



# MANUAL DE PROCEDIMENTOS FPN

CAMPEONATO NACIONAL  
DE INFANTIS

---

SETÚBAL  
24 e 25 de julho de 2021





## ÍNDICE

### 1. REGRAS ELEMENTARES OBRIGATÓRIAS

### 2. ENQUADRAMENTO

- 2.1. Plano de contingência da instalação
- 2.2. Procedimento por ocorrência de caso suspeito
- 2.3. Cadeia de Coordenação do Plano de Contingência
- 2.4. Número máximo de participantes
- 2.5. Responsabilidade do evento

### 3. RECOMENDAÇÕES GERAIS

- 3.1. Instalações
- 3.2. Equipamentos de proteção individual
- 3.3. Acesso às instalações
- 3.4. Percursos autorizados
- 3.5. Instalações sanitárias, balneários, cacifos e duches

### 4. CIRCULAÇÃO DE ATLETAS, TREINADORES E DELEGADOS/FISIOTERAPEUTAS

- 4.1. Controlo de entradas na instalação
- 4.2. Circulação dentro das instalações
- 4.3. Locais atribuídos a cada clube
- 4.4. Períodos de utilização da piscina para aquecimento
- 4.5. Acesso à câmara de chamada
- 4.6. Percurso de nadadores antes e depois da realização de cada prova
- 4.7. Circulação de treinadores
- 4.8. Circulação de delegados/fisioterapeutas

### 5. PROCEDIMENTOS DA COMPETIÇÃO

- 5.1. Reuniões técnicas
- 5.2. Aquecimento
- 5.3. Câmara de chamada
- 5.4. Período de descontração
- 5.5. Resultados
- 5.6. Cerimónia Protocolares

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS





## 6. ARBITRAGEM

- 6.1. Acesso às instalações
- 6.2. Balneários
- 6.3. Desempenho das funções

## 7. PROCEDIMENTOS DE LIMPEZA E DESINFEÇÃO

- 7.1. Higienização individual
- 7.2. Instalações sanitárias e zonas envolventes
- 7.3. Câmara de chamada
- 7.4. Blocos de partida
- 7.5. Limpeza e desinfeção entre a sessão da manhã e sessão da tarde

## 8. OUTROS

- Anexo 1 – Plano de Contingência da Instalação
- Anexo 2 – Regulamento de Prova
- Anexo 3 – Planta da piscina com a indicação dos percursos, zona de aquecimento e competição
- Anexo 4 – Termo de Responsabilidade de Equipa

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS



Moradia Complexo do Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 Cruz Quebrada

+351 21 415 81 90/91

+351 21 419 17 39

secretaria@fpnatacao.pt



## 1. REGRAS ELEMENTARES OBRIGATÓRIAS

- Uso de máscara cirúrgica homologada (ou KN95 ou FFP2) obrigatório dentro das instalações, exceto os nadadores imediatamente antes de entrarem na piscina quer para o aquecimento quer para prova. Após a prática os nadadores devem recolocar a máscara logo que possível ao chegarem junto dos pertences colocados no cais envolvente à piscina.
- A distância de segurança de 2m entre pessoas deve ser sempre observada por todos os intervenientes em todos os locais e durante todo o evento.
- Sendo a zona de equipas/atletas ao ar livre, as equipas devem cumprir rigorosamente o distanciamento social e as regras de etiqueta respiratória em vigor à data do evento.
- O calçado da rua não pode ser utilizado dentro da piscina.
- Dentro da piscina todos os intervenientes obrigatoriamente circulam com calçado exclusivo para o efeito. Não permitido circular descalço em nenhum espaço das instalações.
- Todos os agentes desportivos devem com regularidade proceder à desinfeção e higienização das mãos durante as sessões da competição.
- Os nadadores, treinadores, delegados/fisioterapeutas **obrigatoriamente circulam de chinelos ou com sobrebotas de proteção** (cada entidade é responsável pelo material a utilizar. A organização não disponibilizará sobrebotas para os clubes).
- A arbitragem, *staff* da organização e funcionários de serviço da instalação devem proceder à desinfeção periódica e regular do calçado que obrigatoriamente é de utilização exclusiva para dentro do cais da piscina.

## 2. ENQUADRAMENTO

O enquadramento legal para a realização do evento:

A realização do presente evento está regulada de acordo com o artigo 31º da Resolução do Conselho de Ministros nº45-C/2021 de 30 de abril, suportado pelas recomendações da DGS nº 036/2020 de 25/08/2020 atualizada a 17/04/2021.

Todos os intervenientes estão cientes que em qualquer altura este enquadramento pode ser alterado e carece sempre de autorização final da entidade de saúde regional devidamente adequado à situação pandémica à data da prova.

Por indicação da Federação Portuguesa de Natação (comunicado nº 14-21 de 09//04/21) e de acordo com regulamento de prova anexo (ANEXO 2) *“todos os participantes terão obrigatoriamente de apresentar teste Covid19 (teste rápido), negativo, até 24 horas antes do início da competição.*

*A organização da competição providenciará testes no dia anterior à realização do evento. O custo destes testes será definido logo que possível.”*





Todos os intervenientes estão cientes que em qualquer altura este enquadramento pode ser alterado e carece sempre de autorização final da entidade de saúde regional ou de tutela da instalação.

### 2.1. Plano de Contingência da Instalação

O plano de contingência da instalação deverá estar aprovado pela entidade de Saúde Regional e anexado a este Manual de Procedimentos.

### 2.2. Procedimento por Ocorrência de Caso Suspeito

Caso seja detetado algum caso suspeito durante a competição será aplicado o procedimento do Plano de Contingência da instalação.

### 2.3. Cadeia de Coordenação do Plano de Contingência

Responsável pela implementação do Plano > Diretor à Prova: Alexsander Esteves  
 Coordenação Médica > Médico da Prova: Dr. Rui Escaleira  
 Equipa Operativa > Responsável da instalação e equipa de paramédicos – Pedro Brandão

### 2.4. Número máximo de participantes

O nº máximo de participantes é de 250 nadadores por sessão, mais cerca de 50 treinadores e delegados. A arbitragem e equipa de trabalho da Federação Portuguesa de Natação será composta por cerca de 30 pessoas distribuídos pelas várias áreas de trabalho. Na piscina principal durante a competição estarão simultaneamente no máximo 70 pessoas. Este grupo engloba nadadores em prova, arbitragem, equipas de media, limpeza, voluntários e segurança.

### 2.5. Responsabilidade do Evento

O evento é realizado pela Federação Portuguesa de Natação, sendo sua a responsabilidade de fazer cumprir o estipulado e aprovado pela Entidade Regional de Saúde e Câmara Municipal de Setúbal.

## 3. RECOMENDAÇÕES GERAIS

### 3.1. Instalações

- As instalações estão fechadas e serão usadas exclusivamente pelos agentes desportivos indispensáveis à realização do evento.
- O acesso à instalação será condicionado à entrada do edifício unicamente a agentes autorizados e credenciados de acordo com o regulamento da prova divulgado pela FPN.
- Será efetuado eletronicamente perante a apresentação do Cartão FPN ou credencial emitida pela FPN.

### 3.2. Equipamentos de proteção individual

- Uso de máscara cirúrgica homologada (ou KN95 ou FFP2) obrigatório dentro das instalações, exceto os nadadores imediatamente antes de entrar na piscina, quer para o aquecimento quer para prova.
- Após a prática os nadadores devem recolocar a máscara logo que possível.
- O calçado da rua não pode ser utilizado dentro da piscina.
- Dentro da piscina todos os intervenientes obrigatoriamente circulam com calçado exclusivo para o efeito.
- Os nadadores, treinadores, delegados/fisioterapeutas **obrigatoriamente circulam de chinelos ou com sobrebotas de proteção** (cada entidade é responsável pelo material a utilizar. A organização não disponibilizará sobrebotas para os clubes).





- A arbitragem, *staff* da organização e funcionários de serviço da instalação devem proceder à desinfeção periódica e regular do calçado que obrigatoriamente é de utilização exclusiva para dentro do cais da piscina.

### 3.3. Acesso às instalações

- O acesso à instalação será condicionado à entrada do edifício unicamente a agentes autorizados e credenciados de acordo com o regulamento da prova divulgado pela FPN (ANEXO 2), com teste COVID19 negativo (Ag rápido).
- O acesso ao Complexo de Piscinas apenas deverá ter lugar pelos participantes na competição que não apresentem sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 (tosse, febre (>38º), dificuldade respiratória, corrimento nasal, dor de garganta, dor de cabeça, dores musculares, dores nas articulações, cansaço, diarreia ou perda do olfato), nos últimos 14 dias. Na presença de sintomas ou de temperatura elevada medida no domicílio, devem abster-se da deslocação ao CPJ e procurar assistência médica.
- O acesso ao interior das instalações pressupõe a medição de temperatura sendo que será interdito o acesso se a mesma se registar acima dos 38ºC, ou por recusa de medição deste parâmetro.
- Será efetuado eletronicamente perante a apresentação do Cartão FPN (atletas, treinadores, delegados e fisioterapeutas) ou credencial emitida especialmente para o efeito (convidados, media e outros).

### 3.4. Percursos autorizados

- Os percursos estarão assinalados. Sempre que possível serão de sentido único evitando o cruzamento entre pessoas.
- Os nadadores só podem ausentar-se do espaço da zona de atletas ocupado pelo seu Clube para o aquecimento, para a câmara de chamada, para nadar a sua prova ou para irem aos sanitários.
- Os treinadores podem deslocar-se para a zona mais próxima da piscina de competição enquanto decorrer a prova do seu nadador. Após o término da prova devem voltar para junto da sua equipa evitando aglomeração desnecessária de pessoas na referida zona.

### 3.5. Instalações sanitárias, balneários, cacifos e duches

- As instalações sanitárias encontram-se todas abertas.
- Os balneários servirão unicamente para troca de roupa.
- Cacifos encerrados.
- Duches encerrados.

## 4. CIRCULAÇÃO DE ATLETAS, TREINADORES E DELEGADOS/FISIOTERAPEUTAS

### 4.1. Controlo de entradas na instalação

- Só será autorizada por sessão a entrada por equipa de 1 elemento por cada 4 nadadores que componham essa equipa nas provas da respetiva sessão.
- A circulação de todos os agentes desportivos deverá ser evitada e não é permitida a permanência de atletas fora da zona da bancada principal.
- Arbitragem, *staff* da FPN e funcionários da piscina estarão devidamente identificados para o evento.
- Os nadadores entram para o espaço da piscina de aquecimento, aguