

**Medidas de Apoio à Retoma da Atividade
Desportiva**

**Federação Portuguesa de Desporto para
Pessoas com Deficiência**



FPDD

Setembro de 2020



Índice

- Introdução: Medidas de Apoio à Retoma da Atividade Desportiva..... 3
- Projeto RUGBY SOBRE RODAS4
- Medidas de proteção gerais..... 4
- Medidas de prevenção específicas..... 5
- Medidas gerais de proteção no espaço/recinto desportivo..... 5
- Plano de contingência específico “II Campo de Treino de Rugby em cadeira de rodas 2020 – FPDD” 7
- Anexo



Medidas de Apoio à Retoma da Atividade Desportiva pela Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência (FPDD)

O presente documento foi desenvolvido com base na melhor evidência científica disponível até ao momento e nas Orientações da Direção-Geral da Saúde (DGS) de 25 de agosto (<https://www.dgs.pt/normas-orientacoes-e-informacoes/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0362020-de-25082020-pdf.aspx>) e das resoluções aprovadas pelo Conselho de Ministros, em 29 de maio, sobre “Medidas excecionais na área do desporto”, e do Instituto Português do Desporto e da Juventude (IPDJ), <https://ipdj.gov.pt/documents/20123/375292/20200525++Recomendac%CC%A7o%CC%83es+para+a+elaborac%CC%A7a%CC%83o+de+um+Plano+de+Retoma.pdf/c88790e7-80cb-01a2-f574-ac007b33766f?t=1590661179662> (recomendações sobre as práticas no âmbito do alto rendimento) desportos não profissionais.

No caso da FPDD, os Projetos e atividades destinam-se, principalmente, a grupos vulneráveis como praticantes/atletas com deficiência, que podem ter um risco de saúde acrescido.

Assim, dependendo da concordância das entidades detentoras/gestoras de pavilhões desportivos, principalmente autarquias e entidades de ensino, não existem indicações específicas para o desporto praticado por pessoas com deficiência sendo por isso necessário aplicar as de carácter geral e conjuga-las com outras sectorialmente.

Este documento pretende elencar as medidas de segurança que devem ser implementadas, sempre que da execução das ações dos projetos da FPDD resultem participações presenciais, de forma a proteger os participantes, os acompanhantes e os trabalhadores da Federação, de situações de maior risco, pela dinâmica das próprias atividades.



Projeto RUGBY SOBRE RODAS

Este projeto visa no desenvolvimento da modalidade de Rugby em Cadeira de Rodas através da realização de Campos de treino durante o fim de semana.

O Rugby em cadeira de rodas é uma modalidade coletiva praticada por pessoas com deficiência motora. Cada equipa de Rugby é composta por quatro jogadores num campo de basquetebol (28m x 15m) e o objetivo do jogo é transpor a linha de ensaio com a bola controlada. O Rugby em cadeira de rodas é jogado em cadeira de rodas específicas para a prática e embora existam toque entre cadeiras o contacto físico entre atletas não é permitido.

Medidas de proteção gerais:

- Cada campo de treino Campo de Treino terá um número máximo de 12 atletas, 3 acompanhantes desportivos e três técnicos da FPDD sendo restringido, ao máximo, o contacto com elementos exteriores.
- Durante o Campo de Treino, a circulação dos atletas, acompanhantes desportivos e técnicos da FPDD restringir-se-á aos espaços estritamente necessários e com orientações e regras de circulação nos espaços, nos casos particulares, de espaços desportivos, o local de realização das refeições e local de alojamento.
- A deslocação entre os referidos espaços será realizada sempre nos transportes disponibilizados pela FPDD, de acordo com as diretrizes da DGS para a lotação dos mesmos, e/ou pelo transporte individual de cada atleta.



Medidas de prevenção específicas:

- As pessoas que tenham tosse, febre ou dificuldade respiratória não podem participar no campo de treino.
- Todos os participantes devem informar, de imediato, a FPDD, caso apresentem sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19;
- Caso tal ocorra,
 - Antes do Campo de Treino, a pessoa em causa não poderá participar no Campo de Treino e deverá contactar as autoridades de saúde;
 - Durante o Campo de Treino: a pessoa com sintomas respiratórios ou febre (temperatura igual ou superior a 38°C) **NÃO** poderá entrar nas instalações desportivas ou treinar, devendo ser encaminhada de imediato para o espaço de isolamento designado para o efeito no Pavilhão Desportivo ou no Hotel, sendo de imediato notificadas as autoridades de saúde competentes.

Medidas gerais de proteção no espaço/recinto desportivo

- Relativamente a todos os espaços desportivos onde decorrerem os Campos de Treinos serão solicitados e analisados previamente os respetivos Planos de Contingência próprios para a COVID-19.
- Antes da entrada no recinto desportivo, terá lugar:
 - Medição de Temperatura com termómetro de infravermelhos de todos os participantes;
 - Passagem por um tapete embebido em solução desinfetante;
 - Desinfecção da cadeira de rodas;
 - Desinfecção de todo o material de jogo;
 - Desinfecção das mãos com álcool gel;
 - Desinfecção das superfícies comuns (mesas de trabalho, equipamentos).



- Apenas deverão ser levados para o recinto desportivo a roupa e objetos pessoais estritamente indispensáveis à prática;

Neste Projeto considerar sempre:

Recursos humanos FPDD – Mínimo 3 Técnicos

Nº máximo de participantes (atletas e acompanhantes) por evento	Distância mínima entre participantes	Utilização de Equipamento Proteção Individual *	Material de desinfeção	Metodologia de intervenção	Tempo e espaço para atividade	Equipamento e vestuário para os elementos da FPDD
12 atletas 3 acompanhantes desportivos	3 metros (fora do momento de prática)	Máscara, sempre que os praticantes não estiverem em jogo Luvas durante a prática	Solução de álcool gel Toalhetes de papel descartáveis	Presencial	1 dia e uma manhã incluindo refeições	Solução de álcool gel Máscara Toalhetes de papel descartáveis

* Todo o equipamento individual para a prática da modalidade como luvas, cintas, faixas de fixação, terão de ser identificados com o nome do usuário de forma a que não haja partilha dos mesmos. Todos estes equipamentos terão de ser lavados no final de cada campo de treino. Será de evitar, sempre que possível, a troca de cadeira de jogo entre os atletas durante o mesmo campo de treino.

Nos kits informativos das ações, deverá haver sempre constar material informativo e de comunicação de medidas e boas-práticas atualizadas, emanadas da DGS sobre Comunicação Covid-19.

Este documento poderá ser revisto, em qualquer momento sempre que as condições de base e as orientações se alterem, ou haja exigência(s) da(s) entidade(s) terceiras, que conosco colaborem em termos de parceria.



Plano de contingência específico

“II Campo de Treino de Rugby em cadeira de rodas 2020 – FPDD”

1) Data, Horário e localização da realização do Campo de treino

O Campo de treino irá realizar-se nos dias 3 e 4 de outubro no Pavilhão Professor Doutor Aristides Hall da Universidade de Aveiro e terá a seguinte programação:

3 de outubro - Sábado

09:00 – 12:30 Sessão de treino 1

14:30 – 17:30 Sessão de treino 2

4 de outubro – Domingo

09:00 – 12:30 Sessão de treino 3

2) Sala de isolamento para caso suspeito;

Em caso da existência de um caso suspeito haverá uma sala de isolamento acessível a pessoas com mobilidade reduzida dentro do próprio complexo desportivo. A sala encontra-se assinalado na planta do complexo desportivo disponibilizada em anexo.

3) Caracterização de caso suspeito;

A caracterização de um caso suspeito será feita de acordo com a definição baseada na informação disponível, à data, no Centro Europeu de Prevenção e



Controlo de Doença Transmissíveis (ECDC): Pessoa que apresente febre (temperatura $\geq 38^{\circ}\text{C}$) ou tosse ou dificuldade respiratória (ex: falta de ar).

