

**FEDERAÇÃO PAULISTA DE ATLETISMO
RESOLUÇÃO DA PRESIDÊNCIA 004/2020**

**RECOMENDAÇÕES MÉDICAS PARA REALIZAÇÃO DE COMPETIÇÕES DE CORRIDA DE RUA E EVENTOS
CORRELATOS NO ESTADO DE SÃO PAULO, CONSIDERANDO A PANDEMIA PELA COVID-19.**

Apoio:



O alastramento da COVID-19 e o estado de pandemia instalado no país geraram repercussões em toda a população. Visando a preservação da saúde, redução da proliferação do vírus e, em obediência ao Decreto Estadual/SP 64.881, de 22/03/2020 e Decretos Municipais, a Federação Paulista de Atletismo (FPA) suspendeu todas as competições esportivas por ela promovidas e homologadas, tanto as de pista e campo, quanto às corridas de rua. Estas medidas adotadas pelos governos municipal e estadual, para enfrentamento dessa grave crise, foram vitais para o controle da letalidade em nossa cidade, dando condições para que a sociedade se preparasse e protegesse. Entretanto, é importante que, com as ações de flexibilização das medidas de isolamento social, determinadas pelos poderes públicos constituídos, o Atletismo consiga retomar suas atividades, ajudando na manutenção da saúde da população, pelos reconhecidos benefícios da prática esportiva, como também na preservação do emprego e renda de milhares de pessoas e empresas que dependem da realização das competições. Temos acompanhado as pesquisas, publicações internacionais e medidas adotadas em vários países, para um retorno seguro dos eventos esportivos e da cadeia produtiva que os envolvem. Por isso, vimos, através deste documento, elaborado pela Sociedade Brasileira de Medicina do Exercício e do Esporte (SBMEE), contando com a participação de representantes da FPA, e baseado em orientações da Organização Mundial de Saúde (OMS), apresentar recomendações que, seguidas integralmente, possibilitem, do ponto de vista médico, a retomada das atividades da Corrida de Rua, em todo o estado. Organizamos a proposta em 6 grupos, contendo medidas que ofereçam adequada proteção aos praticantes e demais envolvidos nos ambientes compartilhados. Estas ações visam proporcionar a necessária segurança sanitária, bem como uma coordenação de iniciativas para adequação a este momento de exceção, onde não dispomos de vacina ou de tratamento específicos para a COVID-19.

I - COMUNICAÇÃO E INFORMAÇÃO

1. Exibir em local visível, na entrada da competição, as informações das medidas de prevenção, a respeito da COVID-19, a serem cumpridas no evento, elencadas nos grupos III (proteção individual) e IV (proteção coletiva);
2. Realizar o registro de todos os atletas, participantes e colaboradores, através do preenchimento do Questionário Médico sobre COVID-19 (Anexo I);
3. A Organização da prova deverá encaminhar este Questionário à direção médica do evento, de imediato, para a devida análise e eventuais providências;
4. Um relatório final, acerca destes Questionários, deverá ser enviado à FPA;
5. Todos os participantes, no ato da retirada do kit do evento, devem assinar um Termo de Responsabilidade, onde manifestam ciência dos possíveis riscos de contágio da COVID-19, bem como dos demais riscos associados à participação na prova;
6. Organização e staffs devem ser orientados e treinados quanto às medidas de segurança e redução do risco de transmissão da COVID-19.

II - HIGIENIZAÇÃO E DESCONTAMINAÇÃO

1. Disponibilizar sabão líquido / ou água e sabão / ou álcool em gel 70% aos competidores e todos os demais envolvidos no evento;

Rua Manoel da Nóbrega, 800 - CEP 04001-002 - CNPJ - 62.894.803/0001-94



2. Disponibilizar sabão líquido / ou água e sabão / ou álcool em gel 70% e papéis com folhas não contínuas, nos banheiros químicos e banheiros permanentes;
3. Demais medidas específicas serão abordadas nos grupos subsequentes.

III - MEDIDAS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

Apoio:

1. Todos os competidores e demais presentes devem USAR MÁSCARA, durante todo o período do evento (ver exceções definidas nos itens 3, 4 e 5, abaixo), mantendo distanciamento mínimo interpessoal obrigatório de 2 metros, no período prévio à corrida, durante a competição, na dispersão pós evento, assim como na área de premiação.
2. Deve ser realizada a troca da máscara toda vez que estiver muito úmida, descartando as já utilizadas em lixeiras próprias, disponibilizadas e identificadas pela organização;
3. Para os competidores que apresentarem à organização testes de RT-PCR e IgM para COVID-19, realizados até 72 horas antes do evento, sendo AMBOS negativos, será autorizada a retirada da máscara, após a largada, podendo competir sem esse acessório, voltando a colocar nova máscara depois de encerrar o percurso;
4. Competidores que tiverem RT-PCR positivo, mas com histórico de ter contraído a COVID-19 há mais de 14 dias, devem apresentar Atestado Médico informando sobre essa situação e liberando o atleta a participar do evento. Nesse caso, o corredor poderá retirar a máscara, após a largada, voltando a colocar esse acessório depois de encerrar o percurso;
5. Atletas com histórico de COVID-19 curada estarão autorizados a retirar a máscara, na largada, sem a necessidade de apresentação de testes (RT-PCR e IgM), desde que tragam Atestado Médico informando sobre essa situação e liberando o competidor a participar do evento. Após encerrado o percurso, o corredor deverá colocar novamente uma máscara;
6. A retirada da máscara, durante a corrida, nos casos descritos nos itens 3, 4 e 5 acima, será permitida para estes citados competidores, salientando que poderão optar por permanecer com a mesma;
7. Nas localidades onde houver legislação obrigando o uso de máscara em ambiente público, a possibilidade de retirada deste acessório durante a corrida, supracitada nos itens 3, 4 e 5, apenas poderá ocorrer na vigência de autorização especial, emanada pelo poder público competente;
8. Corredores que apresentarem RT-PCR positivo ou IgM positivo para COVID-19 serão impedidos de participar do evento, devendo ser orientados a procurar atendimento médico para confirmação e acompanhamento de seu quadro clínico;
9. Os resultados de testagem e/ou Atestados Médicos, acima mencionados, deverão ser entregues à coordenação médica da prova, através de meio eletrônico estabelecido pela organização do evento, até 24 horas antes do evento;
10. Para os demais atletas, sem a testagem prévia ou sem o Atestado Médico supracitados, o uso de máscara durante a corrida é OBRIGATÓRIO;
11. Para os atletas que deverão competir com máscara, a troca da mesma deverá ocorrer OBRIGATORIAMENTE em todas as "Aid Stations", que estarão instaladas junto aos postos de hidratação;
12. Qualquer atleta que apresentar manifestações clínicas compatíveis com a COVID-19 (descritas no Questionário de registro), entre o ato de inscrição e a prova, não poderá competir, devendo procurar orientação médica;
13. Recomendar que os participantes tragam de casa sua hidratação, carregando-a junto ao corpo e sem nunca compartilhar os recipientes;
14. Nos postos de hidratação devem ser disponibilizados copos de água e/ou isotônicos em embalagem individual e lacrada, assim como orientar o não compartilhamento dos mesmos;
15. Orientar a lavagem das mãos até os punhos, com água e sabão ou higienizá-las com álcool em gel 70%;

Rua Manoel da Nóbrega, 800 - CEP 04001-002 - CNPJ - 62.894.803/0001-94



FEDERAÇÃO PAULISTA DE ATLETISMO

Atletismo Paulista



16. Orientar a prática da etiqueta respiratória (ao tossir ou espirrar, não usar as mãos para cobrir o rosto, devendo utilizar a parte interna do braço; higienizar as mãos com frequência; não manipular a máscara pela parte frontal; além da já citada manutenção de distanciamento interpessoal mínimo de 2 metros); 17. Orientar para não realizar cumprimentos com aperto de mãos ou abraço, além de evitar tocar a própria boca, nariz ou olho.

Apoio:

IV - MEDIDAS DE PROTEÇÃO COLETIVA

1. Os eventos não devem disponibilizar guarda-volumes, nem outros locais que possam provocar aglomeração de pessoas;
2. Orientar que não se levem mochilas e/ou acessórios que demandem cuidados, com exceção de garrafas de água ou "squeezes", devido à não disponibilidade de guarda volumes nestes eventos;
3. Checar a temperatura dos participantes e equipe de trabalho antes de adentrarem o espaço reservado ao evento, não autorizando a entrada dessas pessoas se apresentarem temperatura acima de 37,5°;
4. Evitar aglomerações nos momentos antes e pós-corrída, mantendo a distância mínima de 2 metros recomendada; durante a corrida, respeitar essa recomendação de distanciamento, também evitando correr logo atrás de outro competidor;
5. As pessoas pertencentes a grupos de risco para COVID-19 (maiores de 60 anos; cardiopatas; hipertensos; doentes pulmonares crônicos; diabéticos; obesos; imunodeprimidos; portadores de outras doenças crônicas etc.) devem ser desaconselhadas a participar das corridas, durante a vigência da pandemia;
6. Orientar que todas as pessoas que tem cabelos compridos devem mantê-los presos;
7. Controlar o acesso aos sanitários, garantindo o respeito às normas de distanciamento anteriormente citadas.

V - ADEQUAÇÃO DOS LOCAIS E FORMAS DE PRÁTICA PARA COMPETIÇÃO

1. Os locais não devem usar cancelas ou catracas que obriguem o uso das mãos para permissão de entrada. Em caso de impossibilidade de desativação das existentes, a entrada do usuário deverá ser liberada por funcionário que utilize equipamentos de proteção individual;
2. Intensificar a frequência de higienização apropriada de superfícies de objetos com alto potencial de contaminação, como mesas, maçanetas, interruptores de luz, torneiras, corrimãos, pias, sanitários e pisos dos mesmos, entre outros;
3. Todos os fluxos dentro do local de competição devem ser unidirecionais;
4. Reduzir a quantidade de pessoas nos locais fechados, adequando o tamanho dos mesmos, de modo a garantir 6m²/pessoa;
5. Não permitir o uso de áreas de convivência (espaço kids, salas de espera etc.) nem a disponibilização de bebedouros para uso coletivo;
6. Devem ser disponibilizadas lixeiras coletoras de material infectante, devidamente identificadas, ao longo do percurso, bem como nos locais de largada e chegada;
7. Todo o resíduo gerado, considerado infectante, deve ser descartado de maneira adequada, conforme legislação vigente;
8. Devem ser disponibilizadas máscaras: na largada, para participantes que eventualmente tenham que trocar sua proteção e não tenham sobressalentes; nas áreas de troca obrigatória durante a corrida ("Aid Stations"); e logo após a chegada;
9. Os profissionais envolvidos na organização do evento (produção; arbitragem; staff; cronometragem; fotografia etc.) devem utilizar máscaras, face shield e/ou outros EPIs adequados às áreas de possível infecção durante o evento;

Rua Manoel da Nóbrega, 800 - CEP 04001-002 - CNPJ - 62.894.803/0001-94



Apoio:



10. Disponibilizar profissionais para atuarem nos preparativos de largada, na partida propriamente dita, na chegada, zona de dispersão e de premiação, para orientar e garantir o respeito ao distanciamento interpessoal e evitar aglomerações;
11. Deverá ser assegurado atendimento apropriado a participantes portadores de necessidades especiais nos eventos, com horário exclusivo;
12. Reduzir ao mínimo as equipes técnicas que acompanham os competidores;
13. Ampliar as áreas de confirmação, entrada de atletas e controle de temperatura, de modo a garantir o distanciamento preconizado dos praticantes;
14. Evitar potenciais pontos de choque (aglomeração) durante o evento, como portões e entrada para largada;
15. Estabelecimento de Pelotão de Elite, que será o primeiro a largar, sendo que todos os seus integrantes precisam estar testados/liberados, respeitando o distanciamento mínimo de 2 metros entre os participantes;
16. Realização de largada das provas em formato de “ondas”, com os demais pelotões devendo largar em subgrupos (blocos) determinados previamente pela organização, de forma intermitente;
17. A sequência de largada de todos os blocos deve respeitar a separação entre testados e sem testagem, com os subgrupos de não testados sendo os últimos a largar;
18. Os corredores testados/liberados e os sem testagem devem receber e portar identificação visível desta sua condição (por exemplo, disponibilização de pulseiras de cores diferentes);
19. A quantidade de corredores a ser estabelecida para cada subgrupo de largada deve ser compatível com as dimensões da área de partida e respectiva logística viável de distribuição dos integrantes de cada bloco, assegurando a distância entre os integrantes de cada pelotão de, no mínimo, 2 metros;
20. Na área de largada, deve haver demarcação no chão, para posicionamento de cada atleta em seu subgrupo de partida, a fim de garantir o distanciamento mínimo preconizado entre os competidores;
21. Atenção especial para com os competidores que ainda estejam aguardando a formação de largada de seu bloco predeterminado, disponibilizando espaço físico apropriado para que não aglomerem e mantenham distanciamento interpessoal adequado;
22. Os pagamentos, inscrições, reuniões, conferências e congressos técnicos devem ser realizados através de plataformas virtuais, de modo a evitar aglomerações;
23. Certificar-se que antes, durante e logo após a competição, todos (atletas, staff, organização etc.) estejam cientes do protocolo de segurança e planilha de risco da OMS (anexo traduzido), divulgado no site e mídias oficiais da FPA, também disponibilizado e visível no local do evento;
24. As entregas de hidratação, alimentação, chips de cronometragem e/ou kits devem ser realizadas em embalagens individuais, devidamente higienizadas e desinfetadas, e entregues de forma a não provocar aglomerações;
25. Restrição das atividades de marketing a ações que não ocasionem aglomerações.

VI - ÁREA MÉDICA E ATENDIMENTO PRÉ-HOSPITALAR DE URGÊNCIA E EMERGÊNCIA

1. A quantidade de profissionais, equipamentos, macas etc. deverá ser compatível com o número de competidores do evento, seguindo as recomendações do “American College Sports Medicine” (ACSM) publicadas, em português, na Revista Brasileira de Medicina do Esporte (Vol. 5, nº 3 – Mai/Jun, 1999), páginas 114-115 (* link de acesso disponível no final do documento);
2. O número de ambulâncias deverá ser compatível com o número de competidores do evento, seguindo as recomendações do “American College Sports Medicine” (ACSM) publicadas, em português, na Revista Brasileira de Medicina do Esporte (Vol. 5, nº 3 – Mai/Jun, 1999), páginas 114-115 (* link de acesso disponível no final do documento);

Apoio:



3. Devido à pandemia de COVID-19, a quantidade de ambulâncias deverá ser ajustada à necessidade de separação para atendimento exclusivo de atletas testados e sem testagem;
4. Todos os profissionais da equipe médica devem estar com os EPIs necessários e adequados (incluindo aventais, máscaras, óculos de proteção, face shield etc.);
5. A estrutura do departamento médico deve ser composta por, pelo menos, 2 tendas, com medidas e estrutura física adequadas, com divisória em cada uma delas, delimitando duas áreas distintas de atendimento, internamente (ver itens 4 a 9, abaixo);
6. Nesse período de pandemia, uma tenda será para competidores testados/liberados e a outra para os sem testagem, mantendo a prudente separação feita entre esses dois grupos, desde a largada;
7. O corpo médico e de auxiliares deve ser dividido em equipe para atendimento de pacientes testados e equipe para atendimento de não testados, não podendo haver intercâmbio de profissionais entre estas equipes;
8. Os equipamentos e materiais são de uso exclusivo de cada tenda, não sendo permitido o intercâmbio dos mesmos;
9. Em cada tenda, os atendimentos devem ser delimitados pela divisória nela existente, formando duas áreas internas distintas, de acordo com o nível de complexidade, ou seja, área azul e verde e área vermelha e amarela;
10. O local de atendimento de casos de maior gravidade (área vermelha e amarela), em cada tenda, deve conter macas com separação mínima de 1,5 metro entre elas;
11. A área de menor complexidade (azul e verde), em cada tenda, deve conter cadeiras plásticas para apoio aos atendimentos, respeitando o distanciamento mínimo de 2 metros entre elas;
12. Devem estar disponíveis, pelo menos, 2 pessoas da área de limpeza em cada tenda, devidamente paramentadas, a fim de manter a higienização adequada entre e durante os atendimentos médicos;
13. Deverá haver dispositivo de limpeza e secagem de calçados, tais como tapetes de descontaminação, na entrada da área médica.

Cabe salientar que essas medidas protetivas à saúde dos praticantes são recomendações mínimas, e que as Secretarias Municipais onde estará ocorrendo o evento, Secretarias Estaduais e/ou Ministério da Saúde poderão dar outras orientações. Pelo caráter dinâmico de comportamento da pandemia de COVID-19, estas recomendações poderão ser atualizadas, sempre sob a responsabilidade técnica da FPA e, na área médica, mediante aprovação da SBMEE.

[*https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86921999000300009&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86921999000300009&lng=en&nrm=iso&tlng=pt)

PARTICIPARAM DA ELABORAÇÃO DESTE DOCUMENTO:

Dra. Ana Paula Rennó Sierra, Sr. Boanerges Dias da Costa, Dr. Fernando Carmelo Torres, Dr. Gerson de Andrade Souza, Dr. Gustavo Starling Torres, Prof. Joel Lucas Vieira de Oliveira, Dr. Lourenço Sampaio de Mara, Dr. Marcelo Bichels Leitão, Dr. Mauro Moreira.


Joel Lucas Vieira de Oliveira
Presidente
Federação Paulista de Atletismo



Presidente
Sociedade Brasileira de Medicina
do Exercício e do Esporte

ANEXO I

| Questionário Médico para COVID-19 | | |
|---|----------|--------------------------------|
| Nome: | | Sexo: () Masc. () Fem. |
| RG: | CPF: | |
| E-mail: | Tel: () | |
| Responda as perguntas abaixo: | | |
| 1. Teve COVID-19 (novo Coronavírus) durante esta pandemia? | | () Sim () Não |
| Assinale SIM ou NÃO em todas as perguntas abaixo para cada período indicado ao lado | | Nos últimos 14 dias |
| 2. Teve febre? | | () Sim () Não |
| 3. Teve dor de cabeça? | | () Sim () Não |
| 4. Teve secreção nasal ou espirros? | | () Sim () Não |
| 5. Teve dor ou irritação na garganta? | | () Sim () Não |
| 6. Teve tosse? | | () Sim () Não |
| 7. Teve falta de ar? | | () Sim () Não |
| 8. Teve dores no corpo? | | () Sim () Não |
| 9. Teve diarreia? | | () Sim () Não |
| 10. Teve perda de olfato (parou de sentir cheiros)? | | () Sim () Não |
| 11. Teve contato com alguém com COVID-19? | | () Sim () Não |
| 12. Você fez algum exame para COVID19? | | () Sim () Não |
| 13. Algum exame feito deu resultado positivo? | | () Sim () Não |
| 14. Se já teve COVID-19 ou algum exame positivo, está liberado pelos médicos sem possibilidade de transmissão da doença? | | () Sim () Não () Não Sei |
| Acrescente informações adicionais, se desejar: | | |
| | | |
| | | |
| Declaro, nas formas da lei, que as informações acima correspondem à verdade e estou ciente que posso colocar em risco a saúde de outras pessoas, caso não forneça as respostas corretas, estando de acordo com as regras da competição. | | |
| Assinatura: | | Data: / / |

Apoio:

