. À sua frente estará o norte e, às costas, o sul. O sol nasce a leste e se põe a oeste.



ORIENTE-SE

Se não for possível enxergar o sol, olhe as copas das árvores – um lado estará mais iluminado que o outro, indicando de que lado está o sol. Observar o lado iluminado de montanhas e colinas produz o mesmo resultado.



MATERIAIS

- 1- TESOURA SEM PONTA
- 1- COLA BRANCA
- 1- CARTOLINA

DICA: Reforce em uma cartolina as cartinhas e a caixa caso tenha impresso o material em folha de ofício. Caso deseje você pode imprimir esta parte da especialidade em papel peso 40 ou 60



MÃO NA MASSA - SE VIRE

Você não pode esquecer nossas dicas sobre o que fazer quando perdido. Recorte as cartas abaixo e monte a caixa "Suprimento de Sobrevivência quando perdido", assim você vai sair fácil de qualquer enrascada.



ORIENTE-SE

Estrelas – No Hemisfério Sul, trace uma linha imaginária a partir do pé da cruz do Cruzeiro do Sul, cerca de quatro vezes e meio o seu tamanho. Trace outra linha a partir de duas estrelas bem brilhantes sob a cruz. O sul estará na linha do horizonte, sob esse ponto.

SINAIS TERRA PARA O AR

Com pedras, galhos de árvores e outros materiais que contrastem com o terreno, você pode desenhar mensagens que facilitam a localização no caso de uma busca aérea.

- | Ferimentos graves, peço médico
- || Preciso medicamentos
- X Não posso prosseguir
- T Peço alimentos e água
- Peço mapa e bússola
- Peço rádio e lanterna de sinais com pilhas
- K Indique a direção a seguir

SINAIS TERRA PARA O AR

Com pedras, galhos de árvores e outros materiais que contrastem com o terreno, você pode desenhar mensagens que facilitam a localização no caso de uma busca aérea.

- ↑ Estou me deslocando nesta direção
- △ Provavelmente seguro aterrissar aqui
- L Peço combustível
- LL Tudo bem
- N Negativo
- Y Afirmativo

ORIENTANDO UM AVIÃO

Não tentem aterrissar

Afirmativo

ORIENTANDO UM AVIÃO

Tubo bem, Não esperem

Negativo

ORIENTANDO UM AVIÃO

Aterrisse neste ponto

Precisamos de ajuda

MATERIAIS

- 1- TESOURA SEM PONTA
- 1- COLA BRANCA
- 1- CARTOLINA

DICA: Reforce em uma cartolina as cartinhas e a caixa caso tenha impresso o material em folha de ofício. Caso deseje você pode imprimir esta parte da especialidade em papel peso 40 ou 60



MÃO NA MASSA - SE VIRE



Você não pode esquecer nossas dicas sobre o que fazer quando perdido. Recorte as cartas abaixo e monte a caixa "Suprimento de Sobrevivência quando perdido", assim você vai sair fácil de qualquer enrascada.



Crie suas próprias cartas com suas regras

MATERIAIS

- 1- TESOURA SEM PONTA
- 1- COLA BRANCA
- 1- CARTOLINA

DICA: Reforce em uma cartolina as cartinhas e a caixa caso tenha impresso o material em folha de ofício. Caso deseje você pode imprimir esta parte da especialidade em papel peso 40 ou 60



MÃO NA MASSA - SE VIRE

Você não pode esquecer nossas dicas sobre o que fazer quando perdido. Recorte as cartas abaixo e monte a caixa "Suprimento de Sobrevivência quando perdido", assim você vai sair fácil de qualquer enrascada.



