

✓ RECOMENDAÇÕES

ANTES DO MERGULHO:

Não ingerir álcool
Manter hidratação adequada
Exercício físico pode ter um efeito protetor

DURANTE DO MERGULHO:

Realizar a descompressão de forma gradual, seguindo as recomendações das Tabelas de Descompressão:

Durante a subida:

- Ritmo máximo de **10 metros por minuto**
- Paragem de segurança a **4,5 metros da superfície**

APÓS DO MERGULHO:

Manter hidratação adequada
Evitar exposição a frio extremo
Evitar a prática de exercício físico
Evitar voar nas 24h seguintes

CONTACTE-NOS!

Necessita de esclarecimentos adicionais?

(+ 351) 271 205 348 

geral.usp@ulsguarda.min-saude.pt 

Realizado com a colaboração de:
Ana Gomes e Mariana Silva

Unidade de Saúde Pública
Consulta de Medicina do Viajante

DOENÇA DO MERGULHADOR

DOENÇA DE DESCOMPRESSÃO



O que é a Doença de Descompressão?

A doença de descompressão caracteriza-se pela **formação de bolhas de gás** pelos tecidos do nosso corpo, em resultado da descompressão que ocorre na **ascensão rápida** do mergulho.

Quais podem ser os sintomas?

CABEÇA:



- Confusão e perda do equilíbrio
- Náuseas e vertigens
- Cefaleias
- Perda de consciência
- Alterações da visão e infecção ocular
- Alteração da personalidade



CORPO:



- Dores articulares
- Formigueiro
- Dores abdominais
- Fadiga e fraqueza
- Paralisia
- Rash cutâneo e prurido
- Edemas
- Falta de ar e tosse

Em caso de agravamento para Doença de Descompressão Pulmonar:

Dor Retroesternal
Tosse
Dispneia

EPIDEMIOLOGIA



DOENÇA RARA

3 em cada 10.000 pessoas em atividade recreativa
1.5 a 10 pessoas em cada 10.000 em atividade profissional



Depende da **distância** e da **profundidade**



2.5 vezes **mais provável** nos  do que nas 

DIAGNÓSTICO, TRATAMENTO E PROGNÓSTICO

Diagnóstico

Suspeita-se na presença de sintomas **até 48H depois** do mergulho.

O que fazer?

Deve procurar cuidados médicos com urgência.

Prognóstico

Um evento prévio aumenta o risco de eventos semelhantes no futuro

Depende da severidade, tempo de recompressão e tratamento de suporte.

Não retomar o mergulho sem autorização médica