

São Paulo, 10 de setembro de 2020

Documento nº 2020-0909a

**FEDERAÇÃO PAULISTA DE TRIATHLON
RESOLUÇÃO DA PRESIDÊNCIA 001/2020**

**RECOMENDAÇÕES MÉDICAS PARA PREVENÇÃO À COVID-19 PARA ORGANIZADORES DE
EVENTO DE TRIATHLON NO ESTADO DE SÃO PAULO.**

Em vista da pandemia da COVID-19, medidas preventivas foram instauradas tanto no âmbito municipal, estadual e federal no intuito de preservar a saúde da população brasileira. As medidas de isolamento social foram cruciais para a conter o avanço da COVID-19. No entanto algumas medidas de flexibilização do isolamento social foram tomadas e considerando-as este documento foi preparado pela **Sociedade Paulista de Medicina Desportiva (SPAMDE)**, em conjunto com a **Comissão de Oficiais Técnicos Triathlon Brasil** e **Confederação Brasileira de Triathlon (CBTRI)**, baseado no **Guia da União Internacional de Triathlon (ITU)**, atentando para todas as recomendações da **Organização Mundial de Saúde (OMS)**. As orientações que serão apresentadas neste documento é voltado para uma organização segura de eventos de Triathlon enquanto houver risco de contaminação por COVID-19, priorizando a proteção, à saúde e a segurança de atletas, staffs, público e demais envolvidos em eventos esportivos, sempre respeitando as normas regidas pelo Ministério da Saúde, Secretarias de Saúde Estaduais e Municipais. Os eventos internacionais que serão realizados no Brasil, devem utilizar o Guia da ITU.

I - RESPONSABILIDADE INDIVIDUAL

1. Os participantes do evento devem manter distância mínima de 2 metros entre si; também devem lavar as mãos frequentemente usando água e sabão ou álcool 70%. É necessário evitar apertos de mãos e abraços, assim como evitar tocar na boca, nariz ou olhos. Lavar as mãos e manter o distanciamento são as medidas mais importantes de prevenção. Treinadores e atletas devem ter cuidado com o *overtraining* (sobretreinamento);
2. Pessoas com sintomas respiratórios agudos (tosse, falta de ar, dificuldade em respirar ou dor de garganta) devem manter-se em casa. Pessoas com sintomas respiratórios agudos devem sempre manter distância, lavar as mãos e usar máscaras; aqueles que se sentirem doentes não devem comparecer ao evento. Em caso de sintomas mais graves anteriores ao evento, procurar urgentemente atenção médica.

II - PROVISÕES MÉDICAS E RECOMENDAÇÕES PARA ORGANIZADORES DE EVENTOS COM CONTROLE DE RISCOS; CUIDADOS COM OS PARTICIPANTES E COM SUAS CONDUTAS

1. A CBTRI enfatiza a recomendação de máscaras cobrindo nariz para todos os envolvidos no evento esportivo (voluntários, staffs, oficiais técnicos, treinadores e espectadores); atletas devem usar máscaras durante atividades pré-competição e pós-competição e devem higienizar as mãos regularmente;
2. É necessário a separação entre atletas, oficiais, espectadores e *staff* no mínimo de 2 metros de distância; os atletas devem usar máscaras nas atividades pré e pós competição. Fica proibido o compartilhamento de qualquer equipamento entre atletas, em especial garrafas de água e copos. Todos inscritos que se apresentarem assintomáticos ou com mal-estar não devem comparecer ao evento e cada participante deve disponibilizar, além dos dados pessoais, informações de contato de emergência para o organizador;
3. Água e sabão ou álcool 70% devem ser acessíveis em todas as áreas comuns, em especial nas de tratamento médico. Staffs e voluntários com sintomas durante o evento devem usar material de proteção, informar ao organizador do evento e ser imediatamente isolados; será necessário também determinar de que forma as partes serão notificadas em caso de uma situação com COVID-19;
4. Agendar contato prévio com autoridades locais de saúde e alinhar a ação em caso de identificação de sintomáticos do COVID-19. Atenção aos indivíduos pertencentes aos grupos de risco como pessoas portadoras de doenças crônicas e maiores de 60 anos, a sugestão é não incluir a categoria de idade +60;
5. O organizador do evento deve sempre anunciar no site e na arena do evento, por meio de locutor (áudio) e comunicação visual a importância de: manter o distanciamento social; higienizar as mãos; evitar contato corporal e o uso de máscaras;
6. O produtor deve fazer o controle de riscos com as entidades de saúde locais levando em conta as características do Triathlon. Através do seguinte link (<https://apps.who.int/iris/handle/10665/333187>) é disponibilizado o *checklist* da OMS para análise e mitigação de risco por reunião em massa no contexto da COVID-19. Esse documento deve ser preenchido pelo produtor. O Nível do risco depende da probabilidade de ocorrer contágio e do impacto desta ocorrência. Decisões sobre aceitabilidade consideram em primeiro lugar a saúde humana. Outros fatores (econômicos, sociais e técnicos) podem também ser considerados. A Caracterização depende das perguntas feitas (Ex: qual o impacto no evento? Qual o impacto sobre a saúde pública?). Como respostas, deve caracterizar em: **Muito Baixo** sendo o risco geral

de transmissão e disseminação da COVID-19 em relação a concentração de pessoas é muito baixo, com pouca ou nenhuma consequência para o evento; Baixo com risco geral de transmissão e disseminação da COVID-19 em relação à concentração de pessoas é baixo, estudar se medidas de mitigação devem ser fortalecidas; **Moderado** sendo que o risco geral de transmissão e disseminação é moderado, esforços significantes (mitigação ou redução do risco), pois mortes ou adoecimentos podem ocorrer (e.g. COVID-19), serviços de saúde são acionados; **Alto**: esforços significantes (mitigação ou redução) do risco balizam se a decisão de adiar ou cancelar o evento é considerada. Perturbação para o evento e reputação de quem sedia, com mortes e doenças associadas, tensão saúde pública/ serviços médicos;

7. A confederação Brasileira de Triathlon recomenda aos produtores de evento apenas conduzirem o evento exclusivamente se houver impacto **Muito Baixo** ou **Baixo**. As orientações deste documento devem contribuir para manter o evento dentro do nível de impacto Muito Baixo ou Baixo, não contribuindo, assim, para disseminação da COVID-19;
8. Aos atletas, treinadores, oficiais, staff local e todos os clientes credenciados, o regulamento do evento deve acrescentar no seu termo de responsabilidade a observação seguinte: "Declaro que não irei participar do evento, caso esteja sentindo: febre, tosse seca, dor de garganta, diarreia, conjuntivite, dificuldades de respirar, dor no peito ou qualquer outro sintoma de COVID-19".

III - ADEQUAÇÃO DO LOCAL DE REALIZAÇÃO DO EVENTO E SERVIÇOS PARA OS ATLETAS

1. Atletas, voluntários e staffs devem usar máscaras; todos os espaços o distanciamento social deve ser respeitado; na entrada de cada tenda ou sala deve haver equipamento higienizador de mãos a base de álcool 70%. Deve-se desinfetar áreas e estruturas usadas por muitas pessoas, muitas vezes durante o evento;
2. É preciso a quantidade mínima e necessária de staffs e voluntários para o bom andamento do evento, suas condições de trabalho devem assegurar o cumprimento das recomendações das autoridades de saúde e todas as sessões de treinamento devem respeitar o distanciamento social;
3. A CBTRI não recomenda a realização de qualquer atividade extra evento esportivo que envolva aglomeração, como feiras e jantares;
4. No que diz respeito aos serviços de mídia, deve ser reforçado o uso de máscara. É necessário que a quantidade de credenciados deva permitir o distanciamento, sendo 2 metros entre assentos. Na zona de fotografia deve ser providenciada a marcação de 2

metros entre fotógrafos e, na zona mista, repórteres ficam a 2 metros dos atletas, também com a devida marcação no chão;

5. Os times de oficiais técnicos para cada evento serão equacionados com o mínimo possível a ser usado; as acomodações, quando necessárias, serão, preferencialmente, individuais;
6. Nos serviços disponibilizados aos atletas, o produtor deve procurar formas de fazer o briefing (congresso técnico) e outras ações online; todos os cuidados sanitários devem ser seguidos na montagem dos kits, que devem ser distribuídos através do Sistema *Drive Thru*, com entrega a domicílio ou com horários estabelecidos em ordem alfabética ou numérica para respeitar o distanciamento social. Banheiros químicos deverão seguir padrão de higienização após cada utilização;
7. O Guarda Volumes oferecido pelo organizador precisa respeitar a distância de 2 metros dentro e fora da tenda, com marcação no chão. O atleta deixará a sua sacola identificado no local marcado e, para pegar, apresenta o número e os voluntários depositam a sacola na mesma. O staff do guarda-volumes acomodará as sacolas em sacos fornecidos pelo produtor e higienizados com álcool 70%.

IV - MEDIDAS NA REALIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO

1. Evento com ELITE/U23/JUNIOR devem evitar eventos com mais de 60 atletas. Competições com CATEGORIA DE IDADE será liberada apenas as que possuírem vácuo proibido;
2. Para o *check in* e *check out* na transição, todos os oficiais técnicos, voluntários e atletas envolvidos devem usar máscaras; o procedimento precisa ser simplificado e ocorrer no menor tempo possível. Não haverá marcação de corpo com canetões (preferir o uso individual da tatuagem). A distância de 2 metros entre atletas deve ser respeitada dentro da transição e marcada na área de espera, fora da transição. O *check in* deve ser feito em horários divididos por numeração, calculados de acordo com o número de atletas, tamanho da transição e número de entradas. Toda checagem do equipamento de competição será visual. Se for necessária checagem física um instrumento de higienização deve ser entregue para que o atleta possa fazer a higienização após o contato do Oficial Técnico no equipamento de competição;
3. Na categoria ELITE/U23/JUNIOR atletas devem ser alinhados para a largada respeitando a distância mínima de 2 metros fora da área de largada para a apresentação, que deve ser rápida. Em função do número de atletas, pode ocorrer largada em ondas com separação Elite, Sub23 e Junior. Na largada os atletas devem estar posicionados com distanciamento de 1 metro ou mais entre si;


4. Na CATEGORIA DE IDADE é necessário largadas em sequência ("rolling start system"), ou com ondas que permitam a manutenção do distanciamento; a ordem de largada será determinada e todos os atletas devem ser avisados da necessidade de ficar fora da área antes da sua largada. O horário exato dos intervalos de largada será fornecido a cada atleta, e estes não poderão alinhar fora do seu horário;
5. Para a categoria de PARATRIATHLON, para os casos que o atleta precise de ajuda pessoal para largada e saída da água, deverão levar seus próprios *handlers*, que precisam seguir as orientações recomendadas, como estar credenciado, responder os relatórios e usar máscara e luvas;
6. Não serão permitidas Tendas de Trocas; os atletas poderão manter seu equipamento no espaço designado na transição e não devem expor o torso visto que a nudez é proibida;
7. Na zona de transição para ELITE/U23/JUNIOR/PARATRIATHLON a recomendação atual do Manual de Organizadores de evento já contempla as recomendações de distanciamento social. Para a CATEGORIA DE IDADE o organizador deve providenciar espaço mínimo de 2 metros para cada atleta na transição, os equipamentos podem estar em distâncias menores de 2m entre eles, porém deve-se evitar a simultaneidade desses atletas com equipamentos com distância inferior a 2 metros na área de transição. Formas alternativas de rack podem ser usadas. Em eventos que permitam a utilização de traje de Neoprene, não será permitido qualquer tipo de ajuda externa para retirá-lo, sendo responsabilidade única do atleta;
8. No ciclismo, o vácuo é liberado apenas para evento de categoria ELITE/U23/JUNIOR; recomenda-se nos eventos de vácuo proibido um distanciamento de 20 metros. Oficiais técnicos devem conduzir a moto no percurso, sem a presença de pilotos e devem usar capacete *open-face* com máscara. É recomendada a criação de percursos mais amplos e diminuição para o menor número de voltas possível;
9. Na corrida, é recomendada a criação de percursos mais amplos, que evitem pontos com fluxo em ida e volta e com o menor número de voltas possíveis;
10. As estações de água disponibilizadas durante a competição devem ter seu comprimento aumentado, visto que precisam operar no sistema *self-service* na corrida, e no ciclismo deve ser mantido o plano já existente. A distância e disposição dos copos deverá ser ordenada de maneira que o atleta não encoste em mais de 1 copo. Haverá ponto específico para fazer o descarte de materiais utilizados, como garrafas e copos (área de descarte). A coleta do material descartado deverá ser feita por uma outra equipe de voluntários/*staffs*, todos com máscaras e luvas. Para eventos nas distâncias standard e menores, apenas água deve ser oferecida. Em qualquer outra distância apenas o alimento embalado pode ser oferecido. Recomenda-se servir apenas alimentos embalados na

prova. Um atleta não pode ficar em posição de tocar ninguém da mesa de estação de água que ele escolheu;

11. Os procedimentos do *PENALTY BOX* permanecem os mesmos, entretanto, a área deve ser estruturada de forma a respeitar o distanciamento social entre o penalizado e OTs, bem como outros atletas presentes no *penalty box*;
12. A faixa de chegada não deve ser usada para competições de PARATRIATHLON ou CATEGORIA DE IDADE. Em competições ELITE/U23/JUNIOR esta deve ser desinfetada entre os eventos. A área pós-pórtico de chegada deve ser mais longa, com 20 metros da linha de chegada até área dos fotógrafos. Após a chegada atletas são direcionados em fluxo único para a área de hidratação, alimentação e medalhas de *finisher*. A tenda médica deve estar próxima da área de alimentos. Após o atleta receber hidratação, alimentação e medalha de *finisher*, deve seguir para área de dispersão, que deve ser aberta e respeitar o distanciamento social. Imediatamente após concluir a prova, o atleta pode acessar a área de transição para retirada de equipamento, respeitando as orientações do oficial técnico responsável pela transição. Os alimentos devem ser embalados isoladamente seguindo as orientações da "World Health Organization" tópico *Food Safety* no seguinte link: <https://www.who.int/foodsafety/publications/5keysmanual/en/>
13. Não haverá cerimônia de premiação, os atletas premiados irão receber seu prêmio em um local sem a participação de público, de maneira individual, respeitando o distanciamento social.

PARTICIPARAM DA ELABORAÇÃO DESTE DOCUMENTO

Dra. Ana Paula Simões Ferreira, Ana Paula Vieira de Oliveira, Laila Marques Silva, Gustavo Neves Abade, Rychard Hryniewicz Junior



Dr. Fernando Bianchini Cardoso
Presidente Sociedade Paulista de
Medicina Desportiva



Rychard Hryniewicz Junior
Presidente Federação Paulista de Triathlon