

DEPARTAMENTO DE SELEÇÕES – Anexo 2

NORMA DE PROTEÇÃO, HIGIENE E SEGURANÇA ESPECÍFICA COVID-19

ESTÁGIOS/TREINOS NACIONAIS DE SELEÇÃO – REGIME PRESENCIAL

ÉPOCA DESPORTIVA 2021-2022

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). Esta manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta), dores musculares generalizadas, cefaleias (dores de cabeça), fraqueza, e, com menor frequência, náuseas/vómitos e diarreia.

Assim, nos termos da responsabilidade civil, social e desportiva da FNK-P, e conforme estabelecido no ponto 15), da Orientação da DGS nº 036/2020 de 25 de agosto, atualizada em 31/03/2021, para a prática desportiva federada, em contexto de treino, nomeadamente em Estágios/Treinos Nacionais de Seleção, em regime presencial, a FNK-P emite a seguinte Norma:

1. Todos os agentes desportivos (AD) envolvidos na atividade, estão obrigados a preencher, datar, assinar e entregar junto do responsável da FNK-P, o termo de responsabilidade, conforme anexo 1 e previsto na Orientação DGS nº 036/2020 de 25 de agosto, atualizada em 31/03/2021.
2. Para a proteção dos participantes no respetivo estágio/treino, proteção da Saúde Pública e para mitigar o impacto da pandemia nos serviços de saúde, todos os agentes desportivos envolvidos nas atividades estão obrigados a cumprir pelo menos um dos seguintes requisitos:
 - 2.1 Apresentação de Certificado Digital COVID válido, ou certificado de recuperação válido;
 - 2.2 Apresentação de Teste PCR 72h antes do início do respetivo treino;
 - 2.3 Apresentação de Teste Rápido de Antígeno (TRAg) ao SARS-CoV-2¹, 24h antes do respetivo treino;
 - 2.4 Realização de Teste Rápido de Antígeno (TRAg) ao SARS-CoV-2¹, junto da equipa médica no local do treino, pelo custo de 5,00€.
3. Obrigatório o uso de máscara na entrada, saída e circulação em todo o espaço para todos os AD.

¹ De acordo com a evolução epidemiológica a nível nacional, o aumento exponencial de casos e conforme estabelecido no “Plano de Saúde para o Outono-Inverno 2020-21” a capacidade de controlar a epidemia através de um efetivo rastreio de contactos, da aplicação de testes de diagnóstico ao SARS-CoV-2, da deteção ativa e precoce de casos, e do isolamento rigoroso dos casos e seus contactos, são elementos chave para limitar a propagação da COVID-19.

4. Dispensa da obrigatoriedade do uso de máscara durante a realização do treino para os atletas.
5. Disponibilização de dispensadores de solução antisséptica de base alcoólica (Gel desinfetante), na entrada e sala de treino.
6. Obrigatória medição de temperatura corporal e desinfecção de calçado e mãos à entrada.
7. Elaboração de registo com o nome, hora de entrada e saída dos AD.
8. Os agentes desportivos convocados para o treino, devem respeitar as normas de utilização dos balneários, mantendo entre si a distância mínima de 2m.
9. Respeitar a distância mínima de 2m na receção, bar e corredores, nomeadamente em contexto de não realização de exercício físico.
10. Reforço da limpeza e desinfecção do espaço, materiais e equipamentos a utilizar.
11. Desinfecção obrigatória de equipamentos/materiais² de uso pessoal dos AD.
12. Aconselhado o uso de uma toalha durante o treino.
13. Aconselhada a lavagem frequente das mãos, com água e sabão.
14. Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos.
15. Evitar tocar nos olhos, nariz e boca durante o treino.

Lisboa, 29 de setembro de 2021

O Diretor do Departamento Seleções da FNK-P,



(João Pereira)

O Diretor Técnico Nacional,



(Joaquim Gonçalves)

² Ex.: Luvas, caneleiras, peseiras, etc.