



LaureusTM
SPORT FOR
GOOD

Guia de Retorno as Atividades Esportivas Presenciais



Quem somos?

Um coletivo de organizações sociais parceiras da Laureus Sport For Good no Brasil. Atuamos em diferentes territórios e com diferentes modalidades esportivas e públicos. Nossa missão é promover desenvolvimento humano e social por meio de esporte e da assistência social.

Em 2020, em virtude da pandemia do novo Corona vírus todos nós fomos obrigados a suspender ações presenciais e a iniciar um novo ciclo de trabalho, desta vez focado na mobilização social, no apoio às famílias vulnerabilizadas pela perda do emprego ou de outras fontes de renda e, na oferta de atividades socio-pedagógicas on line, uma novidade para a maioria das organizações brasileiras. Vale lembrar que além da novidade, esse modelo é também um desafio, uma vez que no Brasil não é amplo e democrático o acesso à internet, sendo assim foi preciso uma reestruturação geral de nossas atuações, mas que vem dando certo e nos mantendo vinculados aos nossos públicos.

Mesmo diante do quadro terrível deflagrado pela pandemia, no segundo semestre de 2020 sentimos que era preciso pensar em formas seguras de as organizações retornarem ao atendimento presencial tão logo fosse possível, uma vez que sem a nossa atuação, e sem atuação das escolas, crianças, adolescentes, jovens e famílias ficam ainda mais vulneráveis.

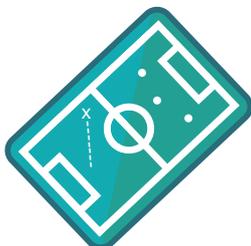
É desta preocupação, e do planejamento sobre como agir, que nasceu este documento, uma sugestão objetiva, aberta para adaptações tanto quanto necessário, e ainda inacabado, visto que pode ser atualizado tantas vezes quanto necessário frente às descobertas científicas sobre como praticar esportes em tempos de COVID19.

Esperamos que seja útil e permita às organizações um retorno seguro e exitoso.



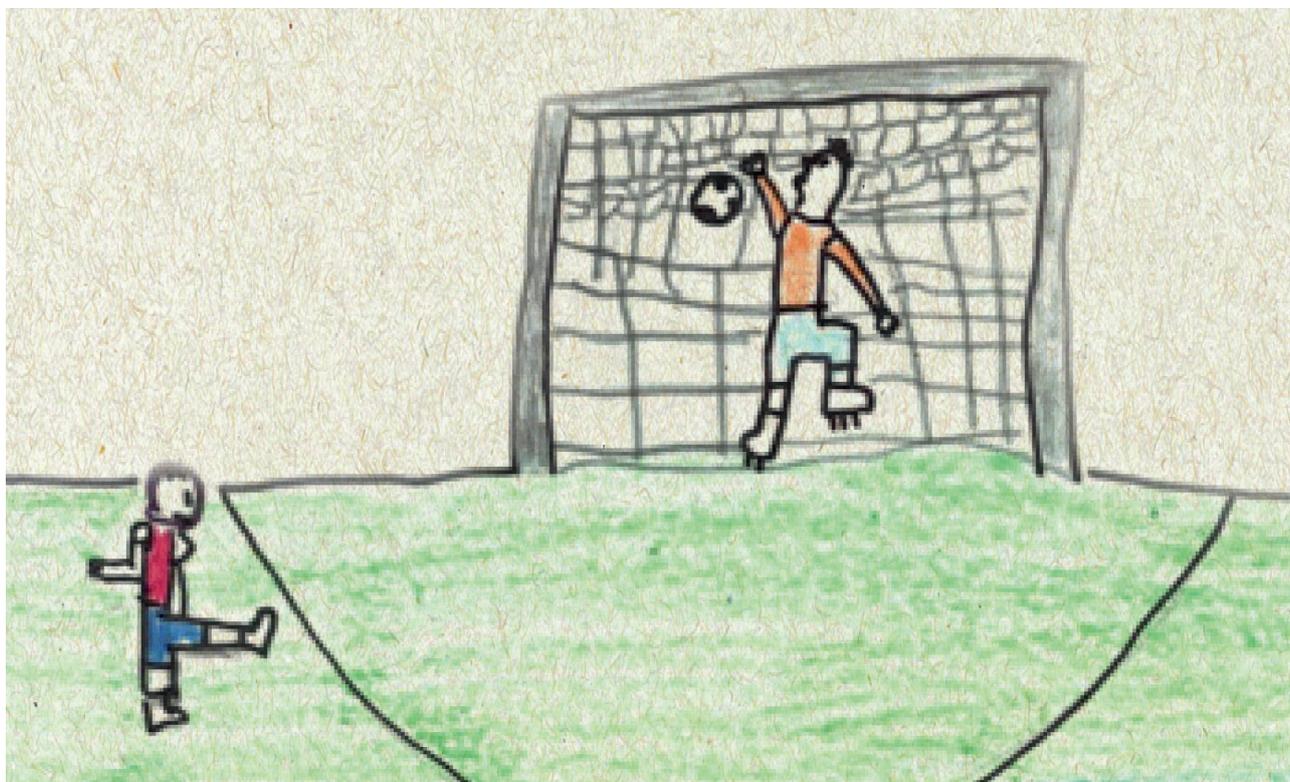
Organizações escaladas

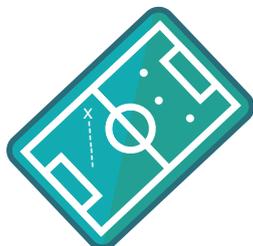




Porque essa guia?

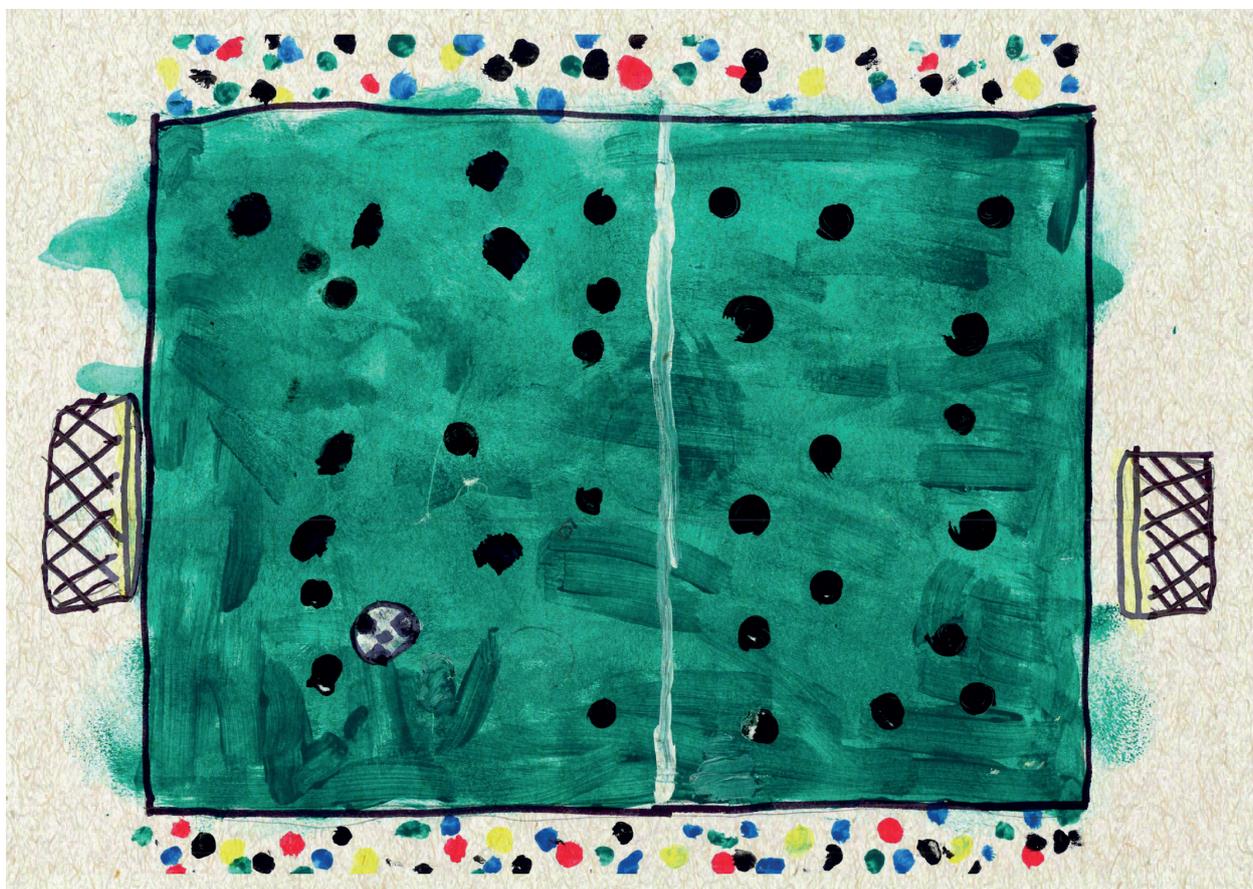
- ▶ Porque queremos garantir que a volta a atividades esportivas/sociais seja feita de uma maneira segura para todos os participantes, educadores e as comunidades atendidas pelas organizações parceiras da Laureus Sport For Good no Brasil;
- ▶ Porque sabemos que com toda a paixão, adrenalina e sociabilidade presentes no esporte, é de grande importância ter protocolos e dicas de segurança para diminuir riscos de contaminação por meio da prática;
- ▶ Porque queremos promover a troca de experiências entre organizações que trabalham com esporte para o desenvolvimento no Brasil, assim como queremos dividir conhecimentos com outras organizações que atuam pelo mundo;





E para que?

- ▶ Para orientar as organizações sobre como “preparar o campo” para o jogo e quais regras colocar em prática na intenção de garantir a segurança de crianças, adolescentes, jovens e famílias;
- ▶ Para os participantes saberem como se “aquecer” antes de entrar no campo e quais regras devem seguir para se manterem seguros;
- ▶ Para as famílias dos participantes “torcerem para o seu time”, apoiando-os dentro e fora do campo; para as organizações sociais este apoio e a confiança familiar são essenciais para propostas de retorno às atividades presenciais;
- ▶ E finalmente para que os apoiadores das ONGS saibam que, quem segue esse guia, tem a saúde dos participantes, famílias e a comunidade como primeira prioridade e pode realizar seu trabalho de forma mais alinhada com orientações científicas de saúde e segurança pessoal e coletiva;





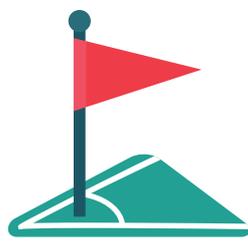
Pré-temporada: quando devemos voltar aos treinos?

Sabemos que essa é a decisão mais difícil. Como pensar em reabrir quando temos no país uma média próxima ou superior a mil mortos por dia?

Esta é uma decisão que tem que ser bem refletida. Mas sabemos que cada contexto é diferente, e seria impossível criar critérios rígidos para o retorno. Então deixamos aqui os critérios mínimos que esse coletivo vai usar para guiar a nossa decisão de retorno.

No que cada organização deve pensar antes de planejar seu retorno?

- ▶ Na avaliação de sua capacidade de garantir um ambiente seguro (fornecimento de EPI's, compra de materiais de higiene e limpeza, oferta de espaços adequados, de preferência ao ar livre, e que mantenham a acessibilidade dos participantes com deficiências)
- ▶ No planejamento de como vai atender as necessidades dos mais vulneráveis (pessoas com doenças crônicas e/ou deficiências)
- ▶ No treinamento das equipes em boas práticas contra a transmissão do novo Corona vírus;
- ▶ No acompanhamento e na análise da reabertura de entidade públicas e privadas parecidas com sua atuação (escolas, centros esportivos, federações, comitês)
- ▶ Na consulta a profissionais da área de saúde pública capacitados para orientar a organização e os participantes;
- ▶ Na adaptação das atividades a este novo contexto, primando pela segurança de todos como maior resultado do trabalho, por vezes abrindo mão de desenhos pré-concebidos em prol de formatos mais flexíveis;



A preparação do campo (a proposta das organizações)

Já decidiu retornar? Então vamos preparar legal o campo!

Refleta sobre os seguintes pontos:

- ▶ Na sua organização, onde é possível adaptar as atividades para serem realizadas ao ar livre, em um espaço acessível para participantes com deficiências?
- ▶ Que materiais e equipamentos serão necessários para garantir a higiene dos locais de atividades e das pessoas?
- ▶ Que tipo de comunicação (pôsteres, faixas, cartazes, vídeos, panfletos) vamos usar para divulgar boas práticas de higiene?
- ▶ Como faremos a comunicação com todos participantes e famílias sobre as novas regras do jogo?
- ▶ Como faremos a Limpeza diária de espaços, materiais e equipamentos de esporte?
- ▶ Como utilizar e controlar o uso de banheiros/duchas/vestiários?
- ▶ Como criaremos um sistema de adaptação de horários, que possam ser seguidos de forma rígida para a segurança de aulas/treinos, e com número limitado de participantes?
- ▶ A organização tem em mãos as orientações do órgão de saúde competente (de estado ou município)? Em caso de casos de contaminação ocorrerem durante o retorno das atividades é importante que as cumpram em relação ao tempo de afastamento dos envolvidos e pessoas que tiveram contato, aplicação de teste e até nova suspensão temporária de atividades se for o caso.

Atenção:

Ao responder a estas questões sua organização terá construído a primeira parte do planejamento. Esta parte do planejamento também deve ser compartilhada com seus parceiros, que deverão estar cientes de todas as mudanças implantadas. Outro ponto importante é envolver sua equipe na construção da proposta, treiná-la para a ação e manter uma escuta sempre aberta e flexível para fazer ajustes quando necessário.



Aquecimento (lidando com crianças, adolescentes, jovens e famílias)

É importante lembrar que o aquecimento começa antes de entrar em campo. Aqui estamos falando da preparação do seu público. Sua organização vai precisar pensar em ações constantes de comunicação, produção de material informativo e muito relacionamento com os seus participantes diretos e indiretos para que o retorno seja bem claro para todos em relação às regras, mudanças e cuidados dos quais não abriremos mão.

Sendo assim, dialogue com seu público sobre o seguinte:

- ▶ Se você está em algum grupo de risco (por problemas de saúde ou deficiência), pense bem antes de retomar as atividades presenciais, nunca esconda informações por medo de perder sua vaga;
- ▶ Da mesma forma, se você morar com pessoas com problemas crônicos de saúde que podem ser fator de risco para a COVID19, pense bem antes de retornar às atividades, se retornar, use máscara durante a atividade, nos trajetos e em casa, limpe seus calçados antes de entrar em casa, tome banho logo e separe suas roupas para serem lavadas;
- ▶ A importância da higiene - cada um deve lavar as mãos com álcool gel antes de entrar no espaço de aula e na sua casa;
- ▶ Aglomerações e situações sociais são o que o vírus mais gosta - participantes não devem chegar cedo (no máximo 5 minutos antes) e devem evitar ficar batendo papo no final do treino
- ▶ Se puder, cada participante deve levar seu próprio equipamento e não divida seus pertences (roupas, copos, garrafas, telefones e outros) com ninguém;
- ▶ A (triste) importância de evitar o calor humano - sabemos que cada abraço, beijo e contato muito próximo aumenta o risco para você e a sua família
- ▶ A informação e a comunicação são chave para o sucesso- leia sempre todos os avisos, informativos, mensagens e tudo mais que a organização enviar
- ▶ As famílias devem estar sempre em contato com a organização para informar sobre casos de COVID 19 em seu círculo, preservando assim a integridade de todos com quem convive;



No jogo!

