

Diretrizes Para O Estabelecimento De Planos De Piscinas Esportivas Na Cidade E Na Zona Rural

DIMENSÕES DA CONSTRUÇÃO GERAL

A área destinada ao conjunto das instalações depende primeiramente do terreno disponível. Este deve ser em caso normal, quatro a cinco vezes maior do que a piscina, ou que a área limitada para a natação.

Um campo de esporte em condições de uso deveria abranger aproximadamente 105 X 75 m. Além das áreas destinadas às instalações para a natação e a destinada aos jogos, deve haver uma para vestiários, aparelhos sanitários, depósitos de bicicletas e outras instalações. Enfim, a área destinada a todas as construções deve corresponder ao tamanho da localidade, à densidade de sua população e estar de acordo com a zona a que vai servir, isto quer dizer, portanto, em relação com o número de distritos interessados na utilização da piscina.

De qualquer modo, é importante levar-se em consideração, no esboço do plano os melhoramentos futuros, por um aumento ou adaptação dos vestiários com instalações anexas.

Em princípio, não se deve construir uma piscina sem aparelhamento sanitário suficiente. Sua localização deve ser de tal modo estudada, que a água dos esgotos das latrinas não se encontre, nem mesmo no solo, com a da piscina.

DIMENSÕES E CAPACIDADE DA PISCINA

Compreende-se como piscina para a prática de esportes, as instalações que possuem um tanque com 25 ou 50 m de comprimento. Tanto os tanques com 33 1/3, antigamente comuns, como os de 100m são antiquados desde que a medida olímpica foi fixada em 50m.

Para uma piscina regulamentar é exigido ao lado do trecho destinado aos nadadores, outro para os principiantes e uma instalação para saltos.

Para as zonas com pequena população satisfaz uma superfície de natação com comprimento total de 25m. Deste comprimento, podem ser separados, por uma trave portátil, 5 m, destinados ao trecho para os principiantes. Bastam 10 m de largura para o tanque, os quais serão divididos em 4 raias de 2,50. Para zonas médias e maiores pode ser construída uma piscina perfeita e livre de impedimentos, fixando-se a raia em 25 m, e, localizando-se do lado, o trecho destinado aos principiantes, numa largura de 6 m. A largura dessa piscina atingiria, portanto, 16 m.

Nesse trecho, uma superfície de 6x8 será utilizada para a construção do poço.

O trampolim fica assim fora da raia de natação, de modo que são evitados os obstáculos ou quaisquer influências sobre o nadador. Assim, impossíveis se tornam, com essa divisão, os inúmeros acidentes provocados, quando os saltadores tem de servir-se da raia.

Importante será também a construção de um tanque raso para crianças, em separado, na área total ou limitada da piscina. Esse tanque deve ter o tamanho de 50 a 80 m². As instalações de fornecimento e escoamento das águas devem estar rigorosamente separadas. Em nenhum caso devem ter contacto a água da piscina com a do tanque raso.

Para as cidades pequenas e zonas maiores, é recomendada a piscina de 50m como normal. Esta piscina, para

satisfazer as exigências do esporte, deve ter, no mínimo, de 15 a 18m de largura. Também na piscina normal de 50m devem vir separados, por uma viga visível, 10m do comprimento destinado ao trecho dos principiantes. Essa viga é portátil, de modo que nas provas esportivas, se disponha de uma raia de 50m.

As cidades com mais de 20.000 habitantes, necessitam de instalações regulamentares, ou seja uma piscina de 50m com uma raia livre de 50m, e a largura de 18 a 20m. Também nessa, o trecho lateral destinado aos principiantes, está separado por uma viga, de modo que, também aí, o poço fique situado fora da raia. Um tanque raso para crianças não é admissível nessa piscina. Esta deve compreender o todo da instalação. Também aqui devem estar separados a entrada e o escoamento das águas.

Sempre que for possível, a piscina deve ser localizada de tal modo que o saltador, no trampolim, fique de frente para o norte.

PROFUNDIDADE

Para as piscinas destinadas a banhos e, sempre que for possível, também para outras espécies de piscinas, devem ser estabelecidas as seguintes profundidades: a piscina para os principiantes começará com 70 a 80cm, inclinando-se até à profundidade de 1m, 20. O tanque anexo para nadadores poderá então descer até 1,50m ou 1,80m. Uma raia de natação perfeita, porém, não deverá ter menos de 2m de profundidade. Para piscinas com superfície desimpedida e destinadas às práticas esportivas de nadadores, é prevista, de início, uma profundidade uniforme e mínima de 2m ou possivelmente de 2,20m. Quanto mais uniforme a profundidade, tanto mais adequada é a raia para récords.

A profundidade debaixo das instalações para saltos merece cuidado especial. Quando ha um ou mais trampolins instalados à altura de 1m, a profundidade mínima deve ser de 3,20m, quando à 3m, a profundidade deverá ser de 3,50m e de 4,50m para as plataformas de 5 e 10m. O fundo do poço para os trampolins de 1 e 3m, deve formar um quadrado de 8m no mínimo, quadrado esse que irá aumentando de 8 a 12m para plataformas à 5m e de 8 a 16m, no mínimo, para as das torres de 10m.

No fundo do poço, sob pretexto algum, poderão ser instalados, de maneira visível, encanamentos, escadas ou quaisquer outras peças.

O tanque destinado aos principiantes e o dos nadadores devem ser indicados por uma taboleta e limitados por uma viga suspensa sobre a superfície da água. É conveniente indicar-se de modo visível a profundidade das águas no momento do seu uso.

ALGO SOBRE ESCORREGADEIRAS

Quando se cogita de construir uma piscina pública, surge logo, em primeiro lugar, a idéia esportiva como base para a conservação da saúde de um povo, especialmente da mocidade.

Visando-se isso, põe-se à disposição dos nadadores e dos saltadores, os meios que, nos seus menores deta-

lhes, se adaptam às exigências atuais e que facilitam muito o trabalho. O nadador, especialmente o saltador, precisa ter coragem e decisão. Ele deve sentir-se seguro na água, tanto, como em terra. O novo método de natação prevê, portanto, em primeiro lugar, exercícios esportivos aquáticos para a aprendizagem da natação, exercícios esses que tirem o medo do principiante. Por conseguinte, quando se faz instalar escorregadeiras nos tanques para aprendizes, pode-se dizer que elas, destinadas de início a fins recreativos, constituirão um recurso para o aprendiz. Se bem que o divertimento, nesse caso, apareça em primeiro plano, a parte educativa é, sem dúvida, realizada sem que lhe dispense outros esforços. Na verdade, as escorregadeiras já são conhecidas há uma série de anos, contudo, eram quase sempre instaladas em tanques profundos. Tais escorregadeiras eram também e ainda são instaladas, em parte, nas piscinas fechadas. Mas, com o correr do tempo, desapareceu a maioria delas porque, frequentemente superlotadas, eram teatro de muitos acidentes.

As escorregadeiras nas piscinas fechadas para os principiantes eram raras. Se atualmente se cogita de novo de instalar escorregadeiras para principiantes nas piscinas públicas, é porque o risco de acidentes foi afastado pelo tamanho do tanque. Os acidentes nas piscinas fechadas e nas escorregadeiras para nadadores são provocados especialmente quando alguém, que a utiliza, atinge um nadador ou escorregador, machucando-os. As possibilidades de acidentes como esses desaparecem quase de todo nos banhos públicos.

Não carece de citação, especial o fato dos acidentes não serem de todo evitáveis durante a utilização dessas instalações, mas é de se acentuar que eles devem ser atri-

buidos, na maioria dos casos, à construção errônea das escorregadeiras e das armações. Devido ao pouco tempo de uso dos aparelhos, ainda não puderam ser fixadas as diretrizes para a construção de um tipo de escorregadeiras. As experiências até agora adquiridas deixam, porém, transparecer as possibilidades de acidentes e são decisivas na orientação das construções futuras.

Quais são os momentos de risco a que se fica exposto durante a utilização de uma escorregadeira? Apresentam-se aqui, em primeiro plano, duas espécies:

1) O indivíduo pode ser atirado para fora da escorregadeira em consequência da velocidade produzida pela inclinação da mesma;

2) Por ocasião do mergulho náguas podem ser ocasionadas lesões nas pernas, nas nádegas e nas costas.

Essas possibilidades de acidentes devem ser evitadas pelas condições que se relacionam à construção do arca-bouço e à montagem de escorregadeiras.

Com referência ao n.º 1: — A velocidade representa aqui um papel especial. Em consequência do seu aumento progressivo na escorregadeira molhada, o corpo entra em grande velocidade, a qual depende do comprimento e da inclinação da escorregadeira. Assim, para as escorregadeiras das piscinas dos principiantes é aconselhável que a inclinação forme um ângulo agudo e que, o comprimento não seja muito grande.

As experiências adquiridas nos últimos anos aconselham que se localize a inclinação entre 30 a 40º mais próxima ao ângulo de 30º (v. fig. 1).

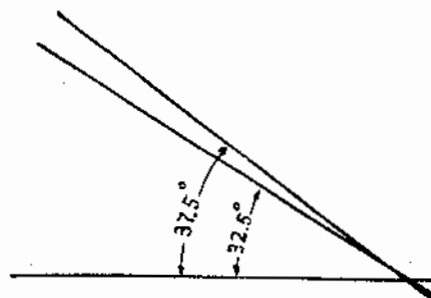


Fig 1

Numa escorregadeira de 4 a 5 m, a velocidade atin-gida mantém-se nos limites permitidos. Para evitar que o indivíduo seja atinado pelos lados, a escorregadeira deve ter a forma semi-elítica, isto é, deve ser de tal maneira que os flancos tenham uma altura de 10 a 20cm (v. fig. 2). Afim de proporcionar um apoio aos medrosos, a borda superior deve ter a forma de cuia. O ângulo de inclinação nas escorregadeiras para nadadores pode ser aproximado de 40º. Não é recomendável um declive maior (v. fig. 1). Neste caso, o comprimento é fixado entre 4 e 6m.



Fig. 2

Devido ao aumento da velocidade, o tronco ereto adquire naturalmente a possibilidade de manter-se na direção da velocidade. Se essa direção não for modificada, o tronco conservá-la-á, expondo a pancadas os membros inferiores, os glúteos e até as costas. É, portanto, preliminarmente necessário dar à extremidade da escorregadeira um desvio que, conduzindo o corpo a outra direção, diminua-lhe a velocidade. Esse desvio, porém, não deve formar ângulo reto, porque, então, em consequência da mudança brusca de direção na saída da escorregadeira,

o corpo baterá e ficará sujeito a lesões. A mudança de direção deverá ter início entre 80 e 120 cm, medidos da extremidade da escorregadeira (v. fig. 3). A extremidade

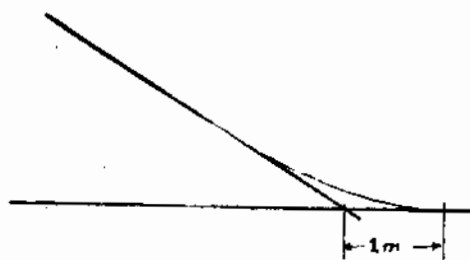


Fig 3

da escorregadeira não deverá estar a mais de 30 a 40cm acima d'água. Deve-se dispensar cuidado especial à profundidade das águas. Em consequência do que se averiguou e das experiências adquiridas, tornou-se possível estabelecer que a profundidade das águas, no fim da escorregadeira, seja três vezes maior do que a distância compreendida entre o nível d'água e a escorregadeira, contudo, no mínimo 90 cm, para que se evite uma pancada do corpo no fundo, no momento do mergulho (v. fig. 3). Nas pequenas profundidades, a distância escolhida entre a extremidade da escorregadeira e o nível d'água, deve ser mantida abaixo de 30cm. Deve-se, porém, apontar a possibilidade de acidentes. É preferível afastar as crianças de escorregadeiras.

