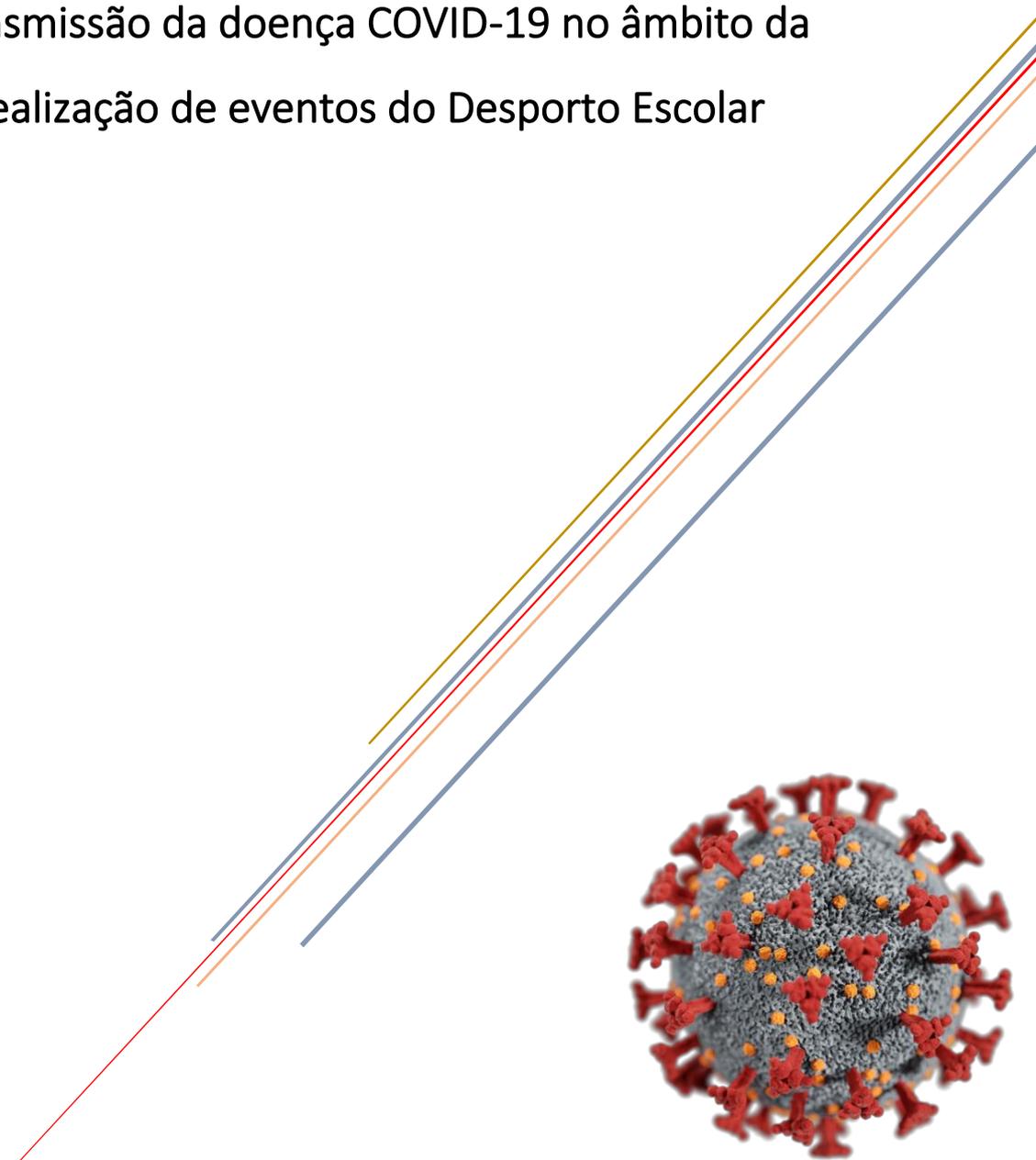


Matriz nacional de prevenção e controlo da
transmissão da doença COVID-19 no âmbito da
realização de eventos do Desporto Escolar



Índice

1. Nota introdutória	2
2. Recomendações gerais.....	3
2.1. Medidas recomendadas para a utilização da zona destinada à acreditação.....	5
2.2. Medidas recomendadas para o transporte de e para os eventos desportivos	6
2.3. Medidas recomendadas para a utilização dos espaços destinados às refeições.....	6
2.3.1. Refeições em espaço exterior	6
2.3.2. Refeições em espaço interior	7
2.4. Medidas recomendadas para a utilização dos espaços destinados às dormidas (em salas de aula).....	8
2.5. Medidas recomendadas para a utilização de instalações sanitárias/balneários	8

1. Nota introdutória

O presente documento foi elaborado com o propósito de construir uma matriz de abrangência nacional a adotar em contexto de realização de atividades desportivas de complemento curricular, nas suas várias vertentes de competição (local, regional e nacional), que persiga as orientações emanadas pelas DGS e IPDJ, servindo como guia de boas práticas. Para o efeito, propõe-se, em seguida, um conjunto de recomendações, baseadas nas normas e orientações atualmente em vigor¹, de modo a assegurar que os eventos desportivos decorram num ambiente seguro, de preservação da saúde de todos os agentes neles envolvidos.

Considerando a incerteza quanto à evolução da pandemia COVID-19, a existência de planos de contingência locais e, portanto, de medidas concretas de prevenção e controlo da transmissão da doença COVID-19 adaptadas às características específicas do contexto em que os eventos desportivos escolares decorrerão, optou-se por direcionar as presentes recomendações apenas para as seguintes áreas de abrangência:



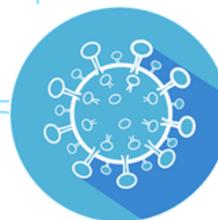
Tendo em conta a necessidade de operacionalização do conteúdo da presente matriz em estreita articulação com os planos de contingência² locais, sugere-se que os mesmos sejam consultados para informação adicional respeitante aos circuitos internos e às regras de acesso e utilização das áreas específicas do complexo escolar ou dos pavilhões municipais em que as atividades desportivas venham a ocorrer.

¹ Norma nº 036/2020, de 25/08/2021, da DGS (atualizada a 22/10/2021);
Orientação nº 027/2020, de 20/05/2020, da DGS (atualizada a 05/08/2021);
Plano de Contingência do IPDJ;
Orientações do Desporto Escolar para o ano letivo 2021/2022 no âmbito da realização, em regime presencial, de treinos e competições.

² Orientação nº 030/2020, de 29/05/2020, da DGS (atualizada a 01/10/2021).

2. Recomendações gerais

Obrigatoriedade do uso correto e adequado de máscara ou viseira, em crianças a partir dos 10 anos, exceto durante a realização de atividade física (Decreto-Lei n.º 78-A/2021, de 29 de setembro, e Orientação n.º 030/2020 da DGS).



Cumprimento da etiqueta respiratória e do distanciamento físico, (Decreto-Lei n.º 78-A/2021, de 29 de setembro, e Orientação n.º 030/2020 da DGS).



Desinfecção ou lavagem frequente das mãos, por períodos de, pelo menos, 20 segundos, sempre que necessário, especialmente antes e após as refeições, a prática das atividades desportivas e a utilização das instalações sanitárias.

Caso necessite de retirar a máscara, deverá proceder à lavagem ou desinfecção das mãos imediatamente antes de o fazer, colocando-a, de seguida, num recipiente destinado ao lixo geral e, logo após, proceder novamente à lavagem ou desinfecção das mãos.



Em concordância com a recomendação anterior, e de modo a garantir a substituição das máscaras e a desinfecção das mãos, **cada um dos participantes deve fazer-se acompanhar de máscaras de proteção em número suficiente e Solução Antisséptica de Base Alcoólica (SABA) ou gel desinfetante.**



Usar lenços de papel de utilização única para assoar, deitá-los num recipiente destinado ao lixo geral depois de utilizados e, de seguida, lavar ou desinfetar as mãos.