Juiz apitou, mas como são as novas regras?

- ▶ Os espaços de aulas devem ser abertos, ventilados e limpos a cada sessão de atividades;
- ▶ Treinador/educador tem que usar máscara o tempo todo;
- ▶ Não coloque música alta para evitar que as pessoas gritem
- ▶ Equipamento compartilhado deve ser limpo após cada uso;
- ▶ É importante sempre manter higienização das mãos, por isso é preciso ter álcool em gel, água, sabão e toalhas de papel em pontos próximos às atividades esportivas
- ▶ Cada modalidade terá sua adaptação, é importante que os educadores/treinadores mantenham claras as adaptações e as proibições durante as aulas;
- ▶ Quando possível, jogadores devem ficar com pelo menos um metro de distância entre si;
- ▶ As atividades individuais devem ser priorizadas; se tiver aproximação, jogadores deveriam jogar em “bolhas” para evitar aglomeração;
- ▶ Evite abraçar, apertar mão, beijar, mesmo se teve golaço!





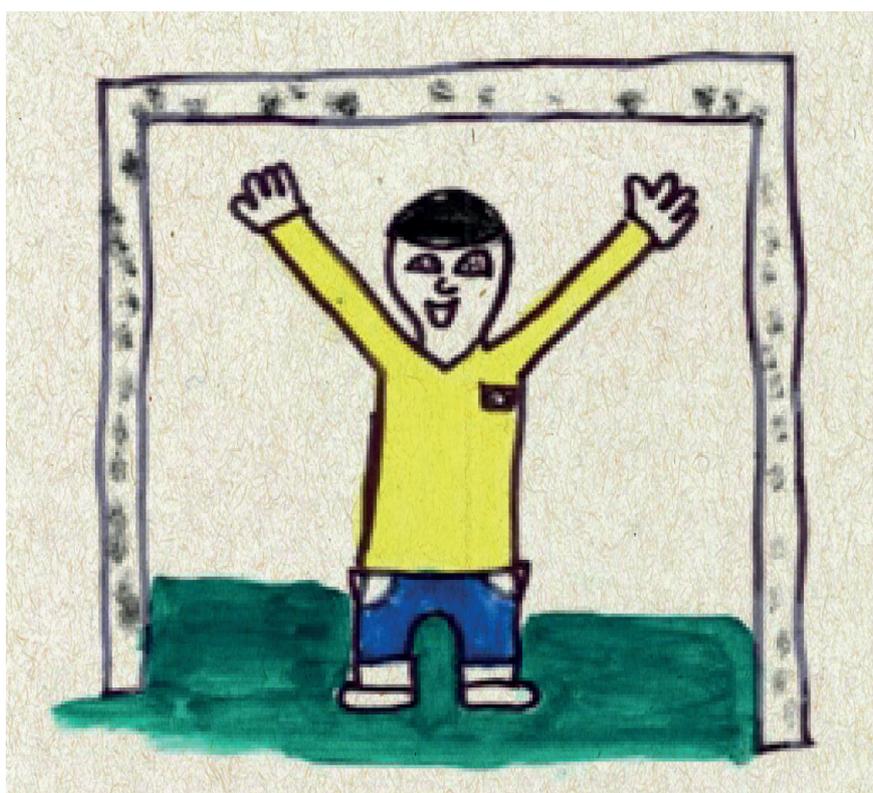
No descanso!

No descanso!

Nos momentos de descanso todos precisam estar atentos e atentas, não dá para relaxar de tudo.