Referências de desenho

Tiago Hoisel, imagem de capa para a Revista Mundo Estranho. <http://hoisel.zip.net/>
www.mundoestranho.com.br

MATERIAIS

- 1- TESOURA SEM PONTA
- 1- COLA BRANCA
- 1- CARTOLINA

DICA: Reforce em uma cartolina as cartinhas e a caixa caso tenha impresso o material em folha de ofício. Caso deseje você pode imprimir esta parte da especialidade em papel peso 40 ou 60



ÁGUA

Para suas funções normais, você necessita de, no mínimo, dois litros de líquidos por dia (incluir sucos, água, leite, alimentos). Em uma excursão pedestre mais longa e a bom passo, a cota deve ser aumentada para aproximadamente o dobro. Por um curto período de tempo, seu corpo pode funcionar com menor quantidade, mas com risco de desidratação. Por isso, dê muita atenção à reserva de água e proteja a fonte para consumo interno. Em caso de emergência, você pode conseguir água em algum dos seguintes lugares:

QUALIDADE DA ÁGUA

Esse é um fator essencial para o sucesso do acampamento ou excursão, pois a água contaminada pode causar enfermidades digestivas ou intestinais. Além do desconforto natural, isso pode deixar a pessoa incapacitada e até colocar a vida em risco. As melhores fontes de água estão no alto das minas e nos pequenos riachos das montanhas. Em primeiro lugar, lembre-se de que água transparente e límpida não significa necessariamente água potável. Esteja atento aos seguintes sinais de poluição: pegadas de gado; temperatura morna; água parada, sem correnteza e sem plantas nas margens; cor e mau cheiro.

Como o “olhômetro” não é um método seguro de avaliar a qualidade da água, purifique-a sempre por um dos seguintes métodos:

FERVURA – Filtre a água em um tecido bem limpo para eliminar impurezas maiores, e em seguida ferva por pelo menos cinco minutos. Depois passe-a de uma vasilha para outra várias vezes, de certa altura, para voltar a oxigená-la, devolvendo-lhe o sabor.

IODO – Use uma cápsula ou três gotas por litros de água. Misture bem e deixe repousar por 30 minutos antes de utilizá-la.

CLORO – Há várias concentrações. Use a seguinte dosagem: cloro a 1% (10 gotas por litros de água); de 4 e 6% (duas gotas por litro); 7 a 10% (uma gota por litro). Misture bem e deixe em repouso por 30 minutos antes de usar. Se a água for escura, duplique a dosagem e o tempo de espera. Existe cloro em pastilha e um anti-sabor, que anula o gosto ruim do cloro.

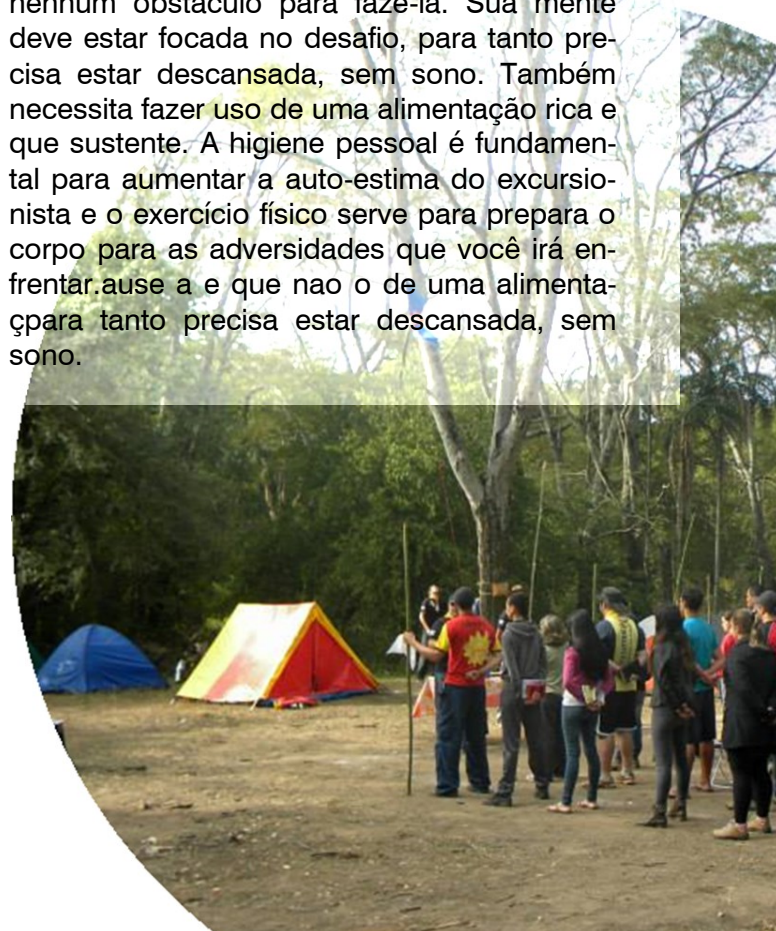
FILTRO DE VELA COMUM – Abra o fundo de uma garrafa de plástico descartável e introduza o filtro de vela na boca da garrafa. Ou faça vários furos em um balde de plástico grande, coloque as velas nos furos e recolha a água em outro balde abaixo do primeiro.

SE LIGA! - ACHANDO ÁGUA



- *Recolhendo água da chuva.
- *Onde há abundante vegetação.
- *Frutos e vegetais que conservam água, como: o coco, o cacto, o bambu e as bromeliáceas.
- *Água da chuva ou orvalho forte acumulado nas folhas de plantas.

Toda excursão ou acampamento selvagem exige resistência física. Portanto antes de alguma dessas atividades você deve estar bem preparado em todos os aspectos, sem nenhum obstáculo para fazê-la. Sua mente deve estar focada no desafio, para tanto precisa estar descansada, sem sono. Também necessita fazer uso de uma alimentação rica e que sustente. A higiene pessoal é fundamental para aumentar a auto-estima do excursionista e o exercício físico serve para preparar o corpo para as adversidades que você irá enfrentar. Use a água que não o de uma alimentação para tanto precisa estar descansada, sem sono.



MEDIDAS IMPOSSÍVEIS

Como saber a altura de uma árvore sem subir nela, e a largura de um rio sem passar para o outro lado?

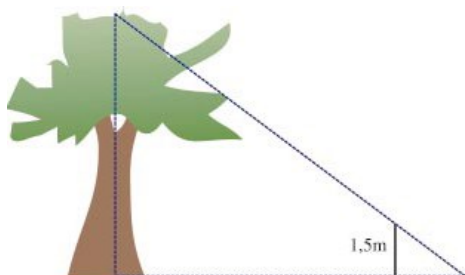


ÁRVORES

MÉTODO DA CANETA: Marque na árvore sua própria altura. Afaste-se dela alguns passos. Pegue uma caneta ou uma varinha qualquer e coloque-a na posição vertical em frente a você, em direção à árvore. Com o olho fechado, faça com que o topo da varinha coincida com sua marca feita na árvore, e deslize o polegar para baixo na varinha até

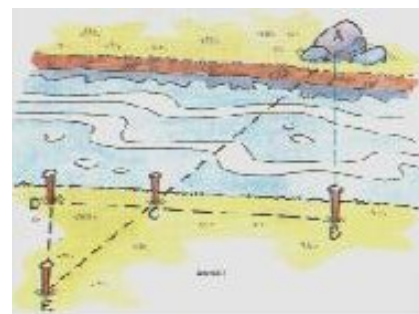
que ele coincida com o pé da árvore. Este é o seu padrão de medida. Veja quantas vezes ele pode ser “transferido” na árvore, do pé até o topo. Multiplique esse número pela sua altura. O resultado é a altura da árvore. Se não conhece sua altura, utilize uma vara com comprimento conhecido para fazer a marca na árvore que você quer medir.

MÉTODO DA SOMBRA: Meça o comprimento da sombra de uma vara ou estaca (CD). Então meça o comprimento da sombra da árvore (AB). Divida AB por CD e multiplique o resultado pela altura da vara ou estaca para conseguir a altura da árvore. Para utilizar esse método você precisa de um metro (ou trena, fita métrica, régua, etc).



LARGURA DE UM RIO

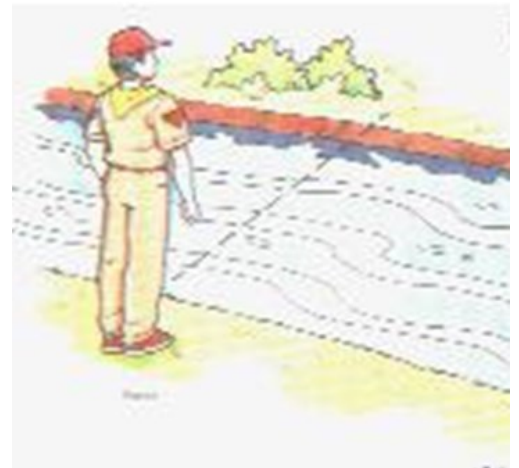
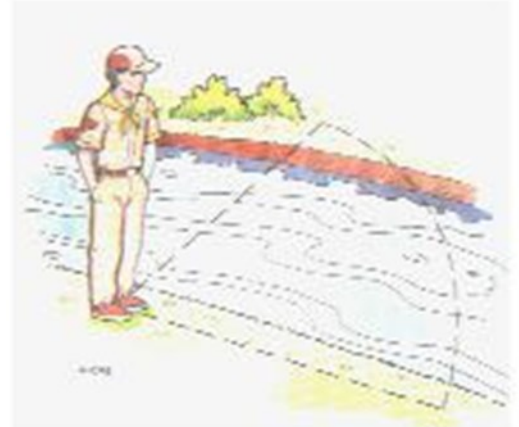
MÉTODO DOS PASSOS: Escolha uma rocha, árvore ou arbusto do outro lado do rio como ponto de referência (A). Finque três estacas desse lado do rio nos pontos B, C, e D, formando um ângulo reto (90°) com A e B, sendo que C e D devem ter a metade da distância de B e C. Por exemplo: caminhe 30 passos a partir da estaca B e coloque a estaca C. Continue caminhando mais 15 passos em linha reta e crave a estaca D. Caminhe para longe do rio em ângulo reto (90°) com a linha B e D, olhando para o ponto A. Quando você estiver alinhado com o ponto A e C, pare e coloque a estaca E. Agora é só medir a distância D e E, e você terá a metade da largura do rio. Multiplique por dois e pronto. Pode-se usar uma trena.



MÉTODO DE NAPOLEÃO:

Esse é um método menos exato, porém muito mais simples. Coloque-se em posição de sentido exatamente de frente para a outra margem do rio, tendo um chapéu ou boné na cabeça. Olhe firmemente para a outra margem, movendo a cabeça lentamente para baixo ou para cima até que a aba do chapéu ou boné pareça “tocar” a outra mar-

gem. Agora vire-se para a direita, como se seguisse o comando “direita volver”, para “transferir” para sua margem a distância encontrada. Mas atenção, para que a “transferência” seja exata, não mova a cabeça nem para baixo, nem para cima quando virar. Se fez corretamente, a distância entre você e o ponto onde a aba do chapéu ou boné parece tocar o chão é a largura do rio.



PLANTAS SILVESTRES COMESTÍVEIS

Existem mais de 30.000 espécies de plantas silvestres comestíveis. Algumas frutas silvestres que podem ser encontradas com facilidade são: amora, banana-da-terra, mamão e manga. Todas as frutas encontradas são, em geral, boas para a alimentação. As bebidas podem ser: água-de-coco, suco de alguma fruta e garapa da cana-de-açúcar. Para a salada podemos preparar alface, couve ou folhas não amargas. Das hortaliças, podemos fazer sopas com vagens, cenouras e feijões. As raízes ou tubérculos comestíveis, se destacam a mandioca e o inhame.

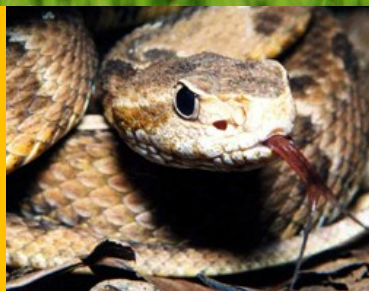
Lembre-se: um alimento amargo não deve ser ingerido. Não coma nenhum alimento estranho sem antes prová-lo. Cozinhe, coloque um pouco na boca, mastigue. Se o gosto for desagradável ou amargo, é um guia seguro de que não deve ser ingerido. Outros fatores ajudam a distinguir também: se o alimento tiver partes cabeludas também não poderá ser ingerido.