Sempre que possível, devem ser tomadas as diligências necessárias no sentido de criar as condições que permitam a **realização das atividades/competições ao ar livre**.



Cada grupo-equipa deve ser acompanhado de, pelo menos, 1 professor responsável, que assegura a monitorização e o cumprimento das medidas de prevenção e controlo da transmissão da doença COVID-19. **O professor responsável por um grupo-equipa deve permanecer com o mesmo grupo-equipa durante a realização de todo o evento.**



Nos intervalos das provas/competições, a circulação no recinto do evento deve ser reduzida ao mínimo indispensável, sendo permitido apenas o acesso às instalações sanitárias, de modo a **evitar o cruzamento e os aglomerados de pessoas**.



Os participantes devem fazer-se acompanhar de sacos/mochilas individuais onde possam colocar o seu equipamento desportivo, que lhes será distribuído no início da competição pelo professor responsável do respetivo grupo-equipa e recolhido no final da mesma pelo mesmo professor. **Uma vez recolhido o equipamento desportivo, deverá ser feita a lavagem ou desinfeção das mãos.**



Não é permitida a partilha de qualquer peça de equipamento desportivo.



Definir uma estratégia de **comunicação das medidas apresentadas**, de modo a dar conhecimento das mesmas a **todos** os professores, alunos inscritos no Desporto Escolar, Encarregados de Educação e, eventualmente, a outros elementos da comunidade educativa, e a **sensibilizar para o seu efetivo cumprimento**.



A Equipa de Segurança e Apoio Médico deverá garantir que os professores responsáveis pelos grupos-equipa dispõem dos **contactos atualizados dos Encarregados de Educação** de cada um dos participantes no evento, de modo que, **em situação de contágio**, os mesmos possam ser **informados com a máxima celeridade**.



Caso apresentem sintomatologia associada à doença COVID-19, aos participantes, professores e funcionários não será permitida a participação no evento. Nesse caso, aquele que apresente sintomas da doença será encaminhado para a Zona de Isolamento (devidamente assinalada no plano de contingência local), devendo, igualmente, o professor responsável pelo grupo-equipa informar a organização do evento, bem como o respetivo **Encarregado de Educação, se aplicável**.

Em complemento às recomendações gerais acima elencadas, devem ainda ser aplicadas as seguintes medidas:

2.1. Medidas recomendadas para a utilização da zona destinada à acreditação



De forma a evitar aglomerados de pessoas na zona da acreditação, **os professores responsáveis pelos grupos-equipa realizam a acreditação dos seus participantes**, devendo, para tal, reunir toda a documentação necessária na chegada ao local do evento. Em alternativa, poderá ser criado um planeamento que assegure horários alternados para a realização da acreditação por parte dos participantes de cada grupo-equipa.

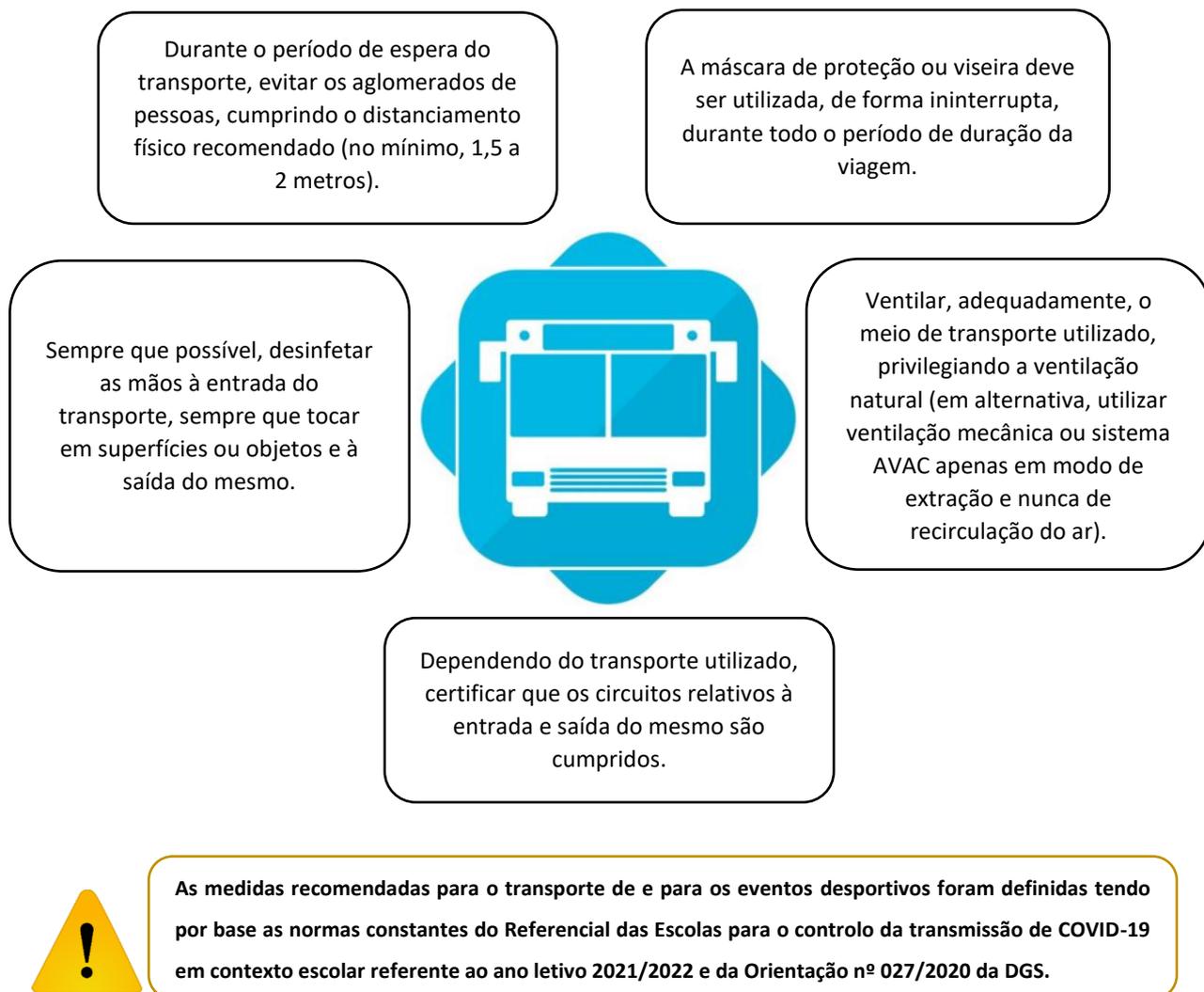
Após a acreditação, os participantes serão encaminhados para o local das provas, que estará devidamente assinalado, e **distribuídos** de acordo com as regras do distanciamento social.

Cumprir os circuitos definidos no Plano de Contingência do local onde se realiza a acreditação (o qual deve privilegiar circuitos próprios e separados, evitando o contacto e o cruzamento entre pessoas, conforme a Orientação nº 009/2021, de 26 de agosto de 2021).

A acreditação e receção dos participantes **realiza-se no espaço exterior** (salvo condições climatéricas adversas).

2.2. Medidas recomendadas para o transporte de e para os eventos desportivos

No transporte dos alunos, efetuado em transportes coletivos de passageiros, devem ser aplicadas as seguintes medidas:



2.3. Medidas recomendadas para a utilização dos espaços destinados às refeições

2.3.1. Refeições em espaço exterior

Privilegiar, sempre que possível, a realização de refeições ao ar livre (refeições volantes).

Neste contexto, devem ser cumpridas as seguintes medidas:



- Obrigatoriedade do uso de máscara de proteção ou viseira, exceto durante o momento da refeição;
- Lavagem ou desinfecção das mãos imediatamente antes e após a refeição;
- Distanciamento físico;
- Não partilhar alimentos nem objetos/utensílios.