Depois de aulas e treinos:

- ▶ Mantenha distanciamento dos participantes/treinadores/educadores;
- ▶ Evite aglomerações nos bebedouros, torneiras, banheiros e locais de refeição, por exemplo,
- ▶ Higienize os locais onde for descansar, não deite em almofadas, colchonetes ou qualquer outro local sem antes limpar;
- ▶ Mantenha seus pertences (telefone, copos, garrafas, mochilas, quimonos e outros) sempre perto de você;
- ▶ Procure sempre locais abertos, ventilados, limpos e acessíveis;
- ▶ Higienize suas mãos sempre que terminar uma atividade ou se tiver que tocar em muitos equipamentos, materiais e estruturas como portas, corrimãos, janelas e outros;





Cartão amarelo e cartão vermelho!

Crianças, adolescentes e jovens

- ▶ Se você teve contato com uma pessoa que tem suspeita de ter covid nos últimos 10 dias, avise ou peça para sua família avisar aos seus educadores/treinadores e, não venha para aula;
- ▶ Se você se sentir mal (febre, dor no corpo, cansaço, tosse ou espirro) no treino/aula, avise aos educadores/treinadores e siga suas orientações deles até que possa voltar para casa;
- ▶ Coronavírus não é uma piada, mesmo se você não está em grupo de risco - não faça brincadeiras bobas e nem zoe as pessoas que estão mais preocupadas/médicas que você;
- ▶ Cuspir é proibido. Se você tiver que tossir ou espirrar, cubra a boca com o braço.

Famílias

- ▶ Se você suspeita que alguém em casa tenha covid, por favor, entre em contato com a organização e não envie seus filhos para as atividades até que tenha certeza de que estão bem;
- ▶ Nunca omita informações, sua vaga não será perdida no projeto, sempre fale a verdade, em tempo e de forma clara.

Educadores/Treinadores

- ▶ Se notarem alguém com sintomas ou se ouvirem relatos, com descrição, retire o participante do espaço coletivo, conduza a um local aberto, arejado e capaz de manter isolamento e, se comuniquem com as famílias destes participantes. A família deverá buscar estes participantes e informar à organização sobre a evolução dos sintomas;
- ▶ Não fiquem com medo de tomar medidas duras - se não tem ambiente seguro, o jogo acaba antes dos 90.



Recomendação de checklist por estilo de esporte:

Esporte Coletivos e Individuais		
Consideração	Possíveis Ações	Responsáveis
DISTANCIAMENTO SOCIAL	<ul style="list-style-type: none">- Consulte a federação da sua modalidade para saber quais procedimentos sua organização pode adotar- Adapte espaços, regras e número de participantes, lembre-se o importante é a saúde e a segurança das pessoas- Restrinja espaços de espera, bancos de reservas e áreas técnicas onde ficam educadores e treinadores- Se for necessário, marque o espaço do treino, com fita ou adesivo, para assegurar que os atletas respeitem o distanciamento- Quando ajudar outra pessoa com deficiência, coloque as mãos no seu ombro, em vez do cotovelo, já que a recomendação é de que, ao tossir e espirrar, a pessoa deve proteger a boca com o antebraço- Os deficientes visuais que possuem habilidade para uso de bengalas e cães-guias devem fazer uso destes em detrimento do uso de pessoas para os guiar para evitar aglomeração	Coordenadores e Educadores/treinadores
MATERIAIS E EQUIPAMENTOS	<ul style="list-style-type: none">- Nunca reutilize materiais sem higienizá-los antes;- Separe quantidades e materiais que possam ser usadas em momentos diferentes- Guarde os materiais em locais protegidos, mas arejados- Se possível, forneça materiais individuais para que fiquem com os alunos- Pessoas com deficiência física que necessitam de algum equipamento (cadeiras de rodas, muletas, bengalas, prótese e órteses) devem realizar a higienização ao chegar no local de treinamento e ao voltar para casa;- Em caso de uso de máscara durante o treino, use uma máscara diferente no treino e outra para chegar e sair de casa;	Coordenadores e Educadores/treinadores
COMPETIÇÕES	<ul style="list-style-type: none">- Consulte a federação da sua modalidade para saber quais procedimentos sua organização pode adotar- Organize transporte e acomodações para grupos pequenos, grupos grandes são difíceis de administrar- Se possível, teste os participantes antes e depois do evento	Coordenadores e Educadores/treinadores
EVENTOS QUE CAUSAM AGLOMERAÇÕES	<ul style="list-style-type: none">- Se possível não realize;- Se não for possível evitar, tente eventos on line, ou atividades em espaços grandes, abertos e com marcações de lugares onde as pessoas devem estar;	Coordenadores e Educadores/treinadores



Esporte Coletivos e Individuais

Consideração	Possíveis Ações	Responsáveis
UNIFORMES	<ul style="list-style-type: none">- Se ficarem em poder da organização, destine local e recipiente fechado para guardar os limpos e para coletar os usados;- Se possível, disponibilize para os alunos ficarem com eles e oriente a família sobre a lavagem;- Não permita o compartilhamento de qualquer peça usada;	Coordenadores, Educadores/treinadores, equipes ADM e de limpeza
PONTOS DE HIGIENIZAÇÃO	<ul style="list-style-type: none">- Distribua álcool gel, sabão e demais produtos de limpeza em espaços amplos, com distanciamento e controle o acesso de grupos a estes locais;- Sinalize os espaços de higienização com as regras e o número de pessoas permitidas por vez- Crie uma rotina de verificação dos produtos para que nunca falem nos locais disponíveis- Os locais de higienização devem estar adaptados e acessíveis a todos os indivíduos, em termos de altura, visibilidade, sensibilidade tátil, orientação e facilidade de uso.- É importante pensar em formas de comunicação e orientação de uso destes locais para atender às diferentes deficiências (visuais, motoras, intelectuais);	Coordenadores, Educadores/treinadores, equipes ADM e de limpeza
MAL ESTAR E CONTUSÕES	<ul style="list-style-type: none">- Certifique-se que uma pessoa habilitada (médico, enfermeiro, técnico de enfermagem ou educador) preste o atendimento, evitando aglomerações- Se necessário encaminhe o aluno ao serviço de saúde respeitando a regra do uso de máscara e de distanciamentos social- Sempre envolva a família neste processo, desde a comunicação até o acompanhamento ao serviço de saúde- É importante observar os riscos de janela imunológica pós-esforço físico intenso (desde horas até três dias)- Se possível, mantenha em sua organização equipamentos de socorro/transporte adequados ao deslocamento dos indivíduos;- É fundamental que a organização mantenha ficha de saúde dos participantes com as informações mais detalhadas possíveis sobre o quadro de saúde dos participantes;	Coordenadores, Educadores/treinadores
MONITORAMENTO DO PLANO	<ul style="list-style-type: none">- Faça reuniões regulares para avaliar a execução do plano- Busque informações/treinamentos para sua equipe- Consulte participantes e familiares sobre sua percepção e sugestões a respeito do plano;- Registre tudo que acontece e compartilhe com os profissionais envolvidos	Toda a equipe



Referências

Protocolo de atividades esportivas com pessoas deficientes - disponível em <<https://www.cpb.org.br/upload/link/28047173215541dc83df3-f670e29a600.pdf>>

Centers for Disease Control and Prevention, COVID-19: Considerations for Youth Sports, disponível em: <<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/youth-sports.html>>

UK Government, Guidance for providers of outdoor facilities on the phased return of sport and recreation in England, disponível em: <<https://www.gov.uk/government/publications/coronavirus-covid-19-guidance-on-phased-return-of-sport-and-recreation/guidance-for-providers-of-outdoor-facilities-on-the-phased-return-of-sport-and-recreation>>.

UK Government, Working safely during coronavirus: Providers of grassroots sport and gym/leisure facilities, disponível em: <<https://www.gov.uk/guidance/working-safely-during-coronavirus-covid-19/providers-of-grassroots-sport-and-gym-leisure-facilities>>