



Plano de Contingência

Data	1 de maio de 2021	Horário	8.30h às 18.00h
Evento	Campeonato Regional Continente	Local	Póvoa de Varzim
Morada	Praia Urbana da Póvoa de Varzim e Marina da Póvoa de Varzim		
Diretor	Paulo Sarmento	Contacto	967064795
Responsável	Paulo Sarmento	Contacto	967064795
Treinador	Raul Arenas	Contacto	918350276
Descrição da atividade	Pesca Submarina		

1. Enquadramento

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). A doença 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.

A COVID-19 pode transmitir-se entre pessoas durante uma exposição próxima. Esta transmissão acontece quando pessoas infetadas tosse, espirram ou falam e as gotículas lançadas ao ar entram em contacto com a boca, nariz ou olhos de outra pessoa. Estas gotículas podem também ser inaladas diretamente para os pulmões. As pessoas doentes, mas assintomáticas (sem sintomas) podem também transmitir a doença.

A COVID-19 foi reconhecida como Pandemia a 11 de março de 2020 pela Organização Mundial de Saúde. Em Portugal, as medidas de Saúde Pública têm sido implementadas de acordo com as várias fases de preparação e resposta a situações epidémicas, por forma a diminuir progressivamente a transmissão do vírus, prestar os cuidados de saúde adequados a todos os doentes e proteger a Saúde Pública.

O sucesso das medidas de Saúde Pública depende da colaboração de todos os cidadãos, das instituições e organizações, e da sociedade. É sabido que o risco de transmissão aumenta com a exposição a um número elevado de pessoas, especialmente em ambientes fechados.

O desporto comporta características variadas, abrangendo diversas modalidades, que podem ir de modalidades individuais praticadas a solo e distantes de outros praticantes, a modalidades praticadas em grupo ou individualmente com um ou vários adversários, em proximidade e contacto mais direto e prolongado. A tipologia de modalidades desportivas acarreta diferentes riscos, não só pelo número de pessoas envolvidas, mas também pelas características das mesmas, pelo que urge planear e implementar medidas específicas e contextualizadas, em conformidade

com o risco de transmissão e exposição ao SARS-CoV-2, agrupando as modalidades em alto, médio e baixo risco.

Uma vez que o risco da modalidade e a responsabilidade inerente às federações varia tanto entre as modalidades desportivas, como entre as diferentes disciplinas/vertentes pretende-se definir orientações específicas que permitam um regresso aos treinos e competições em segurança, minimizando o risco de transmissão do SARS-CoV-2. Além disso, por forma a garantir o cumprimento destas orientações para a proteção da Saúde Pública, são, no atual momento epidemiológico, apenas consideradas, a retoma da atividade desportiva enquadrada por federações desportivas com estatuto de utilidade pública desportiva, nos termos do Decreto-Lei

n.º 248-B/2008 de 31 de dezembro, na sua redação atual ou outras associações promotoras de modalidades olímpicas e paralímpicas que não estejam enquadradas em federações detentoras de utilidade pública desportiva. Note-se que toda a restante prática de exercício físico e desportiva é regulada pela Orientação 030/2020, da DGS, na sua redação atual.

2. Pessoal Autorizado a Utilizar as Instalações

Apenas os atletas, delegados e treinadores, estão autorizados a aceder e permanecer nos locais de prova e áreas reservadas aos atletas. Não será permitida a presença de público em qualquer momento do evento.

3. Equipamento de Proteção Individual

Todos os presentes no interior da instalação desportiva deverão seguir as normas mais recentes da Direção-Geral de Saúde relativamente à utilização de EPIs.

Assim, é obrigatório o uso de máscara para todos os participantes no evento, sendo apenas dispensado o seu uso durante o aquecimento ou competição

4. Deslocações e processos administrativos

A responsabilidade de cumprimento das regras de transportes definidas pela direção geral de Saúde, para o local da competição é da inteira responsabilidade de cada um dos clubes/atletas.

Aos atletas, delegados, treinadores ou qualquer outro agente desportivo autorizado a participar no evento, que se suspeite terem sintomas de contaminação pelo Coronavírus / COVID-19 (tosse, febre, dificuldade respiratória e temperatura elevada +38°C) não será permitido o acesso ao local da competição.

No dia da competição os agentes desportivos só se devem dirigir às instalações da prova se assintomáticos. Na presença de sintomas ou de temperatura elevada medida no domicílio, devem abster-se da deslocação ao evento e procurar assistência médica.

As deslocações nos locais da prova devem ser realizadas com a distância de, pelo menos, 2 metros de outros utilizadores e com uso obrigatório de máscara. A

utilização da máscara só é opcional para as atletas, no exterior e durante o aquecimento ou competição.

Todos os processos administrativos, reunião de delegados, reunião de arbitragem, pesagens e cerimónia de pódio, devem ser realizados no menor tempo possível e respeitando a distância de 2 metros.

Não é permitido o contacto físico entre agentes desportivos participantes no evento exceto em situações de emergência ou quando a atividade assim o exigir.

5. Equipamento e instalações

Está proibida a utilização de balneários quer para troca de roupa quer para banhos, estando apenas permitido o acesso para uso das casas de banho lá existentes.

6. Plano de contingência de sintomas durante a competição

Existe uma sala de Isolamento com WC exclusivo na Marina da Póvoa de Varzim, munida de termómetro, lenços papel, luvas e máscara, alimentos secos e água, recipiente para lixo e os procedimentos a seguir bem como os meios a ativar em caso de sintomas durante a competição.

No caso de deteção de caso suspeito, a pessoa que o identificar deve:

1. Colocar máscara e luvas, ANTES de se aproximar;
2. Entregar máscara e luvas à pessoa com sinais de doença;
3. Indicar à pessoa a sala preparada para isolamento

Acompanhar com, pelo menos, 1 metro de distância, a pessoa até à zona da sala de isolamento pelo percurso definido, evitando contacto próximo com outras pessoas

Já na sala, o responsável pelo plano de contingência COVID-19 deve fazer a identificação e registo dos espaços frequentados pela pessoa e dos contactos estabelecidos com a mesma nesse local.

A pessoa com sinais de doença:

1. Segue as orientações constantes do folheto disponível na sala de isolamento profilático;
2. Contacta a Linha Saúde 24 (808 24 24 24) e segue as instruções.

7. Pesagens e Cerimónia de Pódio

Devem ser evitadas aglomerações durante as pesagens e cerimónia de pódio, devendo ser mantido o distanciamento social de pelo menos 2 metros entre todos os participantes.