

Primeira edição
23.01.2024

Boas praticas para Rapel Seguro

Recreativo e comercial



@AppRapel

Introdução

A prática do rapel no Brasil vem crescendo exponencialmente em número de praticantes, isso por se tratar de uma atividade de caráter esportivo, educativo e inclusivo, por ser acessível a todas as camadas da sociedade independente de classe social, faixa etária, gênero ou até mesmo a pessoas com necessidades especiais.

Junto a esse crescimento surge a necessidade de buscar uma padronização no que diz respeito aos requisitos mínimos de segurança, isso vale tanto para profissionais que atuam comercialmente na área quanto a praticantes de finais de semana.

Todos os esportes radicais envolvem certos riscos e com o rapel não é diferente, isso pela própria natureza desta prática esportiva em que o praticante quase sempre está exposto a alturas elevadas ou ambientes hostis, porém a atividade torna-se extremamente segura e prazerosa quando administrada por profissionais capacitados e seguindo requisitos mínimos de segurança.

A APPR (Associação paulista de praticantes de rapel) vem através deste documento de boas práticas, apontar diretrizes a seus associados para a execução de um rapel mais seguro, trazendo informações relevantes e seguindo rigorosamente as normas da ABNT.

Este material não tem por finalidade formar praticantes de rapel, para isso é necessário procurar por cursos especializados.

Capacitação

É obrigatório que este seja o primeiro item a ser abordado, afinal sem o devido preparo é impossível esperar que o indivíduo tenha conhecimento dos processos e técnicas empregadas para a realização de uma atividade minimamente segura.

Não basta apenas aprender a passar a corda no freio em oito e descer, para tornar-se um praticante independente é primordial buscar por capacitação, isso se obtém através de cursos e treinamentos especializados em técnicas verticais, é possível aprender rapel através das técnicas do montanhismo, cachoeirismo, canionismo, e espeleologia.

Ao buscar por cursos é importante procurar por instituições com experiência comprovada e que estejam de acordo com as normas vigentes.

Normas para turismo de aventura:

ABNT NBR ISO 21101:2014- Turismo de aventura - Sistemas de gestão de segurança - Requisitos.

ABNT NBR 15501:2011 - Turismo de aventura – Técnicas verticais - Requisitos para produto.

ABNT NBR 15502:2011 – Turismo de aventura – Técnicas verticais – Procedimentos.

ABNT NBR 15285:2015 – Turismo de aventura – Condutores – Competência de pessoal.

ABNT NBR 15400:2006 – Turismo de aventura – Condutores de canionismo e cachoeirismo – Competência de pessoal.

ABNT NBR ISO 21103:2014 – Turismo de aventura – Informações para participantes.

Gestão de segurança

Algumas precauções para a realização de uma prática segura vêm antes mesmo de sair de casa, tanto em um rapel urbano quanto na natureza o praticante sempre está sujeito a alguma eventualidade seja ela falha humana ou fenômeno natural, para minimizar os riscos ao máximo é preciso ter um bom planejamento por parte da equipe responsável.

No planejamento de suas aventuras há alguns pontos que devem ser levados em consideração;

CLIMA

A previsão do tempo é um ponto muito importante, principalmente quando se trata de rapel em cachoeira ou se houver no percurso a necessidade de se atravessar algum curso d'água.

Uma chuva na cabeceira do rio quilômetros acima pode formar uma "cabeça d'água", o que faz com que o nível e a velocidade da água aumentem rapidamente arrastando o que tiver pelo caminho.

Para evitar esse risco é preciso não só estar atento à previsão de chuva como também a mudanças no clima durante a atividade.

Estar atento aos sinais como a mudança na cor da água, o surgimento de folhas e galhos e aumento de volume, são alertas para se afastar do curso d'água, assim como planejar previamente uma rota de fuga para um local onde a água não alcance.

Caso a atividade seja em um local em que não exista uma rota de fuga rápida, como dentro de um cânion onde não haja a possibilidade de se deslocar lateralmente para sair da água, nunca vá com previsão de chuva.

Outra questão nos climas chuvosos e em lugares altos é o risco de raios, as descargas podem ocorrer não só durante mas mesmo antes e após a chuva. Observando estes cenários, recomenda-se evitar permanecer em lugares altos nestas condições citadas.

RISCOS DO AMBIENTE

Um risco que sempre se faz presente nos ambientes onde se é praticado o rapel é o de queda de pedras e objetos soltos, e vale salientar aqui a importância do uso do capacete.

Quando praticamos o rapel em lugares como pedreiras, rochas, barrancos e cachoeiras, não é incomum de se encontrar pedras e galhos soltos, o que trás um grande risco aos praticantes e a terceiros que possam estar próximo ao local de serem atingidos por esses objetos em queda. Portanto se faz necessário realizar uma varredura no local da atividade visando detectar estes objetos, e caso observados estes devem ser removidos em segurança ou imobilizados.

Durante a descida caso haja a queda de um objeto, rapidamente deve-se alertar gritando aos demais para que o companheiro que esta fazendo a segurança por baixo se proteja, por exemplo; durante a descida se o praticante observar a queda de uma pedra ele prontamente deve gritar "PEDRA", pois então seus companheiros já saberão do que se trata podendo assim se proteger.

Outro risco nada incomum nestes ambientes é o de se deparar com caixas de abelhas e vespas, o que pode causar um acidente grave ou no mínimo uma experiência muito desagradável, da mesma forma que com os objetos soltos, deve se atentar quanto a presença destes insetos que são nocivos aos seres humanos, com uma picada que causa intensa dor ou até danos graves a pessoas alérgicas.

EMERGÊNCIAS

Tomar ciência da localização de pronto atendimento hospitalar na região assim como a estimativa de tempo para um deslocamento de um veículo de resgate.

Informar-se quanto a espécies de animais peçonhentos para consultar se hospitais locais possuem soro para o veneno destes.

É crucial que a equipe tenha um kit de primeiros socorros assim como treinamento para utilizá-lo.

Gestão de segurança no rapel

ANCORAGEM

Quando o local onde será montado o rapel oferece risco de queda a primeira medida é montar um corrimão de segurança para os praticantes deslocarem-se de forma segura, neste caso todos os praticantes devem estar devidamente equipados para poder aproximar-se utilizando seu auto seguro “clipado” no corrimão de segurança, praticantes que não estiverem equipados devem aguardar em uma área segura longe da borda. O corrimão de segurança será a primeira estrutura a ser montada e a última a ser desmontada.

Ao realizar a ancoragem é necessário ter certeza que a corda chega até o chão, para isso alguém terá que descer até lá para conferir, o mesmo dará a segurança por baixo para o primeiro a descer no rapel. Se não for possível por trilha uma opção é descer "debreado".

Não se deve lançar uma corda sem antes verificar a presença de pessoas embaixo que possam ser atingidas, e aliás, evite lançar, para não incorrer no risco de atingir à terceiros ou acabar com sua corda enroscada em alguma árvore ou patamar de rocha, é aconselhável descer a corda pela ponta até o chão ou caso assim não seja possível, pode-se utilizar a técnica de descer debreado ou descer liberando a corda de dentro de uma mochila de corda.

Para isto é importante a corda estar bem acondicionada dentro da mochila para que ela vá saindo sem enroscar, e também não devemos esquecer de dar um nó antes do final para ter certeza que caso haja um erro de cálculo do tamanho, o praticante não passe despercebido do final da ponta da corda e sofra um acidente.

A ancoragem do rapel pode ser “fixa” ou “debreável”. Na ancoragem fixa é necessário ter no mínimo duas "vias" no caso de alguém ficar preso e houver a necessidade de resgate.

Na debréavel a corda precisa ter o dobro do tamanho da descida a ser realizada, neste caso a corda é montada de forma que pode ser liberada a partir da ancoragem passando por um equipamento descensor ou nó dinâmico (UIAA), caso alguém fique preso e necessite de resgate, pode ser debréado até o chão.

Vale ressaltar a importância de avaliar a integridade dos pontos de ancoragem a ser utilizados sejam eles naturais (árvores ou rochas) ou artificiais (grampos, parabolts, chapeletas, etc), não deixar de fazer um "backup" e sempre conferir o travamento dos mosquetões.

Não confiar em equipamento de abandono deixado na ancoragem por terceiros, principalmente materiais têxteis (fitas, cordas), este material podem estar a muito tempo exposto ao tempo.

É crucial checar a existência de superfícies abrasivas e cantos vivos (facas) nas áreas onde a corda entrará em contato, nessas regiões deve-se utilizar proteções de corda para prevenir que danifique ou mesmo que à corte completamente.

INSTRUÇÃO E CUIDADOS AOS CLIENTES/PRATICANTES

Tanto em equipes que exercem atividade comercial quanto nas sem fins lucrativos é natural que seus clientes/praticantes muitas vezes tenham pouco ou nenhum conhecimento da prática de rapel, estes devem receber uma orientação prévia à atividade.

A equipe deve designar um condutor responsável para fazer a equipagem do pessoal, este deve orientar quanto a:

1-Cabelos compridos devem estar presos e escondidos sob o capacete evitando assim o risco de entrar no freio oito e travar, oque resultaria na necessidade de um resgate.

Obs.: Em caso de cabelos muito compridos ou de grande volume oque impossibilita de se esconder sob o capacete, pode-se utilizar, por exemplo, uma touca fina, bandana ou qualquer outro meio que o impeça de entrar em contato com freio oito e sem comprometer claro, o uso correto do capacete.

Em casos assim também é possível utilizar a técnica do "oito estendido", técnica essa que faz com que o freio oito fique mais afastado do praticante.

2-Roupas muito folgada devem ser evitadas, pois também podem ser puxadas para dentro do freio oito e travar o praticante, tornando-se necessário um resgate.

3-É aconselhável utilizar calçado fechado apropriado (tênis, bota de trilha).

4-Orientar quanto à forma de utilizar os equipamentos assim como a postura correta que o praticante deve ter durante a descida.

5-É aconselhável fazer um ensaio em um local baixo e seguro para que o praticante familiarize-se com o equipamento e técnica.

6-Para iniciar a descida, o praticante deve:

- a) Aproximar-se do local da ancoragem preso ao corrimão de segurança; efetuar a passagem da corda em seu freio oito e conferir o fechamento do mosquetão;
- b) O condutor responsável deve fazer a ultima conferencia dos equipamentos (montagem correta, ajuste, passagem da corda e fechamento dos mosquetões);
- c) Informar a quem esta fazendo a segurança por baixo, por radio, apito ou gesto de braços, que se iniciará a descida para só então desconectar o praticante do corrimão de segurança e dar inicio a descida.
- d) O condutor deve manter contato visual com o praticante ao longo da descida para agir de prontidão caso seja necessário intervir, ou ao menos observar até o ponto em que o praticante entre no campo visual de quem esta dando a segurança por baixo.
- e) No caso de pessoas inexperientes, estas devem ser acompanhadas na descida por um condutor experiente podendo estar clipadas ao equipamento do mesmo por um “umbilical”.

Uma forma muito utilizada para incrementar a segurança é a técnica de descida com auto seguro, nesta utiliza-se um prussik ou nó blocante similar, confeccionado em um cordelete, preso ao loop principal da cadeirinha e ligado à corda por baixo do freio oito. Desta forma, se o praticante soltar a mão da corda o prussik acionará bloqueando a descida de imediato, para depois retornar a descer facilmente ao puxar o nó com uma das mãos para baixo.

Outra forma de dar a segurança pode ser por uma segunda corda presa na cadeirinha do praticante e esta ser debreada a partir da ancoragem pelo condutor que esta acima, em todos os casos o condutor que da a segurança por baixo é indispensável.

Nota: Cabe ao profissional capacitado/ equipe, determinar a melhor forma de dar a segurança de acordo com o ambiente ou habilidade dos praticantes.

Se a descida terminar dentro de um poço de cachoeira, lago ou rio, estes sendo profundos ou com correnteza, os praticantes devem descer utilizando coletes salva vidas.

Na parte debaixo do rapel o condutor responsável em dar a segurança deve auxiliar o praticante a sair da via, conduzindo-o para um local seguro para desequipar o oito da corda.

Se a descida terminam dentro de poço de cachoeira, deve conduzi-lo de forma a evitar locais profundos, redemoinhos e correntezas.

Para quem esta fazendo a segurança por baixo é imprescindível o uso de capacete para prevenir contra a queda de objetos (pedras soltas, equipamentos, etc).

Se o rapel termina em locais que seja necessário voltar por trilha e ofereçam riscos aos praticantes que terminaram a atividade e estão aguardando o grupo, deve-se manter um segundo condutor para cuidar do grupo e guia-los no caminho de volta.

Anderson Bergara
Conselheiro de Segurança - APPR

Requisitos de segurança – RAPEL ESPORTIVO E COMERCIAL

Para amparo legal de atividades recreativas em altura, e conformidade técnica responsável é indicado que todo praticante de Rapel recreativo ou comercial observe as regras de segurança contidas no documento de “Boas práticas para Rapel Seguro – Associação Paulista dos Praticantes de Rapel - APPR” disponibilizado gratuitamente, e em conformidade com as normas técnicas;

ABNT NBR ISO 21101:2014 / ABNT NBR 15501:2011 / ABNT NBR 15502:2011 / ABNT NBR 15285:2015 / ABNT NBR 15400:2006 / ABNT NBR ISO 21103:2014.

REQUISITOS DE SEGURANÇA PARA A PRÁTICA DE RAPEL:

1. Possuir treinamento ou estar acompanhado de profissional capacitado;
2. Utilizar capacete, luvas de segurança e demais equipamentos de proteção individual;
3. Utilizar fita de segurança individual (função similar ao talabarte), linha de vida, cordão “umbilical”, backup de ancoragem e todo aparato aplicável para reforçar a segurança durante a prática.
4. Respeitar as orientações do profissional instrutor capacitado;
5. Ser prudente, não expondo a si próprio ou terceiros a riscos desnecessários;
6. Atenção para objetos soltos que possam cair e atingir outras pessoas;
7. Utilizar cabelo preso com prendedor para evitar incidente;
8. Respeitar e preservar a propriedade pública e privada, bem como as autoridades constituídas;
9. A não observância de um ou mais itens enumerados acima pode ser considerada omissão culposa ou negligência, com atribuição de responsabilidade legal.

Associação Paulista dos Praticantes de Rapel- APPR
Comissão de Segurança