PRIMEIROS- SOCORROS

Uma emergência médica pode ocorrer de repente, sem aviso, e em nenhum lugar isso se dá de forma mais devastadora do que longe da civilização, onde auxílio profissional pode estar longe. Se você estiver se aventurando, sua meta deve ser a auto-suficiência. Por isso, carregue um estojo de primeiros socorros para cuidar de ferimentos menores. Mas em uma emergência séria, como hipotermia ou queda grave que resulte em choque ou insuficiência respiratória, não existe substituto para o conhecimento médico. Embora as páginas seguintes descrevam técnicas de primeiros socorros seguras para vários problemas de bolhas e hemorragias graves, primeiros socorros são uma habilidade prática. Sua confiança e eficácia serão acentuadas por treinamento prático dado por especialistas. Segue a ocorrência e o primeiro socorro básico para os seguintes casos mais comuns em acampamentos:

HIPOTERMIA - É a queda perigosa de temperatura corpórea (abaixo de 35 graus). Deve-se restabelecer a temperatura normal o mais rápido possível. Troque as roupas molhadas e a mantenha a vítima aquecida. Se possível, dê algo quente para a vítima beber.



PICADA DE COBRAS -

Deve-se tomar muito cuidado em observar onde se pisa em uma trilha. Em caso de picada de cobra, limpe cuidadosamente para prevenir infecção no ferimento e lave com bastante água corrente e sabão. Mantenha a vítima calma, enfaixe o ferimento, mantendo abaixo da altura do coração. Procure o mais depressa possível um posto médico.

FERIDAS OU MACHUCADOS

com infecção. Provém de cortes e escoriações. Deve-se lavar com água corrente e sabão e fazer o curativo com pano limpo ou gases se tiver. Se houver infecção, de algum antibiótico e aplique alguma pomada anti-inflamatório.

EXAUSTÃO

- Provocada pela exposição prolongada ao calor excessivo. O primeiro cuidado a ser tomado é o resfriamento rápido do corpo, com a remoção do indivíduo do ambiente quente para que possa repousar em um local arejado e fresco.

INSOLAÇÃO

- É provocada pela exposição prolongada aos raios solares e se caracteriza por sede intensa. Deve-se levar a pessoa para um local arejado (sombra), fazer hidratação via oral (soro, água, sucos), e em caso de febre ou piora do quadro, encaminhar para um médico.



ARBUSTOS VENENOSOS - Algumas plantas, como a urtiga, provocam irritação quando em contato com a pele. Outras são venenosas para quem as ingere, provocando intoxicação. No primeiro caso, deve-se lavar com água corrente o local e colocar a vítima em repouso a sombra, longe do sol. No segundo caso, enxágue a boca com água corrente abundante, faça ingerir água, leite, clara de ovo e examine a língua e a garganta para verificar a irritação causada. Procure um médico e guarde a planta para identificação.

ENJÔO PROVOCADO POR ALTITUDE

- Tontura e desorientação provida pela baixa oxigenação do cérebro, devido à altitude. Fora o enjoo, ocorre dores de cabeça, tontura e inconsciência. Deite a vítima e faça com que ela repouse. Dê bastante água e se persistir os sintomas, desça imediatamente para um lugar menos elevado.

DESIDRATAÇÃO

- É a falta de água no organismo. Deve-se beber muito líquido e repousar na sombra até o desaparecimento do sintoma. É recomendado também o uso do soro caseiro.





SE LIGA! - CUIDADOS AMBIENTAIS

Lembre-se sempre disso:

- 1- Planejar sua excursão prevendo o menor impacto possível ao local visitado.
- 2- Quando estiver em uma área selvagem, lembre-se de que é você que está fora do seu habitat. Portanto respeite e proteja a fauna e a flora do local.
- 3- Traga sempre seu lixo de volta.
- 4- Evite cortar árvores e galhos.
- 5- Não levar animais de estimação (cães, gatos, etc.). Os mesmos podem trazer doenças ou caçar animais silvestres.
- 6- Não utilizar aparelhos de som ou de percussão que cause poluição auditiva ao ambiente natural.
- 7- Minimize o uso e o impacto das fogueiras, fazendo-as em cima de pedras ou retirando a grama.
- 8- Deixe o local da mesma forma que achou, sem retirar nada e nem acrescentar nada.
- 9- Cuidado com áreas de mananciais para não provocar danos nem contaminações. Acampe longe das fontes de água (60 à 70 metros).
- 10- Não toque ou leve em objetos de importância histórica ou arqueológica para não causar danos.
- 11- Contribuam com a conservação do ambiente incentivando outros a cumprirem tais regras e reprimindo quem não as pratica.

NÓS

Como todo bom Desbravador, você deve saber alguns nós básicos e suas respectivas utilidades.

LAIS DE GUIA - É uma volta que não corre. Usado em salvamento, para erguer pessoas.

VOLTA DE FIEL - Serve para iniciar qualquer amarra.

PESCADOR DUPLO - Unir duas cordas lisas, como as de pesca, com maior reforço.

FIGURA EM OITO - Nó terminal utilizado na ponta de um cabo. É muito utilizado em alpinismo.

PRUSIK - Utilizado em escaladas, trava sobre pressão e solta se afrouxado.

LAÇADA DUPLA - Serve para encurtar a corda. Cria-se também uma volta que não corre.

DIREITO - Serve para finalizar qualquer amarra.

Pescador - Serve para unir dois cabos. Tem esse nome porque é usado em linhas de pesca (Nylon) que são lisas e escorregadias.

QUADRADO - Nó usado para encurtar a corda; ou reforçar a corda trançando os fios. Muito utilizado em técnicas de Macramê para realizar trabalhos decorativos.



SUAS AVENTURAS AGORA COM OS MELHORES PRODUTOS DA ÁREA DE DESBRAVADORES
ACESSO: WWW.LOJADODESBRVADOR.COM.BR

Atividades



REFERÊNCIAS

MONTANDO UM KIT DE SOBREVIVÊNCIA

Linha de Pesca – Serve tanto para pesca como para utilizar em amarras.

Anzóis e Chumbada – Leve anzóis pequeno e médios. A chumbada não necessita ser muito pesada.

Canivete – Um pequeno canivete bem afiado para cortar o que for preciso.

Serrote de arame – Utilizado para cortar madeira. Consiste em fios de trançados de arame.

Arame fino – Bem fino, mas que não se rompa. Pode ser usado para fazer alça de panela ou para emendar algo.

Permanganato de Potássio – Estes cristais esterilizam a água e tratam infecções.

Lápis – Para escrever seu diário de excursão, esboçar mapas, etc.

Materiais de Costura (linha, agulha, botão) – Serve tanto para concertar roupas, como para dar pontos em cortes e machucados.

Bússola – Para se orientar e saber qual a direção certa a se seguir.

Sal – Tanto para reposição de sais minerais causado por esforço físico, como para temperar o alimento obtido.

Lente de Aumento – Para fazer fogo. Concentre os raios do sol sobre folhas e gravetos secos.

Saco Plástico – Pode ser utilizado para transportar água de um riacho ou para envolver e proteger algo.

Fósforos – Desmonte uma caixa de fósforo, recorte as lixas e coloque tudo em uma embalagem de filme. Assim você protege os fósforos de qualquer umidade.

Vela – Na falta de isca, a vela é perfeita para iniciar uma fogueira.

Antibióticos – Para situações de enfermidades causadas por infecções.

Curativos – Para arranhões, cortes e bolhas. Ajuda a estancar o sangue e evitar que infeccione.

LEMOS, Francisco & UNGLAUB, Josiel. Aventuras ao Ar Livre. 2ª. ed., São Paulo: Casa Publicadora Brasileira, 2001.

MANNERS, Hugh Mc. Manual Terra: Vida ao Ar Livre. 1ª. ed., São Paulo: Editora Abril, 1995.

Charles W. Bryant, Como construir um abrigo? [Artigo]

Clube de Desbravadores Serrano – 2ª Região – AP: André Gonçalves dos Santos – Instrutor; Claudinei de Souza – Instrutor/Conselheiro.

Web sites: <http://geaguiadouradasp.br.tripod.com/grupoescoteiroguiadouradasp>; <http://www.trilhaseaventuras.com.br/atividades/materia>; <http://www.viagem-natureza.com.br/atividade/observacao-da-vida-silvestre>; <http://mundoeducacao.uol.com.br/biologia/preservacaoambiental.htm>; <http://clubearautosdoadvento.webnode.com/news/plantas-silvestres-comestiveis/>; <http://www.especialidades.org/especialidades/6EN/EN46.htm>.



Fale com o colunista

Zé Luiz

mundodasespecialidades@hotmail.com

Click

SORRIA

