

# Deco Stop

Edição 57

Ready to dive?



- Salvador e seus naufrágios
- Galápagos
- Arraial do Cabo
- E muito mais...

*Lugares  
incríveis*



*Momentos  
inesquecíveis*



*Nas melhores mãos.*

**36**

Anos de  
história

**26**

Prêmios

**+22 mil**

Embarques

**+800**

Viagens  
Realizadas

**+80**

Viagens  
internacionais

**+7 mil**

Pessoas viajando  
conosco

**+15 mil**

Certificados  
emitidos

*Respire novos ares.*

  
**marAmar**  
MERGULHO

☎ (31) 3225-0029  
📞 (31) 99280-0194  
📷 maramarmergulho  
📌 maramarescolademergulho  
✉ contato@maramar.com.br  
**maramar.com.br**

Viva aventuras  
inesquecíveis com a



## EVILAGO

Esse é o lago natural da EVIDIVE, com até 5 metros de profundidade e mais de 20.000 peixes de várias espécies para você conhecer e se encantar. Venha mergulhar em água doce!



## SAÍDA DE MERGULHO

Se você acha que não há lugar para mergulhar em São Paulo, vamos te provar o contrário! O Evilago é o local perfeito para realizar a atividade.

## EMOTION DIVE

Realize o seu sonho de conhecer  
o mergulho de forma acessível!

A experiência perfeita para quem  
sempre sonhou em mergulhar, mas  
nunca teve a oportunidade.



Visite o nosso site  
e venha mergulhar!



[www.evidive.com.br/](http://www.evidive.com.br/)

# ÍNDICE



07 GALÁPAGOS DENTRO E FORA D'ÁGUA



17 MERGULHO E EXERCÍCIOS FÍSICOS



23 O MERGULHO E A FOTOGRAFIA SUBMARINA EM ARRAIAL DO CABO



29 OS OCEANOS, SEUS HABITANTES E NOSSA RELAÇÃO NESSE MEIO



31 ATIVIDADE MERGULHO SOBREVIVÊNCIA X SUPERAÇÕES DIA A DIA

34 BONITO, UM DESTINO INDISPENSÁVEL



40 SALVADOR - BAHIA - JÓIA ESQUECIDA DO MERGULHO NACIONAL

**EXPEDIENTE** DIRETOR Rodrigo Coluccini • FOTO CAPA Érica Beaux • PROJETO GRÁFICO Sérgio Neres • EDITORAÇÃO Kreativz Studio Design - contato@kreativz.com.br

A revista Deco Stop é uma publicação trimestral direcionada ao mergulhador brasileiro. Temos como objetivo suprir a necessidade constante de conhecimento que todo mergulhador necessita para realizar essa atividade.

#### ATENÇÃO:

A prática de mergulho exige a realização de um curso específico. Não incentivamos ou recomendamos que qualquer prática / procedimento ou técnicas ligadas ao mergulho sejam realizadas sem que um treinamento adequado tenha sido feito previamente. As matérias ou opiniões apresentadas na revista não refletem necessariamente a opinião do editor, sendo de total responsabilidade de seus autores.



#### FALE COM A GENTE!

Você quer dar sugestões, tirar dúvidas, fazer comentários ou participar das seções da Deco Stop? Entre em contato conosco.

Revista Deco Stop

Av. Barão Homem de Melo, 4386 - Sala 130  
Bairro Buritys - Belo Horizonte - Minas Gerais - BR  
Email: revista@decostop@gmail.com

Para contato, não esqueça de colocar seu nome completo, endereço com cidade e estado, telefone e data de nascimento. **Para assinar**, acesse o site [www.paraquemgostademergulho.com.br](http://www.paraquemgostademergulho.com.br) e clique em Assine já. O processo é rápido e fácil. **Para anunciar** entre em contato via e-mail através do endereço: [revistadecostop@gmail.com](mailto:revistadecostop@gmail.com)

# EXPEDIÇÕES DE MERGULHO



## PARA MERGULHADORES EXPERIENTES

### Destinos com vagas:

- ✓ MALDIVAS - Fevereiro 2023
- ✓ SARDINES RUN - Julho 2023
- ✓ REVILLAGIGEDO - Janeiro 2024



### Breve lançamento:

- ✓ RECIFE TEC - Janeiro 2023
- ✓ RAJA AMPAT - final de 2024
- ✓ COCOS ISLAND - Set/Out 2025

**RESERVE JA**

✉ [Trips@greatxplorers.com](mailto:Trips@greatxplorers.com)

☎ 11 99583-2540

🌐 [www.greatxplorers.com](http://www.greatxplorers.com)





# GALÁPAGOS DENTRO E FORA D'ÁGUA

Por Erika Beux para Decostop

Como conhecer lobos-marinhos, iguanas-marinhas, pinguins, fragatas, atobás-de-patas-azuis, tartarugas-gigantes, tubarões-martelos, raias-manta, cardumes de móbulas, chitas e mais 5000 espécies de animais e vegetais num único lugar? É muito simples responder a esta pergunta: vá para Galápagos!

Nesta matéria, vou te mostrar as duas formas de conhecer as ilhas: por terra, ficando hospedado em hotel, pousada e hostel ou em liveaboard.

O arquipélago de Galápagos está localizado a cerca de 1000 km da costa ocidental do Equador e já foi refúgio de piratas e navegantes que exploravam os oceanos, mas hoje recebe milhares de turistas por ano interessados em conhecer o lugar com a maior biodiversidade do planeta.

Em 2019, 270 mil pessoas estiveram nas ilhas Galápagos, sendo 67% estrangeiros. Por causa da pandemia, o número de visitantes caiu e em 2021, apenas 130 mil pessoas estiveram no arquipélago e apenas 40% destes eram estrangeiros, a maioria americanos e europeus. Os brasileiros já apareceram em 15º lugar no ranking de países visitantes com menos de 1% de turistas, mas desde 2018 estamos fora das estatísticas.

Esse baixo índice pode estar relacionado ao conceito que muitos mergulhadores brasileiros têm que só vale à pena ir para Galápagos se for para conhecer Wolf e Darwin, as ilhas mais remotas do Equador. Talvez este pensamento esteja associado por causa dos pacotes oferecidos pelas escolas de mergulho, os quais são direcionados para estes roteiros. Porém, o custo da viagem acaba distanciando demais o sonho dos apaixonados em conhecer de perto o paraíso que também encantou o capitão Jacques Cousteau nas suas expedições pelo mundo subaquático.

Mas qual a melhor opção: mergulhos diários ou liveaboard?

A escolha deve levar em consideração os seus principais objetivos de mergulhos/passeios e a disponibilidade do seu orçamento.

Há quem diga que o melhor é conhecer as ilhas em liveaboard, pois somente com cruzeiro é possível chegar nas ilhas de Wolf e Darwin após 15-20 horas de navegação. Esses locais abrigam a maior biomassa de tubarões do planeta e podem ser vistos cardumes enormes de tubarões-martelos, além de tubarões-tigres, tubarões-de-galápagos e tubarão-baleia (na época certa).

A média de preço para 8 dias/7 noites embarcadas com mergulhos inclusos fica em torno de USD 6,000-7,500 dependendo da embarcação, conforto e roteiro. Porém, ainda é preciso acrescentar os custos adicionais de nitrox, gorjetas, seguro, taxas do parque, hospedagem em terra que podem ser necessárias antes do embarque e/ou depois do desembarque, entre outros. Somando o aéreo, você deve gastar em torno de USD 8,000 a 10,000,



tranquilamente.

O Galápagos Sky, um dos melhores barcos de liveaboard de Galápagos, oferece 18 mergulhos ao todo, incluindo 3 dias inteiros de mergulhos em Wolf e Darwin (10 mergulhos diurnos + 1 noturno), mergulho com iguanas marinhas em Cabo Douglas e Mola-mola em Punta Vicente, além de 3 passeios terrestres: Bartolomé, Santa Cruz e San Cristóbal, com desembarque opcional em Santa Cruz (o padrão é embarcar e desembarcar em San Cristóbal). Para fazer este roteiro é necessário ser mergulhador avançado e ter 60 mergulhos de experiência, pelo menos.

Há quem prefira ficar nas ilhas para fazer passeios terrestres e mergulhos com saídas diárias para pontos cujas navegações levam entre 25-50 minutos. O custo da viagem irá variar dependendo da hospedagem, da quantidade de passeios, mergulhos e da negociação dos valores com o seu guia ou agente de viagens.

Neste tipo de programa, que carinhosamente apelidamos de “Galápagos Roots”, é possível gastar em torno de \$2800 para 10 dias/9 noites com 5 dias de mergulhos duplos diários com hospedagem em hotéis 3 estrelas, café-da-manhã e almoço, transfer, passeios quase todos os dias, gorjetas, impostos, seguros e guias credenciados.

A quantidade de tubarões-martelos que você verá no mergulho diário é diretamente proporcional ao valor pago na trip. Enquanto num liveaboard podem ser vistos cardumes de 200-300 indivíduos, no mergulho diário os cardumes de martelos têm entre 20 a 50 animais, o que já é bastante para quem nunca mergulhou com eles.

Além dos martelos, nos mergulhos diários também é





possível ver cardumes de móbulas, golden rays (raias ticonhas), raia-chitas, mantas, raias-marmorada, raias-prego, cardumes de jack fish, arabaianas, barracudas, bicudas, tartarugas, lobos-marinhos, tubarão galha-preta-oceânico, tubarão-de-galápagos, tubarão-galha-branca e o galha-preta de recife, silver tips, silky sharks, entre outros e sobra tempo livre à tarde para fazer os passeios terrestres.

Achou interessante? Então vamos conhecer mais sobre Galápagos a seguir:

#### SOBRE GALÁPAGOS:

O arquipélago formado por 13 ilhas principais inspirou o pesquisador Charles Darwin a desenvolver a teoria da Seleção Natural em meados do século XIX, após observar a evolução das espécies de animais que não existiam no continente e que eram diferentes em cada ilha visitada.

A cada ano, aumenta o número de turistas atraídos em conhecer o maior laboratório vivo de biologia do mundo, em busca de experiências de mergulhos e trekking por trilhas na mata, praias e vulcões.

Vulcões? Sim, segundo o Instituto de Geofísica Equatoriano, o arquipélago é considerado uma das zonas vulcânicas mais ativas do mundo. Em 2018, dois vulcões entraram em erupção: o vulcão La Cumbre, localizado na Ilha Fernandina e o vulcão Sierra Negra, na Ilha Isabela. Em janeiro de 2022, o vulcão Wolf, também localizado em Isabela, entrou em erupção, mas as lavas não afetaram os habitantes e animais locais.

A convergência de diversas correntes oceânicas em Galápagos garante todos os nutrientes necessários para a vida marinha local e ditam o clima das ilhas que, em conjunto com o relevo montanhoso dos vulcões, influenciam diretamente na umidade e, conseqüentemente, na vegetação encontrada.

Galápagos é tão incrível que é possível ver numa mesma cena





as paisagens áridas serem brutalmente interrompida por oásis de praias com areias brancas, manguezais e água azul cristalina. A natureza é tão perfeita que integra com harmonia quase todos os ecossistemas aquáticos e terrestres e nenhum outro lugar do planeta podemos observar a criação e extinção de espécies de forma tão clara como lá.

Das treze ilhas principais, apenas quatro são habitadas:

Santa Cruz: a mais populosa com cerca de 20 mil habitantes. A sua principal cidade

é Puerto Ayora, onde ficam localizados os restaurantes, a rede hoteleira, o comércio, o Centro de Pesquisas da Estação Charles Darwin e o Centro de Criação de Tartarugas Gigantes. Na vila de Santa Rosa moram 400 habitantes que são responsáveis por quase toda a agricultura que abastece a ilha com produção de café, leite, carne, frutas cítricas, mandioca e banana.

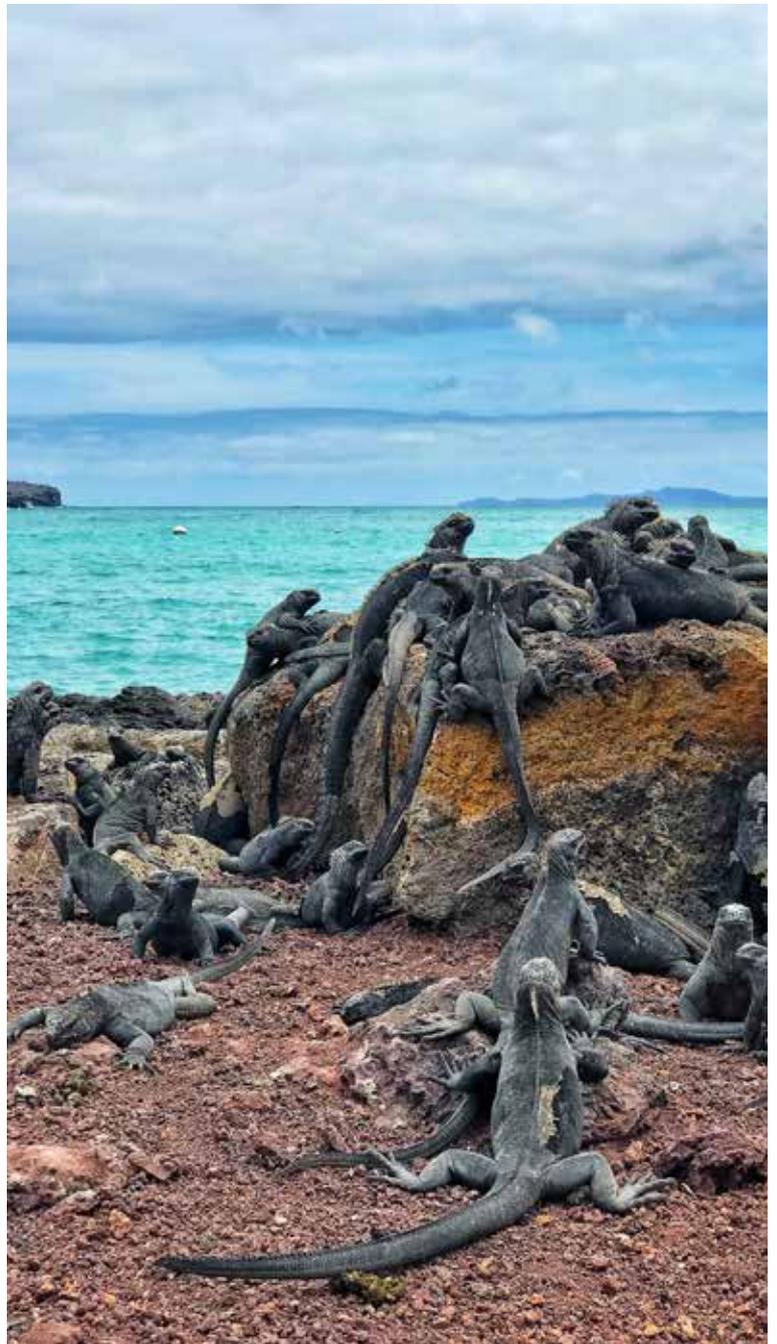
San Cristóbal é a capital administrativa de Galápagos e possui em torno de 7 mil habitantes. Nela estão localizados um dos aeroportos e a Universidade que atende

o arquipélago, a qual recebe estudantes estrangeiros todos os anos.

Isabela: é a maior ilha e possui apenas 300 habitantes. A maioria vive dos serviços do turismo local e vale a pena ficar de 2 a 3 noites hospedado para fazer os passeios nos túneis de lava, conhecer o centro de criação de tartarugas gigantes, fazer um trekking nas trilhas de mata e nos vulcões, além de desfrutar dos pontos de mergulho que saem somente desta ilha.

Floreana: é a sexta maior ilha do arquipélago e foi a primeira a ser habitada





em 1832. Hoje, com cerca de 3000 habitantes, o governo ainda tenta restaurar o meio ambiente modificado pelos humanos, animais e plantas invasoras trazidas pelas embarcações naquela época.

Um dos principais pontos de mergulho é chamado de Devil's Crown, onde é possível encontrar tubarões de diversas espécies, tartarugas, moluscos e cardumes de peixes variados.

#### OS MERGULHOS:

A maioria dos pontos de mergulhos são para mergulhadores avançados, pois ficam abaixo dos 18 metros e exigem experiência, pois podem ter correnteza ou refluxo.

Para quem gosta de imagens subaquáticas, muitas vezes é difícil saber

para onde apontar a câmera porque passam animais diferentes em várias direções e precisamos optar para qual lado vamos filmar ou fotografar.

Devido a convergência das correntes oceânicas, que chegam no arquipélago carregadas de nutrientes, não espere uma visibilidade espetacular. Embora possa chegar nos 30 metros em alguns pontos dependendo das condições, a média será de 10-20 metros.

Para quem não curte água fria, prepare-se! A temperatura média fica entre os 20 graus, mas alguns pontos pegamos correntes de 16-17 graus e no liveaboard, nos pontos de mergulho com iguanas e mola-mola, a água pode chegar aos 13-14 graus.

Em meados de novembro a março, as correntes frias perdem força e a chegada das águas quentes nas ilhas mais ao norte elevam a temperatura dos 20 para confortáveis 24 graus.

A quantidade e diversidade de animais marinhos que podem ser vistos nos mergulhos compensam qualquer batida de queixo pelo frio e a visibilidade que passa longe de ser caribenha porque Galápagos é incrível e todo mundo deveria ir uma vez na vida.

#### OS PASSEIOS:

O melhor de ficar hospedado em terra em Galápagos é que tem muitas opções de passeios para fazer além de ficar submerso. A maioria pode ser feita na volta do mergulho e com baixo custo, preenchendo facilmente

o dia com experiências incríveis. Seguem algumas indicações:

**ILHA BALTRA** – onde fica localizado um dos aeroportos de Galápagos e serve de ponto de abastecimento das embarcações, próximo à base da marinha. É possível desembarcar e desfrutar de uma bela praia quase desértica, habitada apenas por aves, lobos-marinhos e iguanas-terrestres, as quais são maiores que as iguanas-marinhas. O visual paradisíaco rende fotos fantásticas de lembrança.

**TORTUGA BAY** – apenas 45 minutos de caminhada de Puerto Ayora. A praia de areias brancas e água azul-turquesa pode ser acessada por uma trilha de pedras muito charmosa cercada por uma floresta de cactos gigantes.

É possível encontrar tartarugas marinhas, iguanas, fragatas, pelicanos, fazer snorkeling e se estiver cansado para voltar os quase 3km a pé, o táxi-aquático o levará para Puerto Ayora por 10 dólares por pessoa e tem saídas de hora em hora. Próximo ao píer de embarque/ desembarque de passageiros, a lancha não pode atracar e o visitante é obrigado a trocar de barco e pagar mais \$1,00 pelo pequeno trajeto. É um local encantador e vale à pena conhecer.

**HIGHLANDS** – no centro da Ilha de Santa

Cruz estão as Highlands (Terras Altas) que oferecem um contraste exuberante entre as praias e as terras áridas da ilha. Este passeio pode ser feito logo após o retorno do mergulho, pois fica entre o Canal de Itabaca e Puerto Ayora. Os próprios motoristas e guias do traslado podem levar o grupo facilmente.

A primeira parada é em Los Gemêlos, que são duas crateras vulcânicas gigantes cobertas por Scalesias, uma planta endêmica de Galápagos, a qual está ameaçada de extinção, assim como outras espécies, por causa das amoreiras que foram introduzidas nas ilhas e viraram invasoras.

A segunda parada pode ser no Racho El Chato ou no Galápagos Frontier para observar as tartarugas gigantes com mais de 100 anos de idade no seu habitat natural e andar nos túneis de lava vulcânica num passeio guiado por um especialista do parque nacional.

**ESTAÇÃO CIENTÍFICA CHARLES DARWIN** – um complexo de instalações com escritórios e laboratórios de pesquisas, sala de conferência, loja de souvenir e coleção de história natural abertos ao público. O local serve para municiar o Governo do Equador com informações para ações de sustentabilidade e conservação do arquipélago. Distante 20 minutos de caminhada de Puerto Ayora, a

estrada também leva ao Centro de Criação de Tartarugas Gigantes e a Playa de la Estacion, onde é possível observar um amontoado de iguanas marinhas se aquecendo sobre as gramíneas e, com sorte, é possível vê-las se alimentando no mar.

Como lembrança, o visitante poderá levar um registro fotográfico com a estátua de Charles Darwin em tamanho natural e carimbar o passaporte com o símbolo da Estação. Custo do passeio: grátis, mas leve dinheiro (ou cartão) para comprar roupas e lembrancinhas na loja da Fundação. As peças são bonitas, de alta qualidade e você ainda ajudará na verba das pesquisas da ilha.

**CENTRO DE CRIAÇÃO DE TARTARUGAS TERRESTRES FAUSTO LLERENA** – as tartarugas gigantes de Galápagos estão ameaçadas de extinção e por causa do isolamento geográfico, cada ilha possui uma espécie distinta da outra. Para tentar salvar as cascudas, os pesquisadores montaram um centro de criação e reprodução aberto aos visitantes, os quais podem conhecer os berçários de espécies de várias ilhas e, se tiverem sorte, poderão ver os adultos copulando.

Neste centro também fica localizado o corpo taxidermizado do Solitário George, a





mais velha tartaruga gigante da ilha e único exemplar da sua espécie, que acabou sendo extinta por não ter deixado descendentes. Custo do passeio: grátis.

AVENIDA CHARLES DARWIN – a charmosa avenida da orla de Puerto Ayora onde ficam localizados diversos restaurantes, hotéis, bares e as mais variadas lojas de comércio da Ilha. No caminho, você pode se deparar com preguiçosos lobos-marinhos deitados nas calçadas ou bancos de praça, pelicanos e garças no mercado do peixe esperando um agrado dos pescadores e tudo isso rendem ótimas fotos.

Outras dicas de passeios em Santa Cruz: Laguna las Ninfas, Las Gretas e German Beach.

“Day tours” saindo de Santa Cruz para as ilhas: Bartolome, Isabela, North Seymour, Santa Fé e South Plaza – custam em média de \$160 a \$240 dólares por pessoa.

### **PASSEIOS EM ISABELA:**

Em 2018, fizemos apenas um day tour para Isabela saindo de Santa Cruz, mas tinha tanta coisa para ver, que foi super corrido. Este ano ficamos hospedados na ilha e fizemos 3 dias completos de passeios para aproveitar bem as maravilhas da maior ilha do arquipélago.

3 passeios que não podem ficar de fora da lista:

Los Túneles de Cabo Rosa: passeio de 6 horas com saídas às 7:30h e 11h para ver os túneis e pontes de lava vulcânica que são um paraíso marinho e um lugar espetacular para observar a vida marinha e mergulhar nas águas claras, que servem de moradia para tubarões-galha-branca-de-recife, leões-marinhos, tartarugas, cavalos-marinhos, raias, pinguins e atobás-de-patas-azuis. A navegação até lá leva em torno de uma hora

e no caminho é possível ver golfinhos, baleias e mantas. Nosso grupo teve sorte de ver baleia azul na ida para o passeio. Foi incrível.

Tintorerias: Sairemos do cais de Puerto Villamil em direção ao sul para uma curta navegação em direção ao grupo de ilhotas conhecidas como Las Tintorerias. Este local, repleto de grande biodiversidade, abriga os famosos tubarões de ponta branca, leões marinhos, tartarugas, iguanas e muitas outras espécies.

Vulcão Sierra Negra: a aventura inicia cedo com um trajeto de carro até uns 800 metros de altura, depois seguimos caminhando a pé cerca de 8km até chegar no topo do vulcão. Ao todo, são 16 km de trilha ida e volta com parada para comer um lanche no mirante, beber água e descansar. A cratera tem 10 km de diâmetro e o guia vai explicando sobre cada evento de erupção do vulcão e qual caminho a lava percorreu. A

dica é ir com calçado fechado e bem confortável, levar água e lanchinhos além do que é servido no passeio, roupas de frio e calor, pois a temperatura muda de repente podendo fazer muito frio ou muito calor de uma hora para outra. Tem a opção de fazer uma parte da trilha com cavalo, mas achei mais interessante a caminhada para apreciar e parar para fotografar várias vezes no caminho.

## DICAS:

- Obrigatória a apresentação da vacina da febre amarela no embarque.
- Não é permitido levar alimentos perecíveis, plantas e animais de uma ilha a outra.
- Respeite as regras locais quanto à distância mínima para aproximar-se dos animais e não utilize flash para tirar fotos.
- Não alimente nenhum animal da ilha.
- Tenha sempre um protetor solar, água e um casaco frio ou corta-vento em todos os passeios ou caminhadas. A temperatura muda repentinamente durante o dia ou do local que você estará na ilha.
- Leve dólar em espécie. Muitos locais não aceitam cartão de crédito e os que aceitam cobram em torno de 12% a mais.



Há 36 anos iniciava-se a trajetória de uma empresa que viria a ser a escola de mergulho mais premiada do Brasil. Mas temos muito orgulho de assumir que a nossa maior conquista foram os elos de amizade que criamos até aqui.

No próximo ano iniciaremos uma nova etapa. Para continuar oferecendo a melhor experiência de mergulho, tudo novo e tudo ainda melhor! **Mas uma coisa nunca vai mudar: o nosso amor pelo mar.**

**Respire novos ares.**

**Feliz 2023.**



**marAmar**

**MERGULHO**

**maramar.com.br**



# MERGULHO E EXERCÍCIOS FÍSICOS

As duas modalidades de mergulho recreativo mais praticadas no mundo são mergulho livre e mergulho autônomo.

A primeira, também conhecida como mergulho em apneia, ficou famosa com o filme *imensidão azul*, com o apneista Jacques Mayol, já a segunda foi amplamente difundida pelo inventor do Aqualung, Jacques Cousteau, equipamento que permitia ao mergulhador fazer a imersão com um tanque de ar nas costas, respirando pela boca através do regulador, o que aumentou a liberdade e o tempo de fundo, já que não era mais necessário descer com o ar dos pulmões. O Aqualung tornou possível respirar embaixo d'água e explorar o fundo do mar livre de umbilicais, até então utilizados para fazer as imersões que não eram feitas em apneia.

O mergulho livre é um esporte. Inclusive com competições mundialmente reconhecidas e exige treinamento, tanto na água, com técnicas de pernadas, posição de corpo ideais e treinos de tolerância ao CO<sub>2</sub>, e técnicas de braçada conhecidas como Filipinas para os apneistas que mergulham sem nadadeiras e pernadas semelhantes às do nado peito.

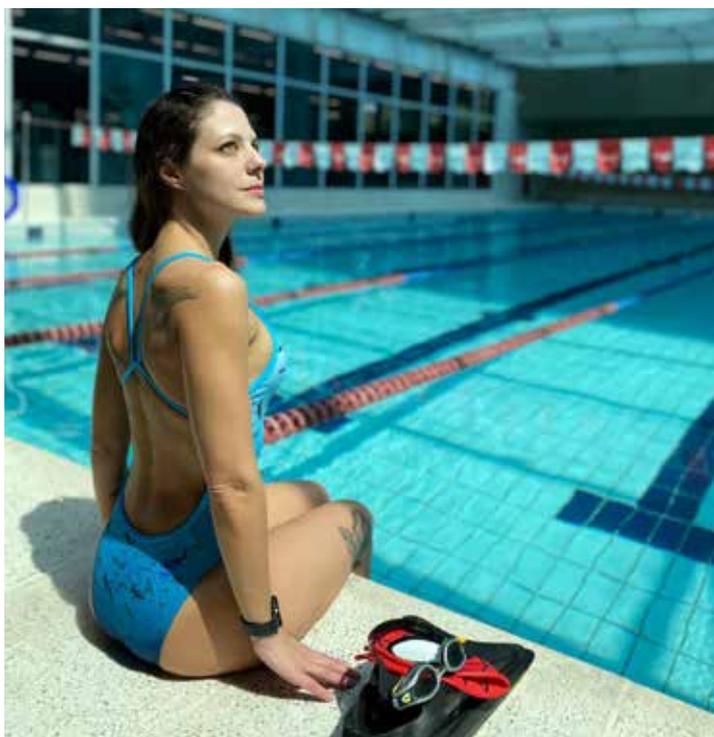
Os atletas que competem ou mergulham por diversão com nadadeiras, treinam as posições de streaming, em que os braços

ficam estendidos e as mãos sobrepostas acima a cabeça, estáticos como se o corpo tivesse uma continuação com os braços, em forma de “fogete”. Existem dois tipos de nadadeiras, Monofins, que consistem em uma só nadadeira que possui um encaixe para ambos os pés próximos e paralelos. O movimento executado com essa nadadeira é a ondulação, ou dolphin kick. O outro tipo de nadadeira se chama bifin, são duas nadadeiras, uma para cada pé, e os mergulhadores utilizam tanto pernadas semelhantes às do nado crawl, como podem realizar dolphin kicks fazendo as ondulações aproximando os pés propositadamente. Para que o mergulho seja seguro e eficiente, tanto profissionais como amadores fazem curso para otimizar pernadas, que devem ser estendidas e com força saindo da extensão dos quadris, e não da flexão de joelhos. Treinam tolerância a CO<sub>2</sub>, e idealmente fazem treino de força, para melhorar a capacidade anaeróbia. Força nas pernas e quadris, estabilidade de tórax, melhorar a força abdominal e de músculos dorsais e evitar câimbra durante as pernadas. Uma boa estratégia de treinamento para apneia também pode ser a execução de treinos de explosão, também conhecidos como tiro, já que os mesmos aumentam a tolerância ao lactato, o que faz

com que tanto o atleta profissional como o amador, consigam suportar tranquilamente a sensação de queimação nos músculos durante o metabolismo anaeróbio (obtenção de energia na ausência de oxigênio, que ocorre através de dois sistemas, o ATP-CP e Glicolítico). Ou seja, inúmeras estratégias e modalidades de treino devem ser associadas aos treinos respiratórios e de elasticidade do tórax que são específicos da modalidade, além dos bloqueios respiratórios. Atletas de ponta bem orientados só atingem a excelência combinando todos os tipos de treino e com boa orientação.

A outra modalidade de mergulho recreativo amplamente difundida, com ar acessível, o scuba dive ou mergulho autônomo, requer um mínimo de condicionamento físico e, para ter um bom consumo de ar, ou seja, para o ar comprimido fornecido pelo cilindro durar tempo suficiente para aproveitar a atividade, contemplar o meio subaquático e seus incríveis habitantes, um bom VO<sub>2</sub> vai permitir ao praticante ficar bastante tempo submerso. Para tanto, exercícios aeróbios, como natação, corrida, caminhada, ciclismo, entre outros, vão permitir uma melhora desse VO<sub>2</sub>.

Certificadoras de mergulho exigem que o futuro mergulhador nade ao menos 200 metros



sem material, ou 300 metros de nadadeiras, máscara e snorkel para poderem participar da parte de águas confinadas do curso básico (a primeira certificação para mergulhar sem um divemaster/instrutor te segurando), o que faz todo sentido, porque no mergulho autônomo você respira durante o mergulho, mas faz pernadas semelhante à pernada usada nas bi-fins na apneia. Com nadadeiras específicas para mergulho autônomo, 2 tipos de pernadas são executadas, as semelhantes a pernada do crawl, mas de forma mais lenta e ampla, já que as nadadeiras são mais longas do que as de natação, mas menos longas que as bi-fins de apneia. E pernadas denominadas frog kicks, que são semelhantes as pernadas do nado peito, mas aonde as coxas só abrem e fecham lentamente, e a maior parte do esforço vem da abertura e fechamento das pernas (abaixo do joelho mais força, coxas se mexem menos que nado peito).

A posição de corpo no mergulho autônomo deve ser sempre hidrodinâmica, ou seja, corpo deitado, paralelo ou fundo e à superfície. Essa posição de corpo se chama trim e é essencial para que haja um consumo bom de ar(baixo), pois a hidrodinâmica irá diminuir o arrasto drasticamente e diminuirá os gastos de energia durante a atividade. Uma posição de corpo hidrodinâmica, ou seja, um trim ideal, irá diminuir as chances de danificar corais e esbarrar em vida marinha, e durante

o mergulho autônomo não se mexe os braços, somente as pernas, tanto para não esbarrar em nada, como para não atrapalhar o movimento com palmateios e nem gastar energia que não irá causar locomoção. O movimento das pernas, assim como apneia, é proveniente de quadris estendidos, e não flexionados, e se assemelha a de um bom paraquedista.

Além do exercício aeróbio para melhora de consumo de ar, é recomendável que o mergulhador faça treino de força, já que o equipamento é pesado e deve ser colocado nas costas com o cilindro acoplado ao colete equilibrador, e com todo equipamento montado antes de entrar na água, o mergulhador irá carregar em média mais de 20kg, seja em entradas de praia como de barco ou lago. Para sair da água, mesmo com o cilindro mais vazio, há um pouco menos de peso, mas o colete e a roupa molhados pesam mais que secos, ou seja, sempre será pesado. É recomendado que se treine força, com pesos mesmo, não o marketing de treino funcional, que nunca foi eficiente como a tradicional musculação com pesos livres e equipamentos com barras, polias e roldanas levantando pesos.

Há um marketing muito grande porque muita gente tem a ideia errônea que vai ficar “grande” por fazer musculação, mas treinos individuais específicos para as habilidades e capacidades de cada indivíduo geram os melhores resultados na musculação, seja em

incremento de força muscular, resistência muscular e hipertrofia, e com uma ingestão calórica sem excessos de energia não há como “crescer”. O indivíduo ganha força sem aumentar muito o volume das fibras e, ainda melhor, troca tecido adiposo por massa muscular, ou seja, aumenta a definição muscular.

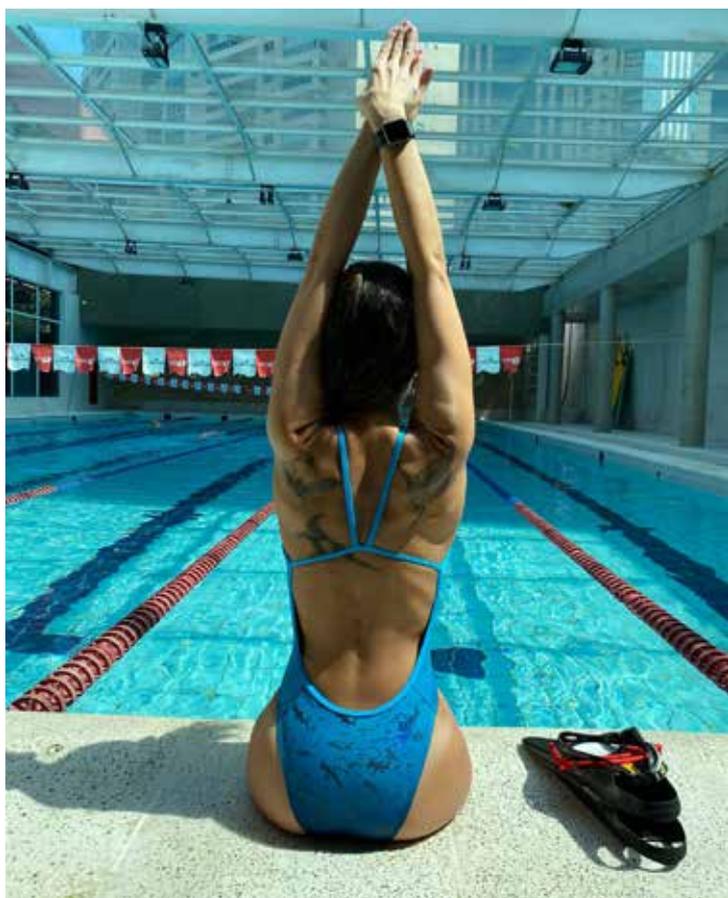
Então esqueçam os elásticos, bosus (que podem ser usados separadamente para quem faz atividades que necessitem melhora de equilíbrio e propriocepção), mas que não vão auxiliar em um ganho efetivo de força muscular, e que não devem ser associados ao uso de pesos.

Bons treinos, um bom preparo físico e um equilíbrio de força muscular no corpo minimiza a chance de câimbras, melhora o consumo de ar no mergulho autônomo, evita dores e lesões ao carregar os equipamentos e faz com que ambas as modalidades de mergulho sejam seguras, prazerosas e possam ser executadas por uma vida toda.

### **Aline Abreu Scolfaro Crema**

Professora de Educação Física  
Especialista em Biomecânica

- Cirurgiã-Dentista
- Instrutora de mergulho



# ATLANTIS

# ENTERPRISE

LIVE ABOARD 75'

PARATY  
ANGRA DOS REIS  
ILHA GRANDE

Saídas  
regulares  
todos os  
finais de  
semana

Foto: Pedro Paulo Cunha



ADRENALINA  
M E R G U L H O



Reservas:

+55 81 99570.3500

info@atlantisdivers.com.br

@atlantisdivers

atlantisdivers.com.br

# CERTIFICADORA INTERNACIONAL SNSI CHEGA AO BRASIL

A SNSI é uma Certificadora moderna totalmente atualizada com mídias, vídeos de todas as aulas práticas, materiais didáticos e certificações digitais em PDF, com o objetivo na valorização do profissional de mergulho e foco em qualidade, com uma didática moderna e uma metodologia de ensino única no mercado.

A SNSI está vinculada ao WRSTC, ao RSTC Europa e as Normas ISO; com todas as qualificações e credenciais de uma grande agência certificadora de mergulho com reconhecimento mundial.

Os profissionais SNSI fazem uma grande diferença em relação a outras agências, a prova disso é a qualidade dos mergulhadores SNSI formados em todos os níveis.

A SNSI Brasil tem como diretor o experiente Josualdo Moura, Coronel do Corpo de Bombeiros Militar de Pernambuco com mais de trinta anos de experiência em atividade como mergulhador e instrutor de mergulho tendo atuado na formação de mergulhadores, profissionais de mergulho e guarda vidas civis e militares. É também

Instrutor Trainer do mergulho recreativo, mergulho técnico e mergulho de segurança pública.

## CONHEÇA UM POUCO DA SNSI

A primeira grande ferramenta de ensino da SNSI é o aplicativo SNSI Media HUB, disponível para Android ou IOS. Um aplicativo gratuito que disponibiliza para o Instrutor todos os vídeos e materiais didáticos de todos os cursos SNSI.

A segunda grande ferramenta de ensino da SNSI é o aplicativo My SNSI! Um App que você baixa gratuitamente contendo: checklist para o mergulho; logbook e o C-Card digital.

Uma super novidade é o "Pay Per Use" SNSI. O Instrutor SNSI ministra qualquer curso sem precisar comprar kit, porque tem acesso a todo material didático. Ao final do Curso ele apenas compra os códigos para certificar os candidatos que concluíram o curso.

A SNSI possui cursos de todas as especialidades presentes no mercado, freediving, mergulho técnico e crossovers para instrutores.

## ENTRE EM CONTATO E FAÇA PARTE DA SNSI

Procura um Instrutor ou Dive Center SNSI  
e agende seu Curso agora:

WhatsApp +55 81 998722370.

[www.scubasnsi.com](http://www.scubasnsi.com) • @snsi\_brasil



SNSI TECHNICAL

ESTENDA SEUS LIMITES



SNSI PROFISSIONAL

TORNAR-SE UM INSTRUTOR



# ALTO MAR

# APRENDA A MERGULHAR!

## NA ALTO MAR ESCOLA DE MERGULHO

Venha conhecer a melhor escola de mergulho de Belo Horizonte, instrutores com certificação internacional e décadas de experiência.

📍 R. Ester de Lima, 369 - Santa Cruz, Belo Horizonte

📱 @altomarescolademergulho ☎️ (31) 2531-5550  
📞 (31) 99103-0053

ACESSE JÁ NOSSO SITE  
E AGENDE SUA AULA



# SAVE THE DATE

4 E 5 DE AGOSTO  
DE 2023

5a. Edição do  
SCUBA DIVING SHOW BRASIL®

**SCUBA**  **DIVING**  
**SHOW** **BRASIL**

SCUBADIVINGSHOWBRASIL.COM



# O MERGULHO E A FOTOGRAFIA SUBMARINA EM ARRAIAL DO CABO

Texto e fotos: Phillip Rocha

O local no Estado do Rio de Janeiro que pode proporcionar boas experiências no mundo do mergulho e da fotografia submarina, sendo possível se surpreender com a beleza existente é o mar de Arraial do Cabo.

Uma península no Oceano Atlântico que abriga vida marinha em abundância. A região é rodeada por montanhas muito verdes e areias brancas, um cenário que cria um contraste perfeito com os tons de azul do mar.

As águas de Arraial do Cabo são muito ricas em nutrientes decorrentes do fenômeno da ressurgência. O local conta com uma grande biodiversidade atraindo diversas espécies marinhas, de ambientes tropicais e subtropicais. Uma fauna e flora encantadora, que alimenta o desejo de registrar aquele momento.

Tem mergulho para todos os níveis, do iniciante ao avançado. Lugar certo na região para se profissionalizar e ser capaz de conduzir bons mergulhos, formando novos

mergulhadores e ter boas oportunidades para se desenvolver no mundo da fotografia submarina, aperfeiçoando as técnicas de configuração do equipamento.

A região conta com muitos pontos de mergulho próximos do continente, com tempo médio de navegação de 15 a 20 minutos. Os mais comumente visitados por serem mais abrigados, são aqueles no mar de dentro. Cada ponto exibe sua característica: a enseada do Cardeiro é um ponto interessante, pois lá tem como destaque lindas colônias de coral-mole (alcyonacea), uma espécie exótica invasora. A Ilha de Porcos e a Ilha do Farol, tem perfis bem diferentes onde é possível explorar a composição das formações rochosas de cada local. O lugar proporciona ainda realizar mergulhos mais avançados, principalmente nos pontos do chamado mar de fora da península, como é o caso da famosa Gruta Azul e a Gruta da Camarinha, localizado na Ilha do Cabo Frio, que também é

conhecida como Ilha do Farol. O mergulho na gruta proporciona emoção garantida para os mais experientes.

A temperatura média da água fica em torno de 21°C, porém varia bastante dependendo das correntes marinhas recebidas. Fator esse que assusta muitos mergulhadores que não toleram o frio, sendo necessário o uso de roupas de mergulho com proteção térmica adequada, com uma boa vedação tipo as roupas semi secas para um maior conforto.

A visibilidade da água varia bastante dependendo das correntes marinhas que o local recebe. É possível se surpreender pois a mudança de visibilidade é constante. Essa característica chama a atenção dos mergulhadores e obriga os fotógrafos submarinos a se adequarem as adversas condições que a água pode apresentar.

Seguir uma carreira profissional com uma base sólida adquirida com as oportunidades que o local oferece, viabiliza conhecer novos





pontos de mergulho pelo mundo a fora.

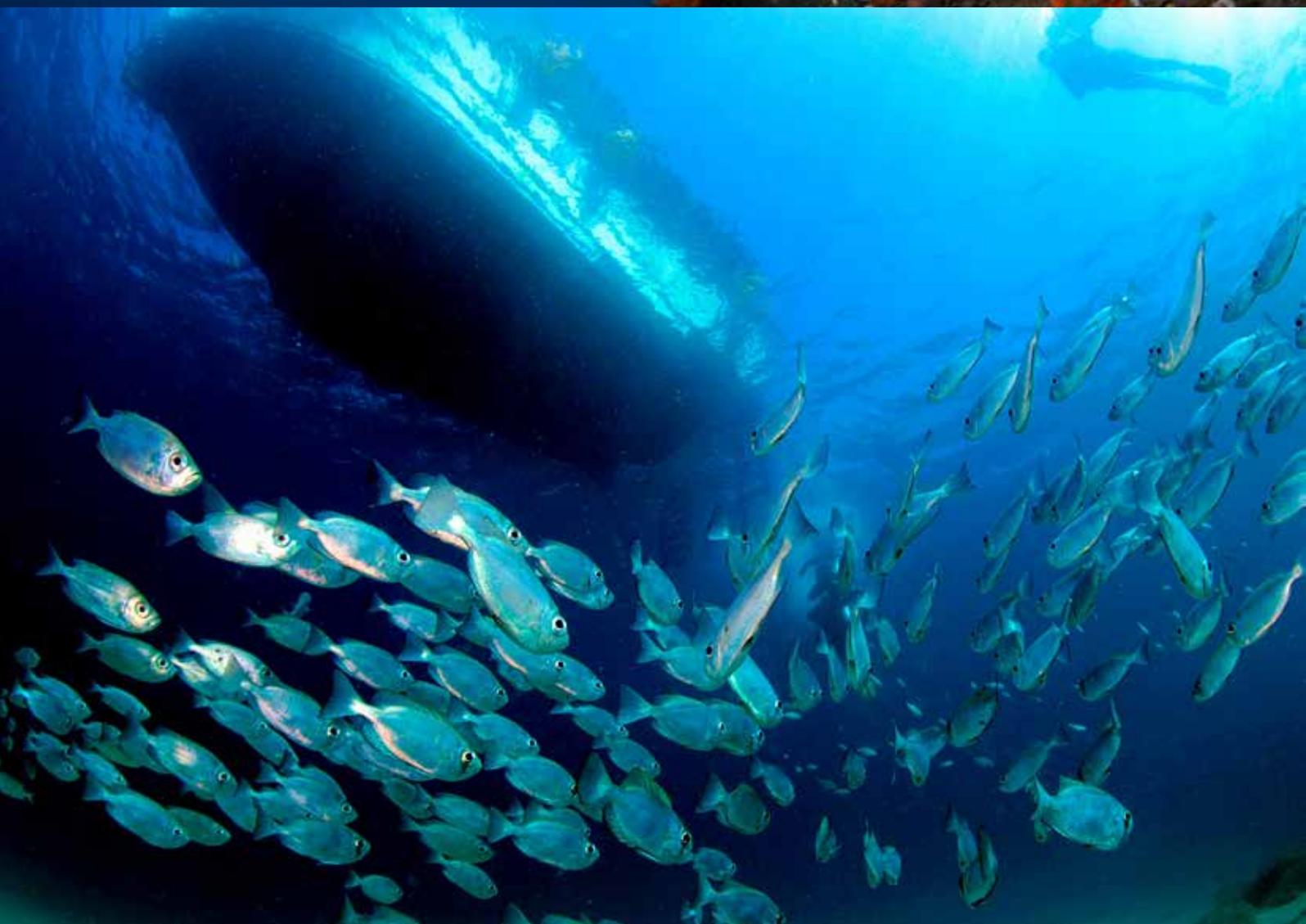
O mergulho é aquela atividade encantadora, que sem dúvida muda a vida de uma pessoa para sempre. As pessoas que praticam como lazer (hobby) ou profissão tem a garantia de se surpreender cada vez

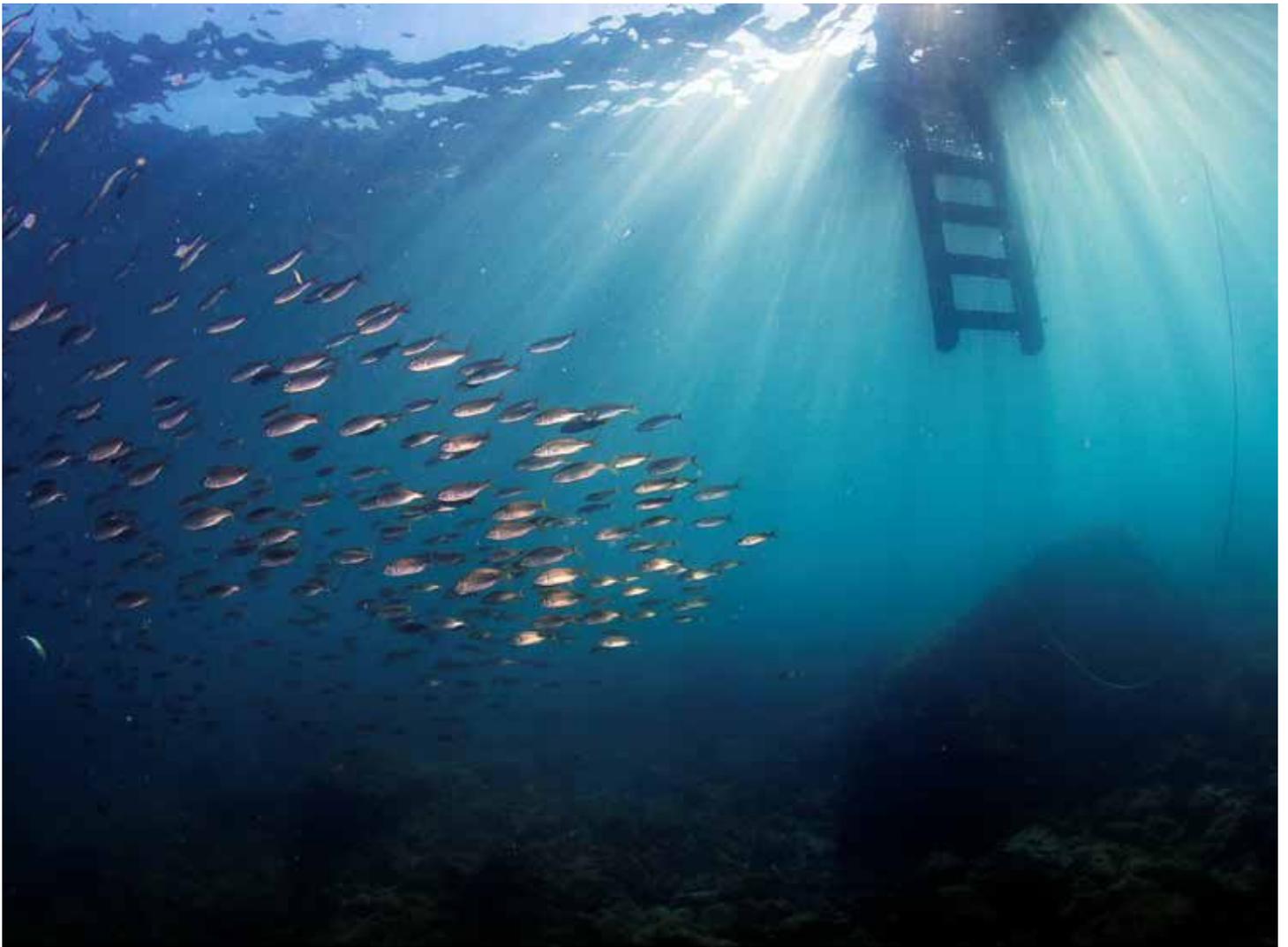
mais, explorando novos pontos de mergulho e observando o encanto presente em cada detalhe.

Tenho Arraial do Cabo como uma escola de mergulho e a fotografia submarina fez parte desse processo. Aliar as atividades

foi uma combinação perfeita para propagar de forma única aquele momento vivido. Um prato cheio para eternizar documentando ou mesmo embelezando a realidade. A busca por composições naturais se torna uma missão que motiva e alimenta o desejo de progredir







nessa profissão.

Arraial do Cabo é o lugar no Estado Rio de Janeiro onde é possível iniciar e aprimorar as técnicas da fotografia submarina. O local conta com uma biodiversidade surpreendente, sendo possível se deparar com espécies marinhas de diversos tipos e garantir um registro interessante. Durante o tempo que passei mergulhando na região tive a oportunidade de ver bastante vida marinha. Muitos Corais, grandes cardumes de peixes, muitas tartarugas, raias e até tive a chance de mergulhar perto de uma orca.

Uma ótima chance para se desenvolver na produção de imagens aquáticas, pois a região é rodeada de lindas praias e algumas delas com boas ondas para a prática do surf e outros esportes aquáticos. A motivação ideal a qual me levou a expandir para as fotos de surf, o esporte que sou apaixonado. Registrar lindas ondas e aquele momento emocionante da galera surfando é adrenalina certa.

O estilo de vida para quem busca viver no mar tendo como fonte de renda a atividade que é um lazer. A região favorece muito e proporciona essa versatilidade na captação de imagem, sendo assim um ótimo lugar para ganhar a experiência necessária no mundo do mergulho.



**Aprenda com  
o maior fenômeno  
esportivo do Brasil**

**Karol  
Meyer**

## **Karol Meyer**

8 Recordes Mundiais

Recordista Guinness Book

18'32"

-121m de profundidade

Premio AIDA e SUUNTO

Awards de Melhor Instrutora  
Internacional

- **Curso Fôlego - online**
- Cursos PADI Freediver (Mergulho em apneia)
- Cursos PADI Mermaid (Sereias)
- Curso de Primeiros Socorros
- Cursos AIDA Freediving
- Treinamentos à Distância
- Palestras Motivacionais
- Vitrine Karol Meyer & Cressi com os melhores equipamentos

Informações:

[karolinemeyer@gmail.com](mailto:karolinemeyer@gmail.com)

  [@karolmeyeroficial](https://www.instagram.com/karolmeyeroficial)

 [karolmeyer.com.br](http://karolmeyer.com.br)

 (48) 999602533





# OS OCEANOS, SEUS HABITANTES E NOSSA RELAÇÃO NESSE MEIO

Texto e fotos Luiz Fellipe Dias

Todos nós temos aquele ponto de mergulho que nos traz a sensação de estarmos explorando o desconhecido ou até mesmo o ignorado. De encontrarmos a natureza mais prístina que este planeta pode nos apresentar. De termos o privilégio de estar em um número escasso de pessoas que poderá ter esse vislumbre ao menos uma vez em nossa existência.

Locais assim, de certa maneira se apresentam para mim como uma espécie de santuário. Seja pela paz interior que sentimos ao imergir, pela conexão com cada habitante da dimensão alagada, ou simplesmente pela admiração pelas formas e cores que

estruturam este abrigo espiritual. E sempre me vêm os mesmos questionamentos, seja durante ou após a imersão: “Quais os impactos que minha presença trouxe para o local?”. Esta interrogação é feita tendo em mente tanto os aspectos positivos quanto os negativos de simplesmente me apresentar fisicamente neste espaço.

Os impactos negativos do mergulho vêm sendo estudados, a décadas, com maior ênfase após 1990 (após a maior popularização da atividade pelo mundo). Em geral, avaliando impactos como o despejo de resíduos provenientes de embarcações e o toque de mergulhadores no ambiente e

seus organismos. É consenso entre a maior parcela dos estudos que os contatos físicos entre mergulhadores e o ambiente se dá principalmente através das nadadeiras e não são internacionais. Partindo deste ponto, quanto melhor for nossa consciência respiratória, fluotabilidade, domínio e consciência corporal, menor será nosso impacto causado sobre o meio ambiente.

Outra vertente estudada, diz respeito aos impactos positivos da atividade sobre o meio ambiente e seu auxílio no manejo e manutenção de Unidades de Conservação (UC). Estudos e experimentos neste âmbito são realizados ao redor do globo, com





a finalidade de encontrarmos a melhor maneira de coexistir com o mundo em que vivemos, e quem sabe até nos convencer sobre o famoso mito moderno da natureza intocada. De qualquer maneira, a instrução que nos fica é: “Podemos sim, agir como fiscais do meio ambiente.” Seja como em casos no sudeste asiático, Europa, nas Américas e também no Brasil, o mergulho recreativo se apresenta como uma ótima ferramenta de gestão ambiental.

Por exemplo, sempre foi comum (infelizmente) me deparar com embarcações pescando ilegalmente, seja no Parque Nacional Marinho (PARNAMAR) de Currais, no PR, na Reserva Ambiental (REBIO) do Arvoredo em SC, na região da Ilha Anchieta e adjacentes em SP e até mesmo em Fernando de Noronha (PE). Em todos os casos, em conjunto com turistas, ou parceiros de trabalho, coletamos imagens onde apareciam

o nome e número das embarcações, sempre que possível com os tripulantes da pesca ilegal bem identificados nas imagens. Após feitas as imagens, é feito contato com as autoridades competentes para que sejam tomadas as medidas necessárias. Além disso, não há muito o que estamos autorizados a fazer, e nos resta acreditar no mecanismo de gestão, que cuidam desses templos sagrados da natureza.



O objetivo aqui, não é simplesmente contar um caso e pedir opiniões. A ideia é abrir os olhos, para quais lugares, demandam nossa atenção e que geram esta forma de identificação e conexão com o mundo. Após identificados, seria indispensável a curiosidade e o carinho de aprender mais sobre o próprio local geográfico como também sobre todos seus habitantes e seres visitantes.

A pergunta que fica é: o que você leitor, tem causado de impacto negativo e como tem auxiliado os lugares e seres que compõem os seus pontos de mergulho e redutos da natureza subaquática?

Faço essa provocação e incitação, acreditando na linha de pensamento de Martin Heidegger, que diz não haver como compreender os modos de existir de um ser sem levar em consideração suas relações com os espaços onde habita, com os seres que interage e os lugares que para ele são significativos, e inclusive, o modo como este ser se coloca e apresenta perante os diferentes espaços e seres.



# Saia da Rotina!

Mergulhe e descubra essa maravilha!

## Cursos de Mergulho do nível Básico ao Instrutor

### Para quem é o mergulho?

Para quem quer sair da rotina e maravilhar-se com essa beleza única que o mundo nos proporciona.



Para quem quer conhecer pessoas e trocar experiências de mergulho e de vida. Inclusive, os nossos profissionais possuem muitas histórias interessantes para compartilhar.

Para quem quer uma atividade descontraída, segura, relaxante e saudável.



Para quem quer aliviar a tensão ficando longe de trânsito e toda a poluição sonora da cidade, ter a sensação de paz.



Rua: Quinze de Agosto - nº77, S.B.C - SP  
Tel.: (11) 4339-7390 | (11) 4930-1002  
WhatsApp: (11) 91087-7390  
[contato@scubalab.com.br](mailto:contato@scubalab.com.br)



**SCUBALAB**  
MERGULHO





# BONITO, UM DESTINO INDISPENSÁVEL

Texto e fotos lago Bernardo

Bonito é um município localizado no Mato Grosso do Sul a 300 km da capital Campo Grande. É conhecido por seus rios e cavernas de águas cristalinas. A cristalinidade da água está diretamente ligada ao calcário e magnésio presente no solo, o que ajuda na decantação da segmentação da água.

## PRINCIPAIS ATRAÇÕES

### RIO FORMOSO

O rio Formoso é um dos principais e mais importantes rios que banham Bonito, passa por vários atrativos da região, atendendo desde batismo a mergulhadores certificados. O perfil no local é um vai e vem com cabeamento no fundo, tendo uma vegetação próximo as margens. As espécies mais comuns de serem avistadas são: lambaris, Piraputangas

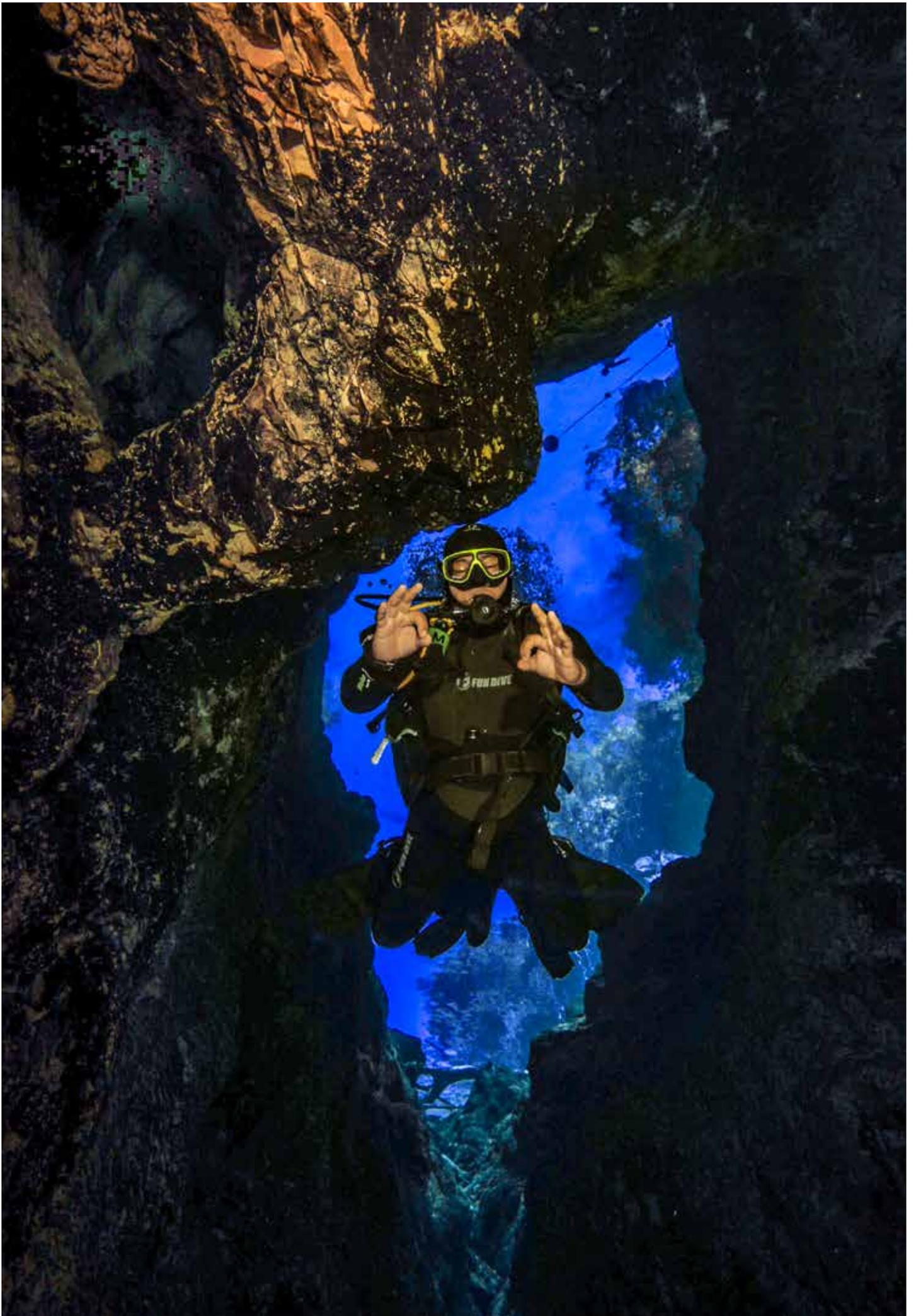
e Cascudos. Profundidade média de 5 metros.

### LAGOA MISTERIOSA

A Lagoa misteriosa fica localizada em uma fazenda próximo a Jardim, município vizinho de Bonito. É a sétima caverna de maior profundidade no Brasil. Em vertical dividido em dois dutos conectados aos 60 metros, a Lagoa Misteriosa recebe esse nome devido a sua profundidade ser desconhecida. Em 1998, houve o mergulho de maior profundidade já registrado, realizado por Gilberto Menezes de Oliveira, que chegou aos 220 metros, sendo 17 minutos de descida e mais de oito horas de descompressão.

A lagoa atende a todos os níveis de mergulho, desde o batismo ao mergulho TEK, e dividida em duas temporadas:





Temporada de água azul - de meados de abril a setembro tendo uma visibilidade indescritível.

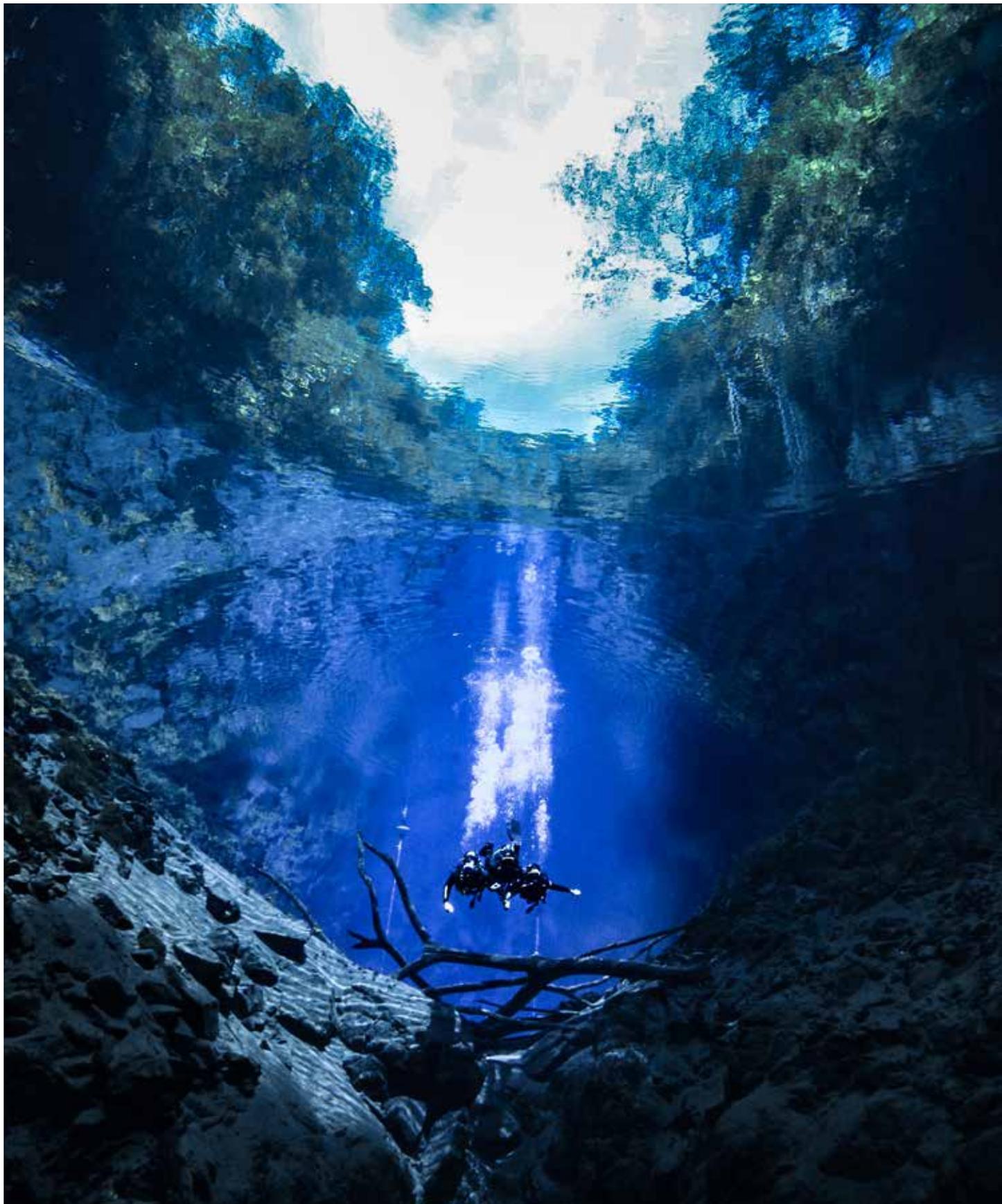
Temporada de água verde - de meados de outubro a maio, onde há uma proliferação de microalgas que estão presentes desde a superfície da lagoa até os 17 metros de profundidade. As únicas modalidades operantes nessa temporada são mergulho

avançado (30m) e mergulho Tek (60m) travessia dos dutos. As espécies mais comuns no local são: Lambaris e Mussum

### **RIO DA PRATA**

Fica localizado na fazenda ao lado da Lagoa Misteriosa, então o ideal é conjugar os dois mergulhos. É um “drift dive” com vários obstáculos, troncos, árvores caídas e uma

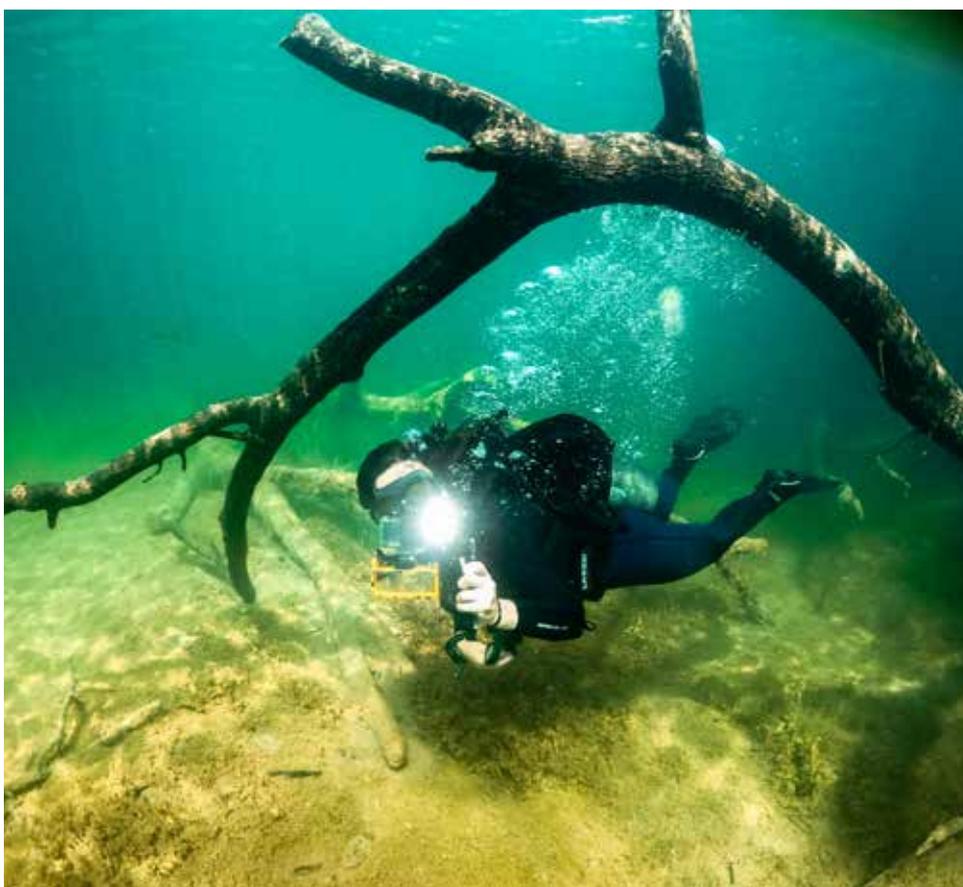
vegetação presente no fundo em algumas partes do percurso que transformam esse mergulho ideal para mergulhadores recém credenciados para ajustar a flutuabilidade e batida de pernas. Espécies presentes: Lambaris, Piraputangas, Curimbas, Cascudos, Joaninhas, entre outros. Profundidade máxima de 7 metros e atende desde o batismo a mergulhadores credenciados.





## ABISMO ANHUMAS

O Abismo fica localizado a 21km de Bonito em uma fazenda próximo a Gruta do Lago Azul, cartão postal da região. O abismo é uma das cavernas mais bonitas e conhecidas da região. Foi descoberto durante um incêndio na década de 70 e a única forma de acesso ao local era em um sistema de vertical sendo 72m de descida até ao lago onde há uma floresta de cones. Atualmente esse sistema está todo automatizado, melhorando e facilitando o acesso e experiência de seus visitantes. O diferencial do local são suas formações rochosas, estalagmites e estalactites. Um ponto que atende desde batismo a credenciados, a caverna tem 80 metros, mas independentemente do nível de credenciamento, o perfil de mergulho realizado no local é de 18 metros onde há um esqueleto de um Tamanduá Bandeira que caiu dentro da caverna.



JARDINES DE LA REINA  
**BAHAMAS**  
**CUBA**  
KEY LARGO FIJI  
**COZUMEL**  
**BONAIRE**  
**KEY WEST**  
TRUK LAGOON  
**CURACAO**  
BAJA CALIFORNIA  
**TAILANDIA**  
TOBAGO  
TURKS AND CAICOS  
**HAVAI RECIFE**  
**WAKATOBI**  
**LOS ROQUES**  
ARUBA BARBADOS  
SAN ANDRÉS  
**ROATAN**  
FERNANDO DE NORONHA  
PROVIDENCIA  
REPUBLICA DOMINICANA  
**TAHITI**  
GALAPAGOS  
REVILLAGIGEDO  
**AUSTRALIA**  
BELIZE MALDIVAS  
GUARAPARI  
SALVADOR ABROLHOS  
MAR VERMELHO  
GRAND CAYMAN



**AZUL PROFUNDO**  
mergulhe nessa viagem !!!

[www.azulprofundo.tur.br](http://www.azulprofundo.tur.br)

# SALVADOR - BAHIA

## JÓIA ESQUECIDA DO MERGULHO NACIONAL

Salvador é conhecida pela sua cultura e história. Primeira capital do Brasil, é frequentemente visitada por turistas brasileiros

e estrangeiros que buscam conhecer seus belos prédios históricos, música e belezas naturais.



O que poucos conhecem são suas qualidades quase únicas para o mergulho autônomo. Alguns mergulhadores, inclusive, consideram este o melhor ponto de mergulho costeiro do Brasil, a exceção dos mergulhos oceânicos, pretensão? Pelas qualidades que possui, na minha humilde opinião, estão certos. Em que outro local é possível mergulhar em uma grande área estuarina, dentro da maior baía do Brasil e segunda maior do mundo, com suas águas claras e na área do litoral com maior biodiversidade e em um grande berçário da vida marinha?

Mas sei que é um “título” polêmico, que outros lugares também podem fazer jus, pois a costa brasileira é maravilhosa. Salvador tem apenas qualidades? Claro que não! E exatamente por isso tem sido frequentemente subavaliada. Mergulhadores chegam, mergulham e acabam não conhecendo o verdadeiro potencial e qualidades, saindo com uma impressão errada.

E por que essa subavaliação tem acontecido? Essa pergunta muitos se fazem, mas as conclusões variam de acordo com a vivência de cada mergulhador. Então vejam

algumas experiências e imagens capturadas em aproximadamente quatro anos de mergulho frequente, e cheguem as suas próprias conclusões. Mas uma coisa acredito que todos vamos concordar, é muito divertido mergulhar em Salvador.

Quando o saudoso naufrágio Cavo Artemidis ainda estava mergulhável, antes de ser quase totalmente assoreado e coberto de areia pelo banco de Santo Antônio, próximo à entrada da Baía de Todos os Santos (BTS), muitos mergulhadores vinham para desfrutar desse naufrágio que era único no Brasil,



tanto pelo tamanho e imponência, quanto pela riqueza de biodiversidade que abrigava. Quando o Cavo Artemidis desapareceu, junto com ele praticamente desapareceram os mergulhadores de fora.

Mas excelentes notícias para o mundo do mergulho vieram no dia 21 de novembro de 2020 com o afundamento controlado do Ferry Boat Agenor Gordilho e do rebocador oceânico Vega. Novamente Salvador chamou a atenção da comunidade de mergulho brasileira. Agora, após dois anos, a vida marinha tomou conta dos naufrágios.

Ferry Boat Agenor Gordilho no dia seguinte ao afundamento, durante o mergulho de inspeção:



## MERGULHO NO REBOCADOR OCEÂNICO VEGA NO DIA SEGUINTE AO AFUNDAMENTO.



*Doroth Cordeiro bióloga marinha, Dive Master e mergulhadora tech no porão de máquinas do Vega.*



*Interior do Vega, Ricardo Villegas Chango, instrutor tech saindo do porão de máquinas e entrando no porão de proa.*



Deck de passageiros após quase um ano. Agenor Gordilho Outubro de 2021.



Tentando fotografar um grupo, mas os "moradores" quiseram aparecer na foto.



Penetração tech avançada, banheiro da tripulação. Agenor Gordilho março de 2022.



Escala para o deck de passageiros. Agenor Gordilho março de 2022.

Comemorando dois anos do afundamento, tive o prazer de guiar e fotografar o mergulhador e instrutor Steve Tucci, da "Scuba Steve's Adventures" Flórida

EUA, numa penetração com luz natural e adequada a um mergulhador recreativo experiente com excelente controle de flutuabilidade.



Steve Tucci da Flórida EUA conhecendo o interior do Agenor Gordilho na comemoração dos dois anos do afundamento. Agenor Gordilho novembro de 2022.

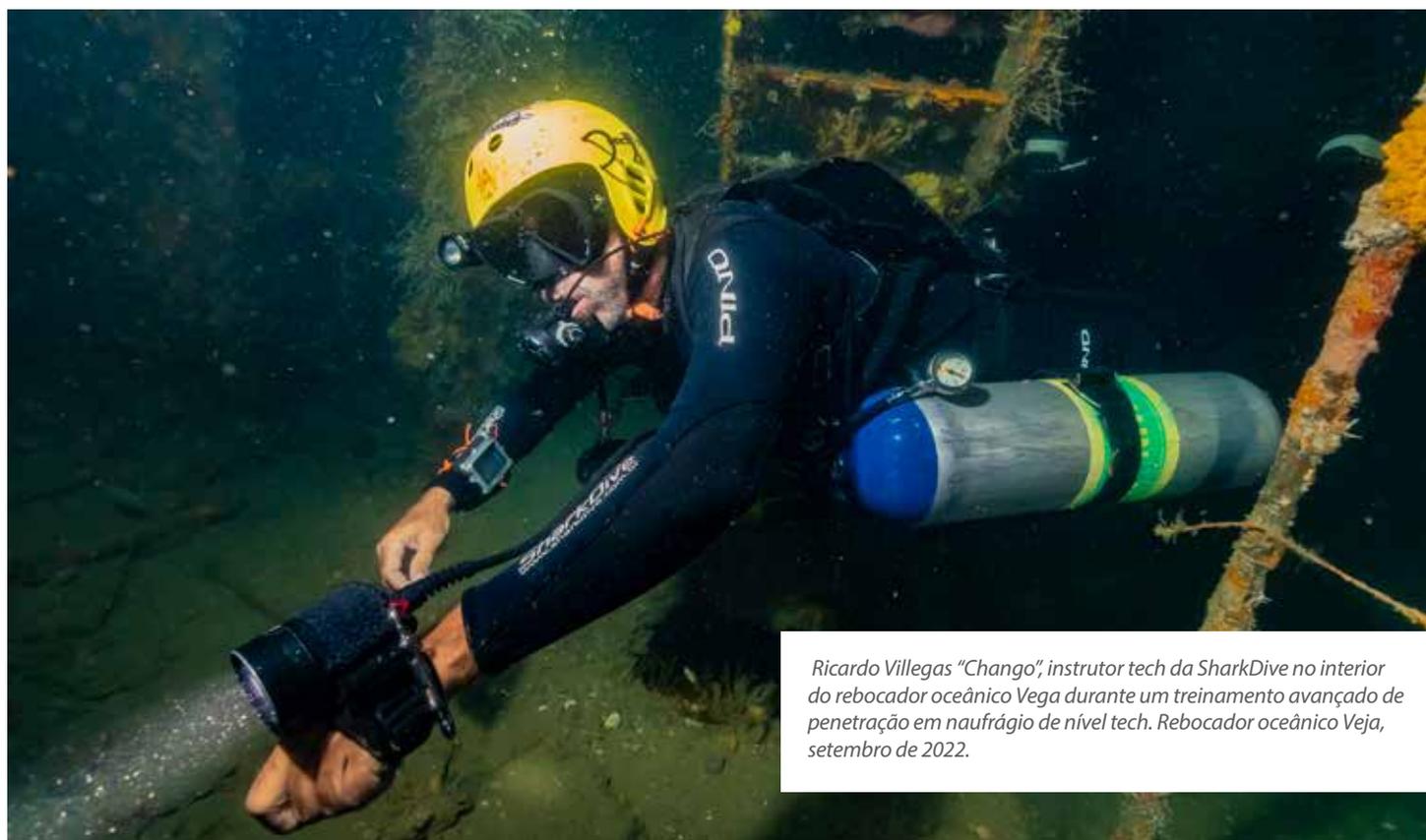
Steve Tucci da Flórida EUA chegando no deck de passageiros. Agenor Gordilho novembro de 2022.



Esses dois navios foram cuidadosamente preparados para o mergulho, com a liderança de Igor Carneiro, sócio proprietário da Sharkdive, e depois de mais de cinco anos de trabalho e investimento, a comunidade de mergulho tem disponível

dois naufrágios que possibilitam mergulhos que vão do nível recreativo avançado até o técnico de penetração. E se constituem na melhor “sala de aula” para o treinamento de mergulhadores em naufrágio. Estão em local próximo e abrigado da Baía de

Todos os Santos e possibilitam acesso em quase todos os 365 dias do ano. Somente ficam inacessíveis quando entra uma tempestade de vento sul, o que ocorre mais no inverno e mesmo assim com frequência pequena.



Ricardo Villegas “Chango”, instrutor tech da SharkDive no interior do rebocador oceânico Vega durante um treinamento avançado de penetração em naufrágio de nível tech. Rebocador oceânico Vega, setembro de 2022.

O que tem surpreendido muitos visitantes que vem conhecer esses dois navios, é que Salvador tem muito mais a oferecer. Pense em qualquer tipo de mergulho, qualquer mesmo, e você encontra aqui. Do mergulho raso para iniciantes ao técnico profundo. Sempre repleto de vida marinha.

Prefere mergulhar em água azul oceânica? Basta sair da Baía de Todos os Santos (BTS) que existem pontos incríveis a serem visitados. Está disposto a enfrentar uma navegação oceânica mais longa e não enjoa fácil numa embarcação, vai descobrir locais de beleza e história surpreendentes. Saindo

da BTS, três pontos se destacam como os mais visitados: o Galeão Santíssimo Sacramento, O galeão Utrecht e os “Cascos”. Mas existem muitos outros locais e possibilidades únicas de mergulhos de grande profundidade. Salvador é o ponto geográfico mais próximo do final da plataforma continental. Com apenas 6 a 8 milhas náuticas se chega a grandes profundidades. Aos mergulhadores de rebreather que queiram visitar locais com mais de 100 metros de profundidade, recomendo que visitem a página do YouTube de Lázló Mocsári: <https://www.youtube.com/channel/UCzXv5gqvB6jTiRcUtGccePA> . Ele

é um maravilhoso videógrafo subaquático. Vai encontrar as experiências de um dos mergulhadores mais icônicos do Brasil quando se fala em rebreather. Eu tive o prazer de participar como mergulhador de segurança neste mergulho: <https://www.youtube.com/watch?v=4YH3v6NF3NY> . Aprendemos muito ao mergulhar com esses indivíduos que desbravam os limites do mergulho técnico mantendo sempre a segurança em primeiro lugar, e vemos como nosso esporte é incrível!

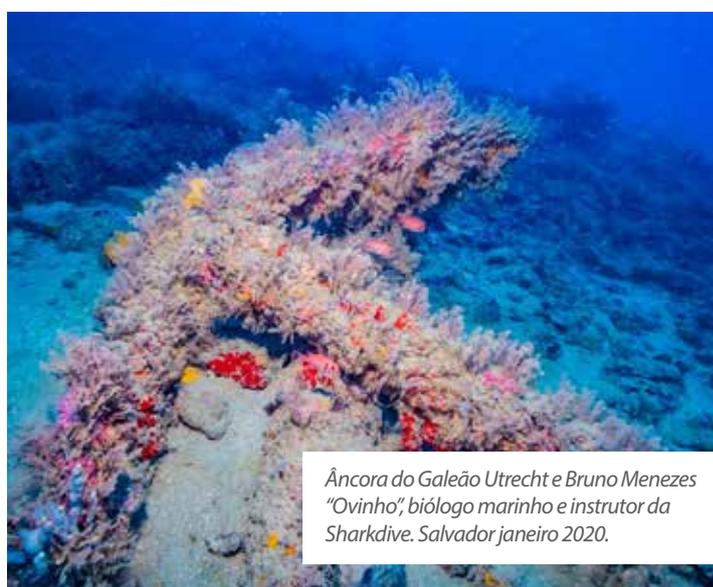
O Galeão Sacramento é um local muito próximo da saída da baía de Todos os Santos, e já encontramos água azul oceânica.



*Ricardo Villegas “Chango” e uma moréia verde no naufrágio histórico Galeão Sacramento naufragado em 1668 no baixo do Rio Vermelho. Salvador novembro de 2022.*



*Canhões do Galeão Sacramento 1668. Salvador Novembro de 2022.*



*Âncora do Galeão Utrecht e Bruno Menezes “Ovinho”, biólogo marinho e instrutor da Sharkdive. Salvador janeiro 2020.*



Cardume de “olho de vidro” “mariquita” ou “fogueira” sobre as pedras de lastro do Galeão Sacramento 1668. Os nomes populares variam de região a região para o peixe “myripristis jacobus”. Salvador novembro de 2022.

O Galeão Utrecht e o ponto “Cascos” são próximos. Normalmente as operadoras de

mergulho programam a visita aos dois pontos numa mesma saída, pois estes locais são os mais distantes, demorando aproximadamente 1 hora em meia de navegação.

O Galeão Holandês Utrecht, naufragado em 1648, em uma guerra travada entre os portugueses no Brasil colônia e os holandeses.

Esses naufrágios históricos são uma viagem no tempo, onde nós mergulhadores podemos presenciar as marcas que nossos antepassados nos deixaram. Pesquise antes de visitar esses sítios arqueológicos, sua visita vai aumentar muito em interesse e valor.



Âncora do Galeão Utrecht e Bruno Menezes “Ovinho”, biólogo marinho e instrutor da Sharkdive. Salvador janeiro 2020



Galeão Utrecht 1648. Salvador janeiro 2020.

# VERÃO 2023

*Premium*



Máscara  
**Spectra**

Máscara  
**Zoom**



**Nadadeira**  
Seawing Supernova

**Respiradores**



**M** Modular  
**F** Fin  
**S** System



**Spectra Dry**

**Spectra**

**Escape**



De acordo com relatos, o afundamento se deu por explosão do paiol de munições, espalhando os canhões como se fossem um jogo de “pega varetas”. Galeão Utrecht 1648. Salvador janeiro de 2020.

Os Cascos, parecem pequenos “chapeirões” em formação, mal comparando com Abrolhos. Essa formação coralínea parece um jardim de labirinto francês, onde se pode nadar entre as formações que partem de uma profundidade de 20 metros aproximadamente, alcançando os 18 – 15 metros.

Formação coralínea com aspecto de pequenos “chapeirões” no ponto “Cascos”. Salvador janeiro 2020.



Grupo de mergulhadores nos Cascos liderados por Bruno Menezes “Ovinho” em operação da Sharkdive. Salvador janeiro 2020.



Cardumes de várias espécies são frequentes no Blackadder. Salvador setembro de 2021.

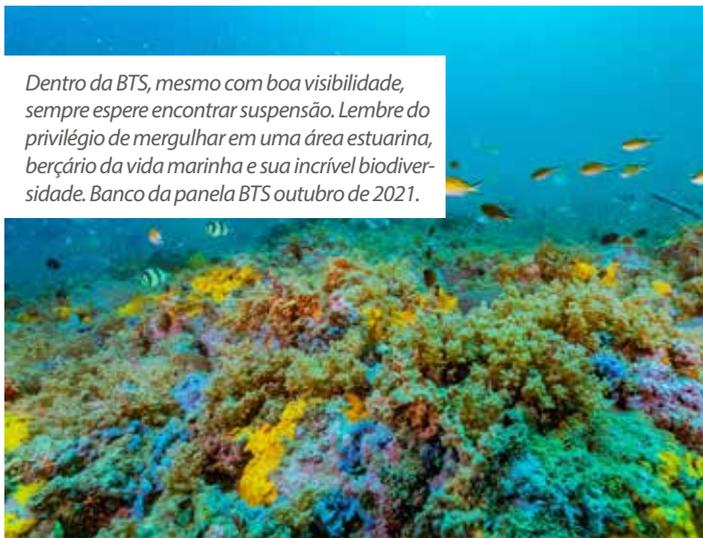
Nos mergulhos rasos dentro da BTS, a variedade de vida bentônica, aquela aderida ao substrato marinho, apresenta cores e formas somente encontradas aqui. Corais, esponjas, algas, e pequenos peixes coloridos fazem a festa do mergulhador atento e um paraíso para macro fotografia subaquática. E sempre leve sua lanterna nos mergulhos, mesmo os rasos. Vai desfrutar de cores que não aparecem sem uma iluminação

próxima, pois a água filtra a luz e remove as cores, lembra daquelas lições no nosso curso de “open water diver” e “advanced”? Acredite e leve sua lanterna. Essa talvez seja uma razão do mergulho noturno ser tão maravilhoso, ao exigir o uso da lanterna, tudo fica muito mais colorido!

No “Banco da Panela” lindos mergulhos de correnteza, “drift” podem ser feitos. Dependendo das condições de cada dia, a rota pode modificar um pouco trazendo belas surpresas.



*Banco da Panela, vemos as “pirâmides” estrutura de poitas colocadas durante a Segunda Guerra Mundial para proteção contra submarinos alemães. BTS julho 2021.*



*Dentro da BTS, mesmo com boa visibilidade, sempre espere encontrar suspensão. Lembre do privilégio de mergulhar em uma área estuarina, berçário da vida marinha e sua incrível biodiversidade. Banco da panela BTS outubro de 2021.*



*Esse enorme cardume de “enxadas” ou “parus-brancos”, nos surpreendeu durante um “drift” no Banco da Panela. BTS dezembro de 2018.*

**Aprenda com  
o maior fenômeno  
esportivo do Brasil**

**Karol  
Meyer**

## **Karol Meyer**

8 Recordes Mundiais  
Recordista Guinness Book 18'32"  
-121m de profundidade  
Premio AIDA e SUUNTO Awards  
de Melhor Instrutora  
Internacional

### **● Curso Fôlego - online**

- Cursos PADI Freediver (Mergulho em apneia)
- Cursos PADI Mermaid (Sereias)
- Curso de Primeiros Socorros
- Cursos AIDA Freediving
- Treinamentos à Distância
- Palestras Motivacionais
- Vitrine Karol Meyer & Cressi com os melhores equipamentos

Informações:  
karolinemeyer@gmail.com

  @karolmeyeroficial

 karolmeyer.com.br

 (48) 999602533

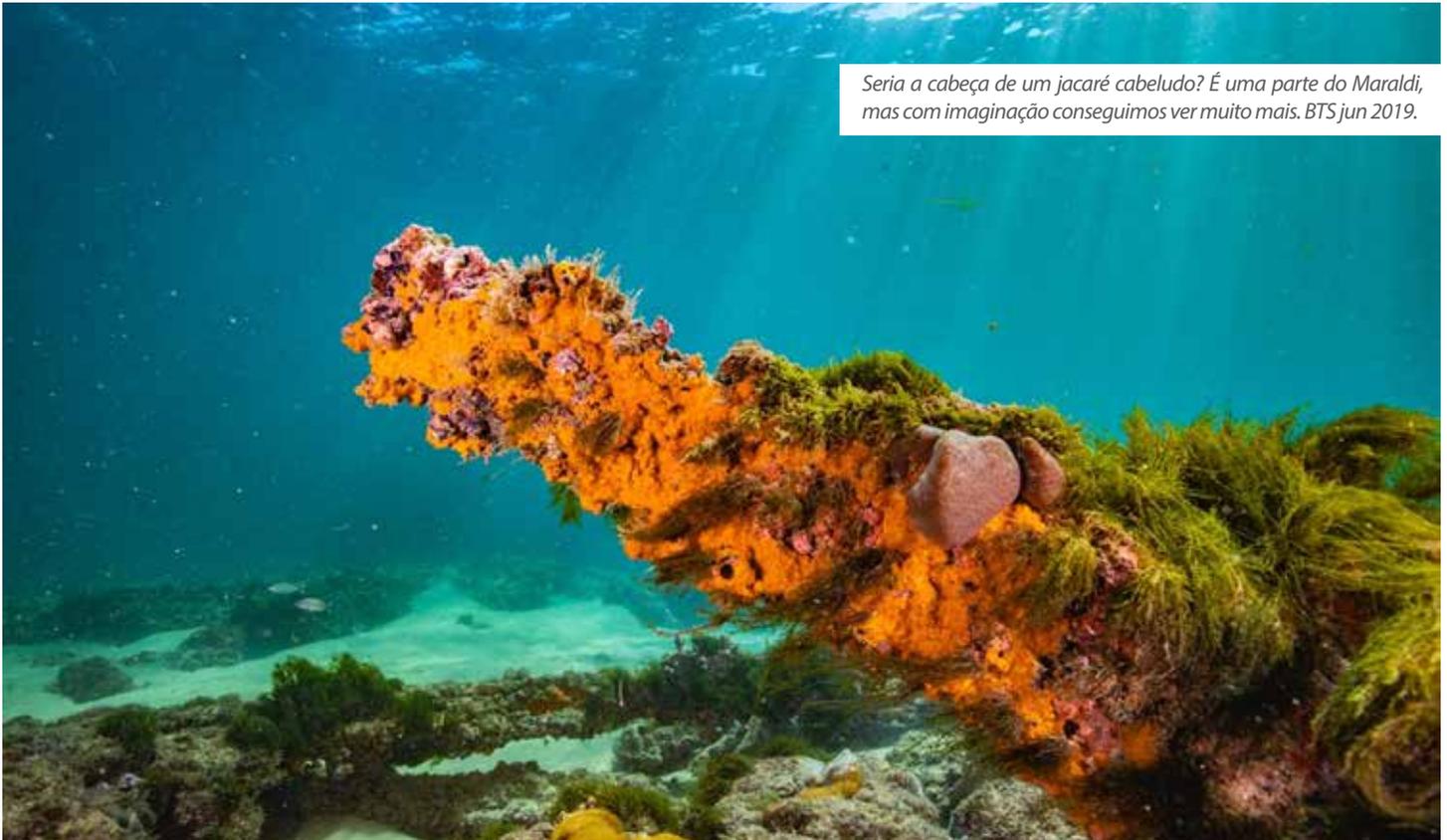




Normalmente encontramos os peixes-borboleta em duplas, mas na caldeira do naufrágio Maraldi, eles se reúnem em lindos cardumes. BTS junho 2019.



Caldeira do Maraldi. BTS junho 2019.



Seria a cabeça de um jacaré cabeludo? É uma parte do Maraldi, mas com imaginação conseguimos ver muito mais. BTS jun 2019.

Se você é aficionado por macro fotografia subaquática, a BTS é seu paraíso fotográfico.

Sabe a quela suspensão que sempre aparece nas fotos com objetiva grande angular? Nas macros fotografias a suspensão não importa mais. E sendo uma área

estuarina, berçário da vida marinha, o que não vai faltar são aquelas pequenas criaturas esperando para serem fotografadas. Existem três pontos que são excelentes para macro: o naufrágio Blackadder, o Quebramar Norte e os Corais do Yacht Clube. O que

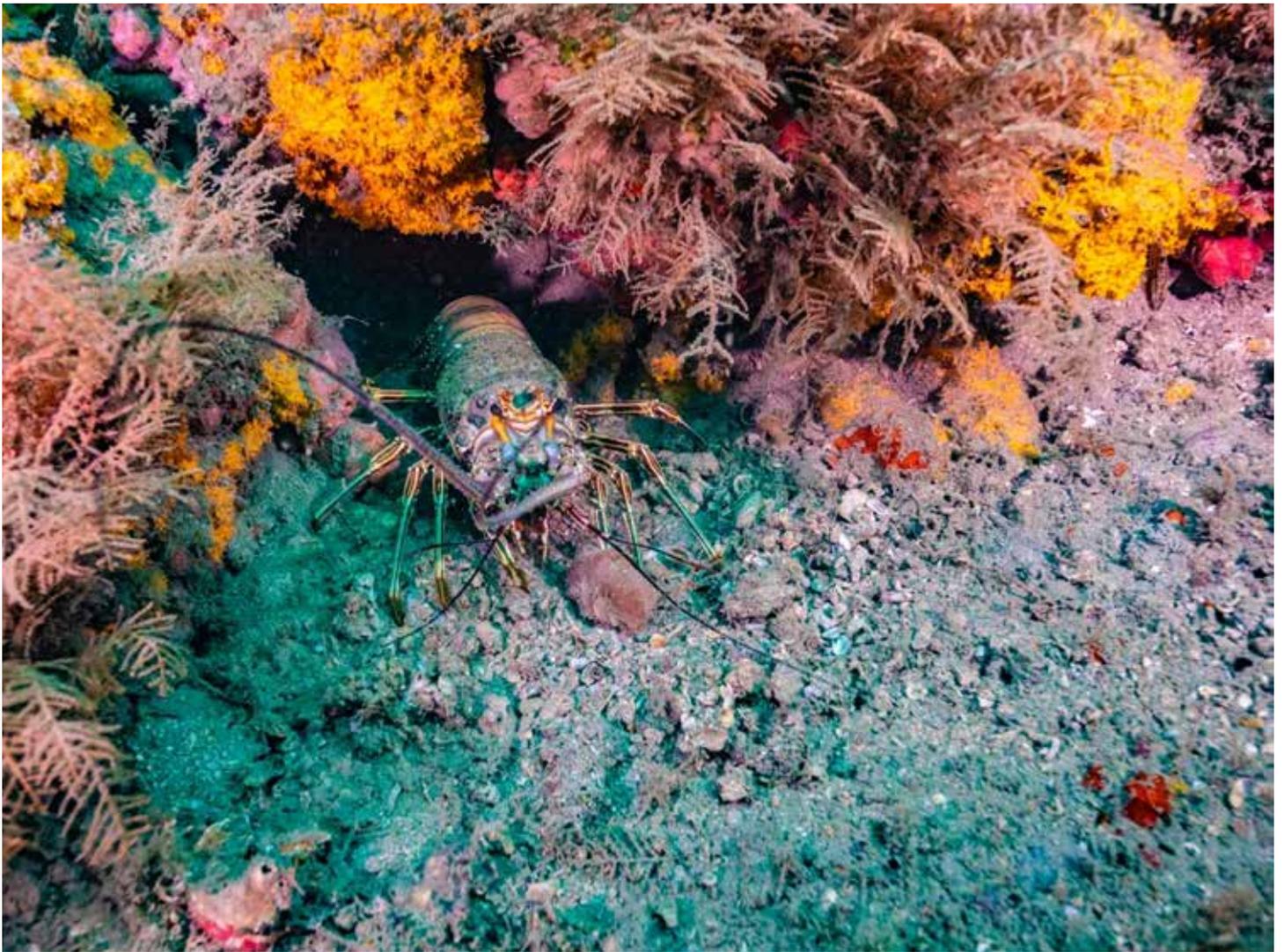
eu pessoalmente mais gosto de fotografar macros é no Yacht Clube da Bahia. Ali, como socio do clube, faço uma saída de praia com todo o conforto e suporte. Mas em qualquer outro ponto dentro da BTS, se for fotografar macro, não tem como errar.



A "myrichthys ocellatus" cuidando do jardim de coral. Yacht Clube da Bahia, BTS dezembro de 2018.



Corais Zoanthus. Yacht Clube da Bahia, BTS setembro de 2019.

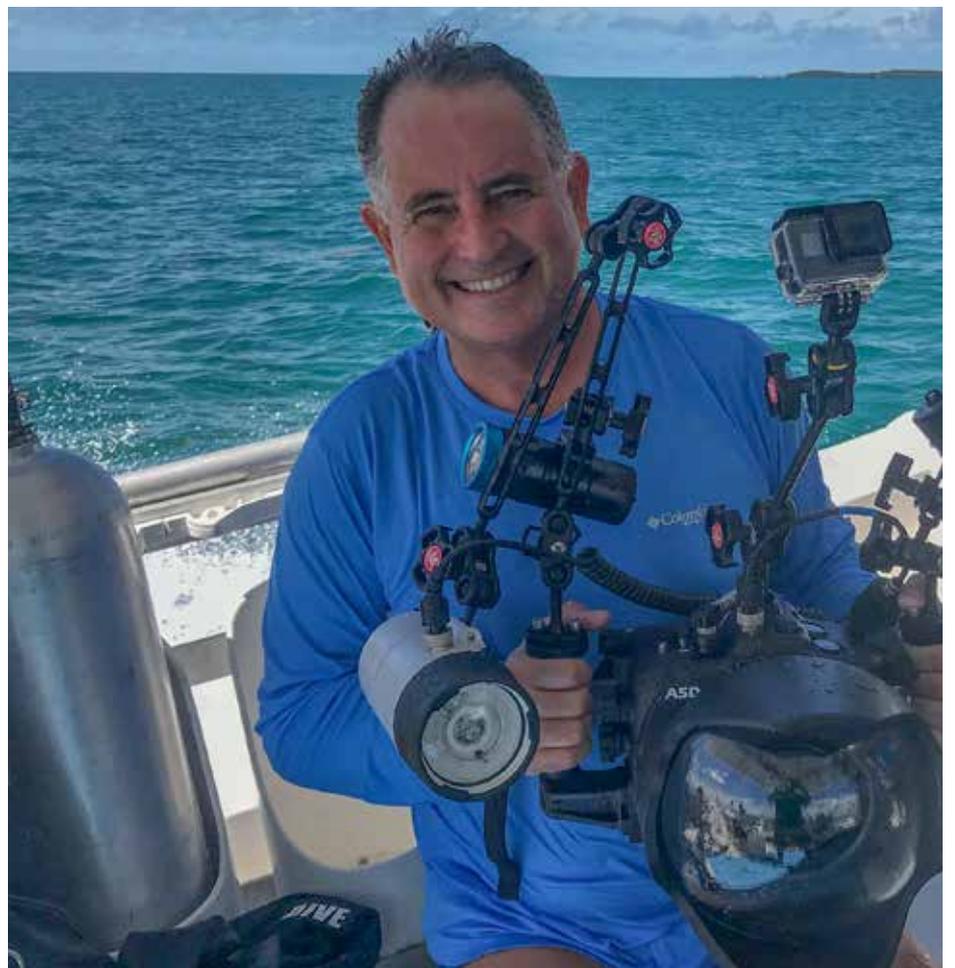


É comum encontrar grandes lagostas nos mergulhos profundos. Esta estava na Pedra do Bomba. BTS março de 2020.

Agora me fale você: conhecia todos esses mergulhos em Salvador? Existem muitos outros pontos, mas creio que com estes já é possível ter uma boa ideia de como é o mergulho em Salvador e na Baía de Todos os Santos.

Quer acompanhar mais fotos de Salvador? Sua visita à minha página do Instagram vai me fazer muito feliz: @robertocostapinto. Meu objetivo é divulgar nosso esporte e a biodiversidade de nosso litoral. Ninguém protege o que não conhece. E nós mergulhadores somos os maiores embaixadores da proteção ambiental marinha. Fotografe seus mergulhos e divulgue, o oceano vai agradecer.

PS: agradeço todo ensinamento e treinamento que adquiri com nosso "sidemount guru" Ricardo Villegas "Chango" @ricardo.villegas.chango e à Sharkdive Escola e Operadora de Mergulho @sharkdiveoperadora, onde fui acolhido como irmão e me ensinaram muito!



**ACQUA**  
SUB

# MERGULHE EM GUARAPARI

## PRINCIPAIS PONTOS

ILHA ESCALVADA  
ILHAS RASAS  
TRÊS ILHAS

## NAUFRÁGIOS

BELLUCIA  
OCEANO I  
VICTORY 8B  
INDIA

## INFORMAÇÕES:



(27)98111-0105



@acquasub



[www.acquasub.com.br](http://www.acquasub.com.br)



**KEEP  
DIVING**  
*mergulho*

Representante exclusivo Razor no Brasil  
Toda linha de equipamentos a pronta entrega  
Treinamento Oficial GoSidemount

**RAZOR**



**YOU**



**DIVE**

DIVE ORIGINAL

**KEEP  
DIVING**  
*mergulho*



keepdivingmergulho  
keepdivingmergulhocampinas  
www.keepdiving.com.br



**19 - 3255 7495**

Rua Piedade, 660 - Chacara da Barra - Campinas - SP