2.3.2. Refeições em espaço interior

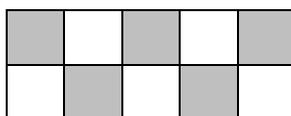
Caso as refeições tenham de se realizar em espaço fechado, devem ser cumpridas as seguintes medidas:

- Distanciamento físico;
- Lavagem ou desinfecção das mãos imediatamente antes e após a refeição;
- Assegurar a desinfecção das superfícies entre cada utilização;



- Realizar as refeições por turnos diferentes de grupos fixos (se necessário, elaborar um planeamento prévio para facilitar a organização e a utilização desfasada do espaço);
- Sempre que as condições do espaço o permitam, definir lugares fixos evitando posicionamentos frente a frente (ex.: dispor de 1 ou 2 lugares de intervalo, em posição desencontrada, conforme representação que, de seguida, se apresenta)^{a)};
- Não partilhar alimentos nem objetos/utensílios;
- Limitar ao estritamente necessário o tempo de presença simultânea de participantes no espaço destinado às refeições;
- Garantir a ventilação natural do espaço (em alternativa, utilizar a ventilação mecânica ou sistema AVAC apenas em modo de extração e nunca de recirculação do ar).

^{a)} Conforme a seguinte representação gráfica:



2.4. Medidas recomendadas para a utilização dos espaços destinados às dormidas (em salas de aula)



Definir um número máximo de alunos por sala, de acordo com as características e dimensões das mesmas, **de modo a garantir o distanciamento físico de, no mínimo, 2 metros entre os alunos** (que corresponderá, na maioria dos casos, a 50% da sua capacidade total);

A permanência no espaço obriga à utilização de máscara de proteção ou viseira, a qual será retirada apenas para dormir;

Proceder à lavagem das mãos antes da entrada no espaço;

Os acessórios ou o material de cada aluno é de uso único e exclusivo, não sendo permitida a sua partilha.

2.5. Medidas recomendadas para a utilização de instalações sanitárias/balneários

- A higienização das mãos deve ser feita antes e após a utilização dos sanitários;
- Durante a competição, o acesso aos balneários apenas será permitido aos alunos em prova, respeitando a constituição dos grupos-equipa e os circuitos definidos;
- No caso dos balneários que não disponham de divisórias de duche, reduzir a utilização dos chuveiros a 50% da sua capacidade total, privilegiando uma utilização desfasada por grupos/turnos;



- No interior das instalações sanitárias, a utilização de máscara de proteção ou viseira é obrigatória, exceto durante o banho;
- Assegurar a desinfecção das superfícies entre cada utilização, bem como a permanente existência de água e sabão;
- Não é permitida a partilha de toalhas de banho ou outros acessórios;
- Caso as instalações sanitárias/balneários não estejam a ser utilizados, as respetivas portas ou janelas devem permanecer abertas para bom arejamento do espaço.



Reforça-se que todas as medidas apresentadas na presente matriz deverão ser aplicadas em linha com as orientações constantes dos planos de contingência locais, nomeadamente no que respeita às áreas de isolamento e aos circuitos internos, assim como às zonas de acesso e zonas técnicas.

As recomendações apresentadas neste documento podem sofrer alterações a qualquer momento devendo ser regularmente revistas em concordância com as atualizações determinadas pela DGS.

Direção-Geral da Educação

Assinado de forma digital
por José Victor Dos
Santos Duarte Pedroso
Dados: 2021.12.02
17:33:59 Z

José Victor Dos
Santos Duarte
Pedroso

Diretor-Geral

(Dr. José Victor Pedroso)

Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares

Digitally signed by João
Miguel dos Santos Gonçalves
DN: c=PT, title=Diretor-Geral
Estabelecimentos Escolares,
o=Direção-Geral dos
Estabelecimentos Escolares,
cn=João Miguel dos Santos
Gonçalves
Date: 2021.12.02 17:45:57 Z

João Miguel
dos Santos
Gonçalves

Diretor-Geral

(Dr. João Miguel Gonçalves)