Não é necessário alterar a direção da escorregadeira, quando a profundidade das águas é de 2,5m, no mínimo, para uma escorregadeira de 5m de comprimento. Também nesse caso, a distância entre a borda inferior da escorregadeira e o nível d'água, não deve ultrapassar 40cm. No intuito de evitar escoriações e, também, para proporcionar um deslizamento maior, é necessário irrigar-se a escorregadeira, fornecendo-se-lhe água encanada ou levando por meio de bomba a água da piscina à parte mais alta da escorregadeira. No último caso, porém, pode cessar a irrigação antes do uso da escorregadeira. Aconselha-se, portanto, uma irrigação independente por meio de água encanada. As despesas correspondentes ao uso num período de 12 horas, são de pouca monta. Se essa solução não for possível, deve-se afixar à escorregadeira, antes de sua utilização, uma taboleta com a recomendação de ser empregada a bomba manual. A introdução da água na escorregadeira dá-se em virtude da instalação de canos laterais na parte elevada (v. fig. 2).

Mesmo que a irrigação garanta uma certa capacidade de deslizamento, deve-se dispensar o maior cuidado ao acabamento da superfície da escorregadeira. Ela deve ser inteiramente lisa, sem nenhuma cavidade que possibilite acidentes. Os materiais mais apropriados para a

montagem de escorregadeiras são o alumínio e as folhas de zinco. Também poderão ser empregados o mármore ou materiais idênticos que possam ser polidos à semelhança do espelho. Entretanto, nesse caso, existe a possibilidade das chapas não ficarem bastante lisas nas ligaduras. Do mesmo modo, a superfície da escorregadeira deve ser alisada de quando em quando. Empregando-se o alumínio ou as folhas de zinco, deve-se ter cuidado com o ponto de partida. As junções devem ser feitas na direção do deslizamento, sobrepostas, bem calafetadas e, em seguida, alisadas (v. fig. 4). Deve-se evitar a colocação das chapas sem o alisamento necessário,

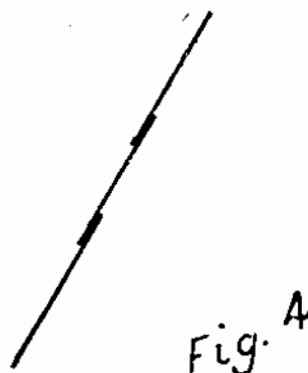


Fig. 4

porque persiste o risco da emenda partir-se em consequência da carga excessiva. As folhas chocadas umas contra as outras, levantam e produzem lesões desagradáveis. Em todos os casos, é indispensável uma vigilância constante sobre as emendas. O esqueleto é levantado da maneira mais simples, isto é, dá-se-lhe uma armação de ferro. A plataforma deve ser apoiada numa armação com vigas transversais.

A construção da parte inferior da escorregadeira deve ser sustentada por uma armação de ferro. Os pontos de apoio devem ser escolhidos no ponto de intersecção das direções do deslizamento e, com maior vantagem, no meio da escorregadeira.

A escorregadeira é montada com a cabeça apoiada sobre a plataforma.

Convém afixar-se as seguintes instruções referentes à utilização:

- 1 — Utilização da escorregadeira sob responsabilidade própria;
- 2 — É proibido deslizar sobre o abdômem;
- 3 — Verifiquem se a escorregadeira está irrigada;
- 4 — Só é permitida a utilização de uma pessoa de cada vez;
- 5 — Verifique se a água na frente da escorregadeira está desimpedida.

Traduzido do livro "DAS SPORTS-SCHWIMMBAD" de H. Hermann, Berlin — 1938.