**Dia do Paraquedista - 22 de Outubro**

Dia do Paraquedista 22 de Outubro PUBLICIDADE O paraquedismo, ao contrário do que muitas pessoas pensam, não é um esporte criado há pouco tempo. Na verdade ele vem do eterno sonho do ser humano, destinado a viver no chão, o sonho de VOAR! Voar livremente utilizando somente seu próprio corpo, assim como fazem os pássaros! O sonho tem início registrado ainda na mitologia, que mostra DEDALO e seu filho ÍCARO na busca de alçar vôo com asas de penas de pássaro ligadas por cera. Em 1306, aparecem registros de acrobatas chineses que se atiravam de muralhas e torres empunhando um dispositivo semelhante a um grande guardachuva que amortecia a chegada ao solo. Em 1495, LEONARDO DA VINCI escreveria em suas notas: “Se um homem dispuser de uma peça de pano impermeabilizado, tendo seus poros bem tapados com massa de amido e que tenha dez braças de lado, pode atirar-se de qualquer altura, sem danos para si”. DA VINCI é considerado também o precursor como projetista de um pára-quedas. Em 1617, o italiano FAUSTO VERANZIO salta com um “paraquedas” da torre da catedral de Veneza, aterrando ileso diante dos espectadores. Em 1783, SEBASTIAN LENORMAND constrói e patenteia um paraquedas com que repetidamente executa saltos. Em 1785, JEAN PIERRE BLANCHARD constrói e salta com um paraquedas feito de seda, sem a armação fixa que ate então era utilizada para manter o velame aberto. Em 1797, ANDRE-JACQUES GARNERIN, em Paris, salta de um balão a uma altura aproximada de 2000 pés. GARNERIN prossegue saltando regularmente e a ele a história deu a honra de ser considerado o PRIMEIRO PARAQUEDISTA DO MUNDO. Em 1802, em Londres, GARNERIN salta a 8000 pés, um recorde para a época. Em 1808, pela primeira vez o paraquedas foi usado como salva-vidas quando o polonês KUPARENKO o utiliza para saltar de um balão em chamas. Em 1837, acontece o primeiro acidente fatal com um paraquedista, quando ROBERT COCKING falece em razão do impacto contra o solo. COCKING saltava com um paraquedas com o desenho de um cone invertido que se mostrou inadequado, não resistiu à pressão e fechou. Em 1887, o Capitão americano THOMAS BALDWIN inventa o equipamento que se ajusta ao corpo do paraquedista, substituindo os cestos até então utilizados. Este invento foi um novo e importante passo para o desenvolvimento do paraquedismo. Em 1901, CHARLES BROADWICK inventa o paraquedas dorsal, fechado dentro de um invólucro, como os que hoje são utilizados pelos pilotos de aviões militares. O sistema de abertura do paraquedas era um cabo amarrado ao balão. Em 1911, GRANT NORTON realiza o primeiro salto utilizando um avião. NORTON decolou levando o paraquedas nos braços e na hora do salto arremessou-o para fora sendo por ele extraído da aeronave. Em 1919, LESLIE IRVIN executa o primeiro salto livre, abrindo o paraquedas, por ação muscular voluntária durante a queda livre. Em 1930, os russos organizam o primeiro Festival Desportivo de Paraquedismo. Em 1941, o exército alemão emprega o paraquedas como equipamento de guerra, lançando pára-quedistas militares para conquistar a Ilha de Creta. Dai em diante o pára-quedismo se desenvolve numa velocidade vertiginosa, seja quanto aos equipamentos, técnicas de salto e tipos de competição. Fonte: www.cbpq.org.br Dia do Paraquedista 22 de Outubro Os 10 mandamentos do Pára-quedista I – O Pára-quedista é um soldado de elite. Procura o combate e treina-se para suportar toda a dureza. Para ele, a luta é a plena manifestação de si próprio. II – O Pára-quedista cultiva a verdadeira camaradagem. Só com a ajuda dos seus Camaradas consegue vencer; e é junto deles, e por eles, que morre. III – O Pára-quedista sabe o que diz e não fala demasiado. As mulheres falam, mas os homens actuam. A indiscrição causa, normalmente, a morte. IV – O Pára-quedista é calmo,prudente, forte e resoluto. O seu valor e entusiasmo dão-lhe o espírito ofensivo que o arrastará no combate. V – O Pára-quedista sabe que as munições constituem o que de mais precioso tem frente ao inimigo.Os que atiram inutilmente, só para se tranquilizarem, nada valem; são fracos e não merecem o nome de Pára-quedistas. VI – Pára-quedista não se rende.Vencer ou morrer constitui, para ele,ponto de honra. VII – O Pára-quedista sabe que só triunfará quando as suas armas estiverem em bom estado. Por isso,obedece ao lema: “Primeiro, cuidar das armas, só depois, dele próprio’: VIII – O Pára-quedista conhece a missão e a finalidade de todas as suas operações. se o seu comandante for morto, poderá, ele sozinho, cumprir a sua missão. IX – O Pára-quedista combate o inimigo com Lealdade nobreza. Mas não tem piedade dos que,não ousando lutar do mesmo modo,se dissimulam no anonimato. X – O Pára-quedista tem os olhos bem abertos e sabe utilizar ao máximo todos os recursos. Ágil como uma gazela, duro como aço,quando necessário, embora não o sendo, é capaz de agir como pirata, pele vermelha ou terrorista. Nada há que lhe seja impossível. Fonte: www.geocities.com Dia do Paraquedista 22 de Outubro Dia 22 de outubro é o dia do Paraquedista! Parabéns a todos aqueles que curtem essa emoção de viver no Paraquedismo! Mas você sabe o por quê que é comemorado? Porque nessa data, em 1797, foi realizado o primeiro salto de paraquedas que foi bem-sucedido. E quem saltou foi o francês André Jacques Garnerin (1769-1823), ele mesmo construiu um paraquedas com base no modelo de Da Vinci e saltou de um balão. A altura do salto foi de 600 metros no Parque Monceau, em Paris. Fonte: paraquedas.me Dia do Paraquedista 22 de Outubro O Dia do Pára-quedista é comemorado em 22 de outubro porque nessa data, em 1797, foi realizado o primeiro salto bem-sucedido de pára-quedas. O autor da façanha foi o francês André Jacques Garnerin (1769-1823). Ele pulou de uma altura de 600 metros no Parque Monceau, em Paris. Breve resenha histórica do Pára-Quedismo mundial: 1.100 – Existem provas de que os chineses se divertiam saltando de lugares altos com estruturas rígidas que lembravam uma sombrinha. 1.495 – O pára-quedas de Leonardo Da Vinci tinha forma piramidal e se mantinha aberto por meio de uma estrutura de madeira. Não se sabe se algum protótipo foi testado por ele. Apenas em junho de 2.000 um modelo quase idêntico foi testado pelo britânico Adrian Nicholas. 1.785 – Jean-Pierre Blanchard inventou o primeiro modelo de pára-quedas dobrável de seda. Todos os modelos anteriores se mantinham abertos por meio de uma estrutura rígida. 1.797 – André-Jacques Garnerin realizou vários saltos. Saltou de balões em Paris (600 metros de altura) e em Londres de (2400 metros). Morreu saltando, devido à forte oscilação de seus pára-quedas. É considerado o primeiro pára-quedista. 1.808 – Jodaki Kuparento, polonês, foi o primeiro a salvar a vida usando um pára-quedas, quando teve que abandonar o seu balão que se incendiava. 1.890 – No Brasil, o norte americano Spencer Stanley saltou sobre a cidade de São Paulo. Depois dele – em 1931 veio Charles Astor, que iniciou a divulgação do esporte no país, dando cursos aos interessados. 1.917 – Durante a I Guerra Mundial, a maioria dos países adotou pára-quedas para os tripulantes de seus dirigíveis de observação e para as tripulações de aviões militares. 1.922 – Harold Harris foi o primeiro homem a realizar uma queda-livre, abandonando um avião em pane. 1.939-1.945 – Durante a II Guerra Mundial quase todos os países utilizaram-se de tropas pára-quedistas. Os alemães, na invasão de Creta, chegaram a lançar 14.000 soldados pára-quedistas em uma ilha. 1.951 – O Primeiro Campeonato de Pára-quedismo foi realizado na Iugoslávia. Participaram 5 países europeus. 1.960 – J. Kittinger saltou de um balão a 31.000 metros, sendo este o recorde mundial até hoje. 1.964 – Foi patenteado o primeiro pára-quedas retangular. Estes são muito mais dirigíveis e seguros que os antigos redondos. Foi um grande impulso para o pára-quedismo esportivo. 1.965 – Foi lograda a primeira formação de 8 pára-quedistas em queda-livre, uma “estrela”. 2.000 – O pára-quedas projetado por Leonardo da Vinci em 1483 funciona. A prova, feita mais de quinhentos anos depois que o sábio renascentista elaborou seus desenhos, foi realizada pelo pára-quedista britânico Adrian Nicholas. O projeto de Da Vinci tem forma de pirâmide, é feito de madeira, cordas e tecido de algodão cru. Nicholas saltou de uma altura de 10.000 pés (aprox. 3.300m) com o equipamento, construído de acordo com as especificações de Da Vinci e usando somente materiais que estavam disponíveis na época do Renascimento. O pára-quedas se revelou ágil e eficaz. Não houve ondulações ou quedas repentinas, e o pára-quedas se moveu facilmente pelo ar, disse Nicholas. Depois de descer 6.000 pés (aprox. 2.000m) com o projeto de Da Vinci, Nicholas desconectou-se da pirâmide de algodão e completou o salto com um pára-quedas convencional, pois o pára-quedas de Da Vinci, pesando 85 quilos, que desceu sozinho, suavemente e a poucos metros de distância, poderia machucá-lo no pouso. Para isso Nicholas utilizou-se de um Sistema Três Argolas duplo com dois desconectores, um para a pirâmide e outro para o velame principal. Durante meses, Nicholas e sua mulher, a arquiteta Katarina Olliaken, trabalharam sobre o projeto de Da Vinci. Apenas duas inovações foram acrescentadas: o uso do algodão, em vez de linho, e uma mudança no respiro de ar. 2.008 – O suíço Olivier Vietti-Teppa, 36, fez no dia 26 de abril um salto usando um pára-quedas de 12 quilos idealizado por Leonardo da Vinci — o artefato com formato de pirâmide foi descrito pelo artista em 1483. Vietti-Teppa, que saltou de um helicóptero, pousou no aeroporto militar de Payerne, na Suíça. Essa é a primeira vez em que um pára-quedista realiza um salto completo(navegação+pouso) utilizando um pára-quedas com essa estrutura, segundo as agências Associated Press e AFP Fonte: www.skullparaquedismo.com.br Dia do Paraquedista 22 de Outubro Entre os esportes radicais, nenhum dá maior sensação de liberdade que o pára-quedismo. O salto é feito a cerca de 3.000 metros acima do solo e a queda livre, de 1 minuto em média, é arrepiante. Depois, um momento de tensão até o pára-quedas abrir, e 2 minutos a 5 minutos de paz, boiando no céu. As escolas de pára-quedismo oferecem vôos duplos, nos quais os novatos vão conectados ao instrutor. Vinte minutos de orientações e treinamento em terra são suficientes para viver uma experiência dessas. O pré-requisito é ter peso entre 85kg e 95kg, dependendo da escola, e a idade mínima de 15 anos, com autorização dos pais. Para saltar sozinho, é preciso passar por um curso. A uma velocidade que pode atingir 350 km/h, um leve movimento das pernas e dos braços altera radicalmente a direção e a velocidade do corpo, proporcionando muitas acrobacias. Pratica-se pára-quedismo nos aeroclubes onde há escolas. Boituva é considerada a capital do esporte no Brasil, mas Campinas também tem força. O melhor período para saltos vai de abril a setembro. Fonte: Sítio Brasil Dia do Paraquedista 22 de Outubro A EVOLUÇÃO DO PÁRA-QUEDISTA A evolução do pára-quedista depende de vários fatores, um conjunto de elementos que se unem e que, aos poucos, vão formando a estrutura pessoal do esportista. Fatores determinantes, como a consciência de todos os pontos envolvidos na evolução, são de extrema importância para que a mesma possa ocorrer naturalmente e da maneira correta. O ideal é que aconteça gradualmente e sem esforços de antecipação dos passos, que só devem ser percorridos após determinado tempo. A escolha do pára-quedismo como esporte já denota um tipo de perfil que excede os limites cotidianos, típico de alguém que está à procura de algo desafiador. Mas há nesse contexto uma ambigüidade incrível ao mesmo tempo em que pressupõe a ausência de limites, o esporte revela-se bastante limitador em alguns aspectos psicológicos e físicos. As sensações que experimentamos se alteram com o tempo, elas modificam a nossa visão da vida e também dentro do esporte. Gradativamente, vamos alterando nossas percepções e nossos medos. Isso conseqüentemente gera uma autoconfiança que pode ser positiva ou prejudicial, dependendo de como o pára-quedista utiliza e lida com estas emoções. No início todas as novidades e sentimentos que experimentamos nos geram uma certa confusão mental, que acaba nos proporcionando uma pequena distorção da noção aeroespacial que cresce indefinidamente, não possuindo padrões ou fatores específicos que determinem sua evolução. Com o passar do tempo, vamos adquirindo a experiência necessária para que nossos sentidos desenvolvam-se com relação ao novo ambiente e aos novos estados de consciência que necessitamos para a prática do esporte e, especificamente, dos exercícios que estamos praticando naquele determinado momento. A percepção durante a saída, verificando fatores como PS e intensidade do vento com relação ao chão (observando o deslocamento horizontal da aeronave), a queda-livre, as pessoas que estão com você no salto, os exercícios ou manobras, a noção do nosso corpo, a percepção da velocidade que atingimos, o momento da separação, o track, deslocamento horizontal, a atenção para sabermos se realmente nos afastamos, se existem pessoas por perto, seja em cima, ao nosso lado ou embaixo, os pára-quedas abertos de outros grupos que saíram na frente, o acionamento do pára-quedas, a verificação da abertura naquele momento em que ela se inicia, a sustentação e desaceleração do nosso corpo, os checks para termos certeza de que está tudo em ordem, nossa orientação com o campo de visão de 360°, localização da área de pouso, intensidade do vento, tráfego aéreo, outro velames, ordenação e planejamento de pouso, a aproximação, o circuito final e finalmente o pouso. Tudo isso faz parte de um conjunto técnico que é necessário, mas aliado a toda esta parte técnica, ainda temos as milhares de sensações que experimentamos durante o conjunto que chamamos de salto. A subida do avião, a sensação da saída, os primeiros segundos da queda livre, a velocidade terminal, a percepção do ar fluindo por nosso corpo, a paisagem que se abre diante de nossos olhos, a sensação do vento e tudo o que experimentamos durante um salto… São muitos os sentidos, sentimentos e pensamentos que se alternam de um segundo para outro. E se pararmos para pensar e perceber, todo este conjunto se desenvolve em harmonia e sincronia, passo a passo, salto a salto, e cada vez mais trocamos de sensações, nos familiarizamos com as freqüentes, experimentamos as novas e desta maneira evoluímos nosso corpo, mente e espírito dentro do nosso esporte, com uma grande reflexão em cada momento de nossas vidas O desenvolvimento técnico é lento e não se deve procurar caminhos curtos, porque eles não existem. Tudo que vem rápido vai embora rápido, apenas as coisas conquistadas com esforço são duradouras. A técnica é conquistada praticando os movimentos básicos de modo lento, cadenciado e repetitivo, de forma que o corpo e a mente possam ir entendendo os caminhos espaciais a percorrer. Quando se pratica um movimento muitas vezes e de modo lento, se percebe todas as variações e possibilidades. A afobação camufla a magia da precisão e a beleza da limpidez técnica. A resistência no desempenho é inversamente proporcional ao foco em que a pessoa consegue permanecer durante a atuação. No pára-quedismo, o atleta deve se manter focado durante a subida da aeronave e atuar conforme o briefing por 35 segundos, no caso de FQL 4, em queda livre. A queda livre é um fator que gera “medo”. Esse medo deve ser superado. A maioria das pessoas não consegue atuar com 100% de foco, pois não têm preparo físico ou psicológico adequado. Portanto, para conseguir atingir uma performance perfeita, o atleta tem de, além de se preparar tecnicamente, estar bem preparado física e psicologicamente. A velocidade é adquirida a partir da execução correta dos movimentos. O corpo e a mente começam a aprender e a velocidade vai aparecendo naturalmente. O mais importante antes da velocidade é realizar os movimentos corretos. “O lento sai rápido” é uma frase muito escutada pelos atletas de 4-way. Significa que se fizer os movimentos lentos e corretos a média final de pontos será maior do que o time que faz os movimentos rápidos e não precisos, estes têm de, a todo momento, ficar se corrigindo em queda livre. Quando uma pessoa começa a saltar, dizemos que ela esta saltando no “escuro”, porque ela não tem muita noção do que está acontecendo em queda livre, está “perdida” espacialmente e não vê nada. Estou me referindo à noção do corpo em queda livre e às noções espaciais na visão 3D. Depois de alguns saltos o atleta adquire habilidade para “sobreviver” sozinho, ele está num estágio onde começa a ter consciência dos movimentos e partes do corpo em queda livre, percebendo se esta indo para frente, para trás, girando, deslizando lateralmente, etc. Ele salta “vendo algumas coisas”, mas às vezes não tem muita certeza do que está acontecendo e, na maioria das vezes, “chega atrasado”. Falta ainda, a antecipação dos movimentos. Com o tempo e treinamentos específicos, o atleta começa a ampliar os horizontes, ver melhor o que está em sua volta e a ter uma boa noção corporal durante a queda livre. No entanto ainda falta, às vezes, antecipação nos movimentos. É o momento em que ocorrem afobações para realizar movimentos rápidos. Conseqüentemente, o aluno esquece do básico, que é fazer devagar e corretamente, tornando a antecipação mais difícil ainda. De repente, num “estalo mental”, parece que tudo fica mais claro e o atleta ancora a idéia de que os movimentos devem ser executados da maneira correta e na velocidade que sua mente pode acompanhar, pois só assim ele começa a aprender a antecipar os movimentos e estar no lugar certo, na hora certa. Geralmente, é o momento em que os atletas se unem para fazer o primeiro time de 4-way. Ainda neste estágio o atleta se afoba muito quando vê os companheiros fazendo movimentos em queda livre. Ele acaba querendo fazer mais rápido do que todos, o que, conseqüentemente, dá chances para executar o movimento fora do eixo ou numa velocidade em que ele não conseguirá se manter até o fim do salto. A partir deste ponto, com treinamentos individuais e com o time, o atleta vai atingindo um nível técnico e mental onde ele vê tudo e também atua de forma tranqüila e cadenciada, respeitando a velocidade individual e a do time, antecipando os movimentos de forma correta e aumentando naturalmente a velocidade dos movimentos. É o momento em que o mental training faz parte do atleta, quando ele consegue visualizar todo o salto antes de fazê-lo. É o momento em que os integrantes do time se olham e conversam somente com o olhar, é quando, em queda livre, um time está voando com 100% de certeza do que está fazendo. Faça uma reflexão, veja em que fase está e analise por quais sentimentos tem passado, como está seu nível mental de percepção e entendimento do exterior, que o cerca a cada salto. Até que ponto os fatores externos influenciam sua vida dentro e fora do pára-quedismo? Quanto você tem se preparado para encarar o nosso esporte da melhor maneira possível? Fica aqui a mensagem deste mês. Blue skies e boa reflexão. Fonte: www.pqdbrasil.com.br Dia do Paraquedista 22 de Outubro Fases na evolução do paraquedista De uma pessoa que sonha em se jogar de aviões por prazer a um expert em pára-quedismo: entenda o crescimento no esporte e os riscos e aprendizados de cada fase. Nesta matéria, vamos falar um pouco sobre a carreira do pára-quedista. Quais são as fases do pára-quedismo? O que aprendemos a cada fase que se vai? Quais são os riscos de cada fase? Do momento em que a pessoa faz o curso teórico até que ela tenha um grau elevado de experiência existe um longo caminho a ser percorrido. Este caminho envolve riscos, sucessos, frustrações, ansiedades, motivação e assim por diante. Entenda o crescimento no esporte e os riscos e aprendizados de cada fase. Vamos falar um pouco sobre a carreira do paraquedista. Quais são as fases do paraquedismo? O que aprendemos a cada fase que se vai? Quais são os riscos de cada fase? Do momento em que a pessoa faz o curso teórico até que ela tenha um grau elevado de experiência existe um longo caminho a ser percorrido. Este caminho envolve riscos, sucessos, frustrações, ansiedades, motivação e assim por diante. As fases do paraquedista geralmente são parecidas e podem ser divididas da seguinte maneira: Sobrevivência: De 0 a 30 saltos Evolução rápida: De 30 a 200 saltos Riscos aumentam: De 200 a 500 saltos Maior esclarecimento e experiência: De 500 a 1.000 saltos Maturidade: Acima de 1.000 saltos É claro que não podemos adotar a divisão acima como absoluta, afinal, ela depende de vários fatores, como frequência de saltos, objetivos do paraquedista, esclarecimento, orientação, entre outros. As fases do paraquedismo são todas muito divertidas e sempre acompanhadas de desafios, que nunca acabam independentes do nível que você alcançar. Sempre seremos aprendizes e, aquele que tiver consciência disso, tende a evoluir com maior segurança e rapidez. Na primeira fase, que chamei aqui de sobrevivência, o paraquedista realmente está aprendendo a sobreviver no novo ambiente que é o céu. Ele desenvolverá as habilidades necessárias para realizar um salto sozinho, sem correr riscos excessivos. As descobertas são constantes e é preciso tomar muito cuidado para não deixar com que o acúmulo de informações seja prejudicial, fazendo com que ele esqueça ou abandone os procedimentos que devem ser praticados salto após salto, em qualquer nível de experiência. Na fase seguinte, ele pode optar por seguir dois caminhos: saltar por diversão ou saltar treinando para aprender cada vez mais. Caso o atleta opte por continuar treinando e se aprimorando, esta é uma fase muito propícia. O nível de conhecimento é baixo e a capacidade de aprendizado geralmente é alta. Normalmente é nesta fase que o atleta escolhe uma das modalidades do esporte e começa a se especializar nela. Na fase seguinte o atleta começa a ganhar confiança nos equipamentos, na segurança do esporte, nos procedimentos de emergência etc. Isso faz com que os atletas se sintam extremamente autoconfiantes, e isso  cuidado! – causa acidentes. Durante esta fase o atleta deve retomar a postura de aprendiz adotada no início do curso, respeitando todos os limites e regras do esporte. Na fase seguinte, que vai dos 500 aos 1.000 saltos, o paraquedista começa a enxergar as coisas erradas que fazia e os riscos que corria por comportamentos inadequados. E é ainda nesta fase que começa a curtir ainda mais o esporte: tendo maior consciência do que esta fazendo, tudo torna-se mais fácil e mais divertido. Acima dos 1.000 saltos o paraquedista continua evoluindo sempre, porém já existe certa maturidade nos comportamentos do atleta. Ele já viu e talvez até tenha sofrido alguns acidentes, viveu situações variadas com diferentes graus de dificuldade e muitas outras experiências que ficaram acumuladas em sua bagagem. O conjunto dessas experiências resulta em um atleta com maior discernimento e conhecimento. Mas nesta fase também acontecem muitos acidentes e todos os paraquedistas que alcançam este nível precisam lembrar que a segurança e as normas precisam continuar a ser seguidas da melhor maneira possível. Já ouvi diversos paraquedistas extremamente experientes dizerem que, quanto mais saltos ele tem, maior é a noção dos riscos a que está exposto. O cuidado passa a ser aumentado. Fases do paraquedista: Sobrevivência: De 0 a 30 saltos Evolução rápida: De 30 a 200 saltos Riscos aumentam: De 200 a 500 saltos Maior esclarecimento e experiência: De 500 a 1.000 saltos Maturidade: Acima de 1.000 saltos FASE 1 – SOBREVIVÊNCIA Assim pode ser chamada a primeira fase de um paraquedista, que vai de 0 a 30 saltos. Nesta etapa, o importante é respeitar os mínimos detalhes de aprendizado e segurança. A primeira fase da vida de um atleta começa quando ele decide saltar. Pode até parecer brincadeira, mas o local e a maneira como a pessoa ingressa no esporte influenciam diretamente na visão que a pessoa terá do paraquedismo e na sua evolução em geral. Hoje em dia, a maioria das pessoas que têm perfil para a prática de esportes de aventura possui acesso fácil à informação. Sendo assim, se a pessoa pesquisar bastante e não pensar somente em preço, mas sim num conjunto de variáveis como credibilidade, profissionalismo e regulamentação, entre outros fatores, certamente fará uma boa escolha sobre como começar a praticar o paraquedismo. O primeiro passo está dado logo após a pessoa decidir o que fazer e onde fazer. O primeiro Salto de um candidato a paraquedista geralmente é o salto duplo. Através deste salto a pessoa poderá conhecer o esporte mais de perto, tendo aí o seu primeiro contato com a queda-livre, antes de partir para o Curso para ser um Paraquedista. A parte teórica inicial do curso AFF dura, em média, oito horas, variando de aluno para aluno. No curso, o aluno receberá todas as informações necessárias para fazer um salto seguro sob a supervisão dos seus instrutores. Entre as informações, podemos destacar: treinamentos para os exercícios a serem realizados no salto, briefings de saída no falso avião que fica no solo, subida e concentração, preparação mental para o salto, saída de aviões, procedimentos de queda-livre, acionamento do paraquedas, checagens que identificam se o paraquedas está ok ou não para pouso, navegação e o pouso propriamente dito. Nesta fase, chamada aqui de fase 1  sobrevivência, o paraquedista terá seus primeiros contatos com o mundo do paraquedismo. É uma etapa muito delicada, afinal, tudo é novo para o aluno. Ao mesmo tempo, é um momento muito divertido e de grandes descobertas. O curso AFF prepara o aluno para que ele consiga sobreviver em queda-livre sem a supervisão de instrutores. O que seria sobreviver em queda-livre? Em minha opinião, o conceito de sobrevivência em queda-livre abrange os seguintes aspectos: Realizar um check correto de equipamento e uma boa equipagem. Realizar uma saída controlada do avião. Realizar uma queda-livre estável e controlada. Controlar a altura e o tempo do salto utilizando os instrumentos de medição disponíveis. Acionar o paraquedas dentro da altura estipulada e longe dos outros grupos e pessoas. Identificar possíveis anormalidades e emergências no paraquedas e, além disso, ter atitude acertada e rápida para resolver o que for necessário. Identificar a área de salto e, ainda, possuir discernimento suficiente para identificar uma área de pouso alternativa. Respeitar o tráfego padrão sem cometer atitudes que coloquem a vida dele ou dos outros em risco. Pousar com segurança sem auxílio de rádio. Rcolher o paraquedas e chegar à área de pouso em segurança. Caso o aluno não consiga cumprir todos os requisitos acima, ele precisa de ajuda. Afinal, em minha opinião, todos são itens obrigatórios para a realização de um salto seguro. Já os principais perigos desta fase, são: O aluno não entender direito o que é o paraquedismo e os riscos que envolvem a sua prática. O aluno não receber instrução adequada. Ter atitudes que comprometam a sua segurança, como desleixo, noites mal dormidas, uso de álcool, drogas etc. Achar que os instrutores têm que ver tudo e garantir a sua vida. Achar que o chão não chega nunca. Achar que o paraquedas não apresentará problemas nunca. Não entender a navegação corretamente. Querer saltar sem macacão, sem capacete rígido e de chinelos ou sandálias. \*Querer trocar de equipamento antes do momento correto. Querer saltar em dias em que o clima não está adequado. Não checar o equipamento adequadamente antes da equipagem, antes do embarque e antes de sair da aeronave. Não saber fazer o seu próprio P.S., ficando à mercê da habilidade dos pilotos. Comandar o paraquedas abaixo da altura. Querer copiar o que paraquedistas experientes fazem. Escutar conselhos sobre manobras e procedimentos de pessoas que não estão habilitadas para tal. Querer saltar com pessoas que ainda não possuem nível técnico para realizarem saltos em conjunto. Se você está nesta fase e tem algum comportamento parecido com os que descrevi acima, tente rever seus conceitos. Pare para pensar, faça uma reflexão e escute os conselhos dos profissionais mais experientes para poder tirar as suas próprias conclusões e mudar seu comportamento antes que seja tarde. Do jeito que escrevi aqui, o paraquedismo pareceu um esporte muito perigoso, porém, isso não é verdade. O paraquedismo é um esporte maravilhoso, com belas imagens e que nos proporciona momentos únicos de contato com a natureza e com os nossos próprios sentimentos e pensamentos. Mas ele nunca deixará de ser um esporte de aventura que envolve riscos calculados. Precisamos praticá-lo com segurança e consciência, respeitando as normas e os nossos próprios limites. Desta maneira, podemos saltar de paraquedas a vida inteira, correndo riscos extremamente menores do que morar em uma metrópole como São Paulo, por exemplo. Se praticarmos o paraquedismo com segurança, poderemos praticá-lo sempre. Aproveitando a deixa, outro dia vi escrito na camiseta de um amigo: Nós, os paraquedistas, sabemos por que os pássaros cantam… Fases do paraquedista: FASE 2 – A rápida evolução Assim pode ser chamada a segunda fase de um paraquedista, que vai de 30 a 200 saltos. Nesta etapa, a segurança precisa ser redobrada e, além disso, é preciso saber aproveitar a facilidade de aprendizado e modelagem. Se até os 30 saltos estamos aprendendo a sobreviver em queda-livre, depois, algumas coisas começam a mudar. O medo começa a diminuir de forma gradativa e a consequência é o aumento da autoconfiança. Além desses fatores existem outros, como a facilidade de aprendizado e a grande quantidade de informação que passa a ser absorvida pelo alívio na carga sensorial que, como sabemos, é bem mais intensa no início. Quais são os motivos que me levam a pensar que esta é a fase da rápida evolução? Em primeiro lugar, porque o paraquedista começa a perder o medo e, com isso, fica mais relaxado, seu campo visual aumenta, ele alimenta melhor o seu cérebro com oxigênio por respirar mais adequadamente, suas pupilas não ficam mais dilatadas pelo estado de alerta, sua sobrecarga sensorial diminui muito e, quando juntamos todos esses fatores, temos uma pessoa melhor preparada para realizar qualquer tipo de atividade, inclusive paraquedismo. Em segundo lugar, porque com cerca de 30 saltos, o paraquedista quase não possui vícios de comportamento e posição, ou seja, é muito mais fácil modelar um paraquedista iniciante para os parâmetros técnicos e comportamentais do que fazer a mesma tarefa com um paraquedista de 1.000 saltos. Esses são os motivos básicos que me fazem acreditar que esta fase é uma grande oportunidade para os paraquedistas que desejam evoluir com segurança, técnica e responsabilidade. Sendo assim, é um grande momento para aprender e criar um bom alicerce para o futuro. Quais são as características desta fase de modo geral? Troca de velames Escolha de uma modalidade Escolha sobre competir ou não Saltos com outros paraquedistas menos experientes Descobrimento de várias coisas relacionadas à queda-livre, velames, equipamentos e etc. Como podemos ver, se o paraquedista se encaixar na média do que acontece, nesta fase ele irá trocar de velames, irá escolher uma modalidade para se aperfeiçoar conhecer mais de perto as competições, se interessar por elas ou não, poderá começar a saltar com outros paraquedistas de pouca experiência, dependendo dos seus objetivos, e por aí vai. Isso quer dizer que esta fase, além de ser caracterizada por uma rápida evolução, ainda tem características de ser uma fase de escolhas, de opções. Este é mais um motivo que me faz crer na importância desta fase, afinal, é basicamente nela que são feitas algumas das escolhas mais importantes da carreira do paraquedista. A consciência, o discernimento e a boa orientação são fatores fundamentais num momento em que tudo é novidade. O que fazer nesta fase? Se eu fosse aconselhar um filho, diria para ele traçar seus objetivos em longo prazo (cinco anos) e aí sim tomar as suas decisões seguindo alguns princípios básicos: Não olhar somente para o momento. Se aconselhar com profissionais respeitados e responsáveis, que agem com legitimidade, se comportando da mesma maneira que pregam. Escolher uma boa escola ou instrutor para obter o conhecimento. Ser conservador no que se refere à transição de velames. Respeitar todas as normas de segurança do código esportivo. Tenho certeza que seguindo essa cartilha extremamente simples e básica, o paraquedista estará sempre seguro, bem amparado tecnicamente, alinhado com seus objetivos, além de ter uma boa base, afinal, ele se aconselhou com bons profissionais, escolheu uma boa escola, foi conservador na transição de velames e respeitou as normas. Será que precisa de mais alguma coisa? Sim, sem dúvida: Diversão, muita diversão! Fases do paraquedista: FASE 3 – O Grande risco Assim pode ser chamada a terceira fase de um paraquedista, que vai de 200 a 500 saltos. Nesta etapa existe uma única via para que o atleta se mantenha ileso para continuar seu crescimento no esporte: Consciência. Se existe uma fase crítica dentro do paraquedismo, eu acredito que ela esteja compreendida entre 200 e 500 saltos. Nesta fase o paraquedista está quase que totalmente adaptado ao esporte. Seu corpo já responde de maneira diferente aos estímulos exteriores, o nível de adrenalina cai, o medo é drasticamente reduzido e a consciência durante os saltos aumenta de forma que o paraquedista começa a curtir o salto de verdade. Quando juntamos todos estes itens, somados os muitos outros que existem, temos o nascimento de uma variável que pode se tornar um perigo: Excesso de autoconfiança. Durante todo este tempo praticando o esporte, seja como atleta, câmera ou instrutor, realmente acredito que a falta de informação e o excesso de autoconfiança são 2 fatores decisivos quando pensamos nas chances que o atleta tem de sofrer ou causar um acidente. Já presenciei muitos e muitos acidentes nas áreas de salto e geralmente os paraquedistas que se acidentam estão muito perto ou mesmo dentro desta fase que vai de 200 a 500 saltos, isso deveria nos chamar a atenção, afinal, nós, instrutores, temos a obrigação de guiar os atletas menos experientes para o caminho da prática segura. Quais são os comportamentos que antecedem os incidentes e acidentes e que mais se repetem nesta fase? Falhas na equipagem. Utilização de velame inadequado para a experiência. Comando a baixa altura. Saltar em condições não adequadas para o nível de experiência pelo excesso de autoconfiança. Fazer pousos de alto desempenho sem o devido preparo. Não respeitar os tempos entre grupos na saída do avião. Não respeitar o tráfego durante a navegação. Não tomar uma decisão correta quando o pouso acontece fora da área. Não escutar os mais experientes, tornando-se onipotente e autossuficiente. Achar que pode tudo e que está sempre certo. Saltar sem equipamentos de proteção como capacete, macacão e tênis. Saltar com pessoas que não estejam habilitadas para tal. Se você achar que o que está escrito aqui tem algum sentido e que vale a pena parar para refletir, veja se não vêm tendo nenhum comportamento aqui listado. Caso a sua resposta seja positiva, reavalie, veja se vale a pena se comportar desta maneira, veja se isso o leva para onde quer ir e depois tire as suas próprias conclusões sobre o que é ou não bom para você e para aqueles que saltam com você. Todos sabem que na maioria das vezes precisamos passar pela situação para tomar a lição, mas precisamos lembrar que o paraquedismo não permite alguns erros e que em muitos momentos, eles podem se tornar fatais, tanto para nós quanto para nossos companheiros de céu. A grande maioria dos acidentes pode ser evitada, isso depende única e exclusivamente do comportamento de cada um de nós durante a prática esportiva. Nós, instrutores, temos que dar o exemplo seguindo as normas e orientando de forma correta. Por outro lado, os alunos e paraquedistas menos experientes precisam se preocupar em ouvir conselhos, ou pelo menos, em parar para pensar sobre eles. Muitos erros e muitas situações já foram vividos por outros paraquedistas e não precisamos passar pelo mesmo caminho se ele não for bom. O nosso esporte é maravilhoso e nos proporciona sensações e momentos únicos, cabe a cada um de nós saber aproveitar estes momentos da melhor forma possível, lembrando que o melhor salto é sempre o próximo. Deixo uma frase do Dalai Lama para encerrar este texto: O homem inteligente aprende com seus próprios erros, o homem sábio aprende com os erros dos outros. Fases do paraquedista: FASE 4 – Maior esclarecimento e experiência Assim pode ser chamada a quarta fase de um paraquedista, que vai de 500 a 1000 saltos. Nesta etapa, o esporte pode tomar outra dimensão na vida do paraquedista. A fase que compreende entre 500 e 1000 saltos pode ser muito divertida, pois alguns medos e dúvidas já ficaram para trás. Pode ser decisiva, pois é nela que os paraquedistas geralmente começam a trabalhar dentro do esporte. Pode ser de muitas descobertas e de conscientização, afinal, estamos nos encaixando num perfil restrito, onde a experiência acaba nos permitindo realizar algumas ações que antes seriam muito arriscadas e, com isso, descobrimos novas maneiras de sair, de voar a queda livre e de voar nossos velames. Falo também em conscientização, pois Sócrates certa vez disse: Tudo o que sei é que nada sei. Isso é algo que tem muito a ver com nosso esporte, pois quando chegamos perto dos nossos 1000 saltos, começamos a ter uma estranha impressão de que não sabemos nada e de que ainda estamos engatinhando. Mais adiante, isso se confirma e temos noção da real dimensão da nossa ignorância dentro do esporte, dos seus mecanismos de funcionamento e das modalidades. É obvio que o que descrevi acima não é uma regra. O ser humano não é exato. Escrevo este texto baseado no que tenho notado trocando experiências com paraquedistas do mundo inteiro durante os últimos 10 anos. Em alguns momentos o paraquedismo torna-se um esporte injusto e subjetivo. Por que digo isso? Simplesmente porque, em muitos momentos de nossas carreiras, nos deparamos com situações que são resolvidas, muitas das vezes, pela opinião de uma única pessoa que diz pode ou não pode. Isso poderá ocorrer quando você quiser participar de uma demonstração antes do tempo, quando você quiser saltar com o clima inadequado e os seus instrutores te barrarem, ou ainda quando você estiver naquele super boogie ou num recorde e a organização técnica, por algum motivo, decidir que você ainda não tem condições de entrar no salto ou que não está preparado para determinada tarefa. Será que isso é ruim? Realmente acredito que em alguns casos essas decisões podem se tornar políticas ou arbitrárias, porém, na grande maioria das vezes, elas estão corretas e embasadas em uma variável extremamente importante dentro do paraquedismo: a experiência. Quantas e quantas vezes não fomos barrados em determinadas ações e, mais adiante, quando aumentamos a nossa visão sobre o assunto, percebemos que teve grande sentido. Isso se chama experiência. A experiência é uma das únicas coisas que não pode ser comprada ou adquirida sem que a tenha vivido. Acredito que nesta fase que estamos descrevendo, o paraquedista adquire um grande nível de experiência, subindo diversos degraus na escala evolutiva do esporte. Existe uma frase que diz: A quem muito é dado, muito é cobrado. Esta frase resume de forma muito sucinta a obrigação que nós, paraquedistas experientes, temos com os menos experientes e principalmente com o esporte. O paraquedismo sempre teve poucas estatísticas, métodos e padrões, pelo menos no Brasil. A formação das novas gerações é feita pelos paraquedistas mais velhos e mais experientes, mas muitas dessas experiências e aprendizados infelizmente só podem ser obtidas com a vivência. Saltando, saltando e saltando. Precisamos manter a disseminação de conhecimentos e a segurança em níveis altos para que as próximas gerações possam ser melhores do que somos e, além disso, para que possam praticar um paraquedismo mais seguro e mais experimentado. Não existe sentido para que as futuras gerações sofram os mesmos acidentes, cometam os mesmos erros e tentem descobrir as mesmas técnicas que nós já descobrimos. Temos a obrigação de transmitir essa bagagem da melhor maneira possível e, essa obrigação, apesar de começar desde o início, se reforça mais e mais a cada salto que fazemos e a cada momento de experiência que vivemos dentro do esporte. Se você se encaixa dentro desta fase e concorda com as colocações que foram feitas, pratique e ensine um paraquedismo mais técnico, seguro e divertido, começando por você. Fases do paraquedista: FASE 5 – A maturidade do paraquedista Gostaria de relembrar as fases que descrevemos anteriormente: Sobrevivência: De 0 a 30 saltos Evolução rápida: De 30 a 200 saltos Riscos aumentam: De 200 a 500 saltos Maior esclarecimento e experiência: De 500 a 1.000 saltos Maturidade: Acima de 1.000 saltos Nesta, vamos falar um pouco sobre a maturidade do paraquedista. O que seria a maturidade de um paraquedista? Este conceito de maturidade pode variar de um extremo para o outro e nenhum deles estaria certo ou errado, são somente pontos de vista. Vamos colocar 1 situação para, mais adiante, podermos discutir melhor a maturidade do paraquedista: Você está na reta final de pouso e um paraquedista desavisado lhe cruza a frente causando uma quase colisão. Quando penso na maturidade de um atleta não visualizo somente a parte técnica, o nível de relaxamento durante um salto ou o nível de conhecimento dele sobre o esporte. Hoje em dia acredito que a maturidade de um atleta é muito mais do que isso. Aprendi durante esses 12 anos de esporte que o paraquedismo mexe com o nosso íntimo, com a nossa personalidade e principalmente com a nossa maneira de enxergar e de encarar o mundo. A responsabilidade dos atletas experientes ou maduros está diretamente ligada à maneira como ele trata tudo que está ao seu redor, principalmente as pessoas, sejam elas novas, velhas, experientes ou inexperientes. Voltando à situação 1 que coloquei anteriormente, o paraquedista que quase sofreu a colisão pelo despreparo ou pelo erro cometido pelo outro poderia tomar diversas ações, vamos tentar criar alguns possíveis cenários: Comportamento 1: Ei cara, você está louco, quase nos matou, você não enxerga? Comportamento 2: Agressão física  (parece exagero, mas já presenciei isso) Comportamento 3: Puxa, acabamos de passar por uma situação de risco e esse paraquedista talvez não tenha nem ao menos me visto, tenho certeza que ele não fez isso de forma proposital e provavelmente lhe falta discernimento e conhecimento para que não mais repita este erro. Como ainda estamos na adrena do salto, vou deixar meu paraquedas na área de dobragem, tomar uma água e depois baterei um bom papo com ele para entender o motivo pelo qual ele fez isso e se possível, darei a minha colaboração, orientando-o e me colocando à disposição para as possíveis dúvidas que ele eventualmente tenha. 30 minutos depois… Olá fulano, meu nome é ciclano e gostaria de bater um papo com você, seria possível fazermos isso agora? (e então o paraquedista responde) Claro, pois não, em que posso ajudá-lo? E aí ele continua: – Não sei se você percebeu mas quase colidimos nosso velames à baixa altura, você percebeu isso? E então o paraquedista responde assustado: – NÃO! Quando isso aconteceu? Já fiz 4 saltos hoje e não percebi nenhuma situação de risco, você tem certeza que foi eu quem fez isso? Sim, eu tenho, esperei o momento mais adequado para conversarmos, pois a área de pouso não é o local nem o momento mais adequado para fazermos isso, se você estiver disposto, podemos conversar a respeito. Com certeza, eu gostaria muito de, primeiro, entender o que fiz e também saber o que devo fazer para evitar este tipo de situação. Realmente, eu imaginei que você não tivesse consciência do que tinha acontecido e é por isso que estou aqui. Vamos sentar na sombra para bater um papo então? Claro, nunca tinha lhe visto nesta na área de saltos, você vêm sempre aqui? Acredito que não preciso continuar com este diálogo, pois a mensagem já foi passada à vocês leitores. Voltando à maturidade… A orientação aproxima, educa, incrementa. A grosseria afasta, deseduca e não adiciona nada à ninguém. Sabem por que estou falando isso? Porque por muitas e muitas vezes cometemos a imaturidade de não aproximar, educar e incrementar e hoje ao olhar para trás podemos perceber que já deixamos de ajudar diversos paraquedistas a serem pessoas melhores por simplesmente nos acharmos a vítima ou porque não os sabedores. Quando falo em maturidade do paraquedista penso no crescimento pessoal que o paraquedismo nos proporciona se soubermos aproveitar a oportunidade que ele nos dá. Ser um paraquedista maduro é muito mais do que ter mais de 1.000 saltos, maturidade está relacionada com a nossa postura, com o nosso comportamento, com a maneira como lidamos com o mundo e as pessoas que estão ao nosso redor. A troca de experiências é a engrenagem maior do paraquedismo no mundo inteiro e a cada vez que um paraquedista maduro consegue dar o exemplo de como agir, ganha o orientado, o orientador e principalmente o esporte, tendo praticantes melhores e mais discernidos, pessoas que estão se preocupando em fazer não somente um esporte mais seguro, mas principalmente um mundo melhor. Maturidade é ser educador de forma educada, maturidade é se preocupar com o crescimento pessoal e do pessoal, maturidade é conseguir realizar a reforma íntima através do espírito de colaboração e de coesão. É por isso que, em muitos casos, temos paraquedistas maduros com pouquíssimos saltos que ensinam os mais experientes a como se comportar no dia-dia, não somente na área de saltos, mas principalmente, na vida. Talvez você esteja se perguntando: O que tem a ver a maturidade com a fase que se estabelece acima dos 1.000 saltos? Experiência, conhecimento e discernimento. Mas nada disso adianta sem maturidade.