Perante o aparecimento de sintomas acima mencionados será feito o contacto para o SNS24 - 808 24 24 24, e simultaneamente:

1. Disponibilizar uma máscara cirúrgica, a ser colocada pelo próprio doente;
2. Isolar o doente em causa na sala disponibilizada para tal

11) Medidas de higienização e desinfeção;

- Providenciar a colocação de dispensadores de solução antisséptica de base alcoólica (SABA) ou solução à base de álcool, junto à entrada do pavilhão, entradas e saídas de casas de banho e local de treino (espaço das sessões de treino);
- Passagem de todos os participantes por um tapete embebido em solução desinfetante;
- Desinfeção da cadeira de rodas de jogo;
- Desinfeção de material de treino de uso comum (bolas)
- Desinfeção das superfícies comuns (mesas de trabalho, cones, sinalizadores).

4) Circuitos de entrada e saída/circulação;

Existem circuitos distintos de entrada e saída do complexo desportivo, evitando assim o cruzamento dos participantes do Campo de Treino. Tanto o circuito de entrada como o circuito de saída estarão assinalado através de setas no próprio complexo. Ambos os circuitos encontram-se assinalados na planta do complexo desportivo disponibilizada em anexo.



5) Acessibilidades;

Toda a instalação desportiva a ser utilizada, incluindo sala de isolamento é acessível a pessoas com mobilidade reduzidas.

Durante a realização do campo de treino não estarão presentes, contudo todo o campus universitário tem bons acessos à entrada de veículos de primeiros socorros

6) Utilização ou não de balneárias e instalações sanitárias;

Não serão utilizados os balneários, contudo serão utilizadas as duas instalações sanitárias. O pavilhão desportivo tem disponível uma instalação sanitária acessível a pessoas com mobilidade reduzida que será utilizada por atletas, e será ainda utilizada uma instalação sanitária sem adaptações para uso dos participantes sem restrições de mobilidade. Após cada utilização das instalações sanitárias, será realizada a higienização, limpeza e desinfeção preconizadas na Orientação nº 014/2020 da DGS.

7) Identificação dos responsáveis;

Serão responsáveis pela organização do campo de treino e aplicação de todas as medidas presentes n plano de contingência “II Campo de Treino de Rugby em cadeira de rodas 2020 – FPDD” os técnicos da FPDD Carlota Leão Cunha e Raúl Cândido.

Contactos dos responsáveis:

Carlota Leão Cunha – 967508652; carlotalc.fpdd@gmail.com

Raúl Cândido – 932379958; info@fpdd.pt

8) Indicação da presença ou não de Público;

Não haverá presença de público dentro das instalações desportivas



9) Controlo de entradas;

Será permitida a entrada no pavilhão apenas a elementos da equipa técnica da FPDD, atletas e funcionários da Universidade de Aveiro inerentes ao funcionamento do pavilhão no momento das sessões de treino.

10) Medição da temperatura dos envolvidos:

A medição da temperatura será efetuada a todas as pessoas que entrarem que participem no campo de treino (elementos da equipa técnica da FPDD, atletas e funcionários da Universidade de Aveiro) o registo da temperatura será efetuado à entrada do pavilhão através de um termómetro de infravermelhos a cada início de sessão de treino

11) Higienização/desinfecção dos equipamentos;

Todos os materiais e equipamentos utilizados no decorrer da prática, serão submetidos a limpeza e desinfecção, nos termos da Orientação nº 014/2020 da DGS. Materiais que possam ser partilhados, como bolas de jogo e cadeiras de jogo serão desinfetadas no início e final de cada sessão de treino.

12) Divulgação da informação e termo de responsabilidade

Toda a informação relativa ao plano de contingência específico para o “II Campo de treino de Rugby em Cadeira de Rodas 2020 FPDD” será divulgado via e-mail a todos os participantes até 72h antes da realização do mesmo.

Todos os participantes terão de assinar, antes do início da primeira sessão de treino, o termo de responsabilidade de acordo com o modelo do anexo 1 referente à orientação nº 036/2020 de 25/08/2020 da DGS.

PARQUE DE
ESTACIONAMENTO

EXTERIOR

ENTRADA

CAMPO DE JOGO

SALA DE
ISOLAMENTO

V.C.
A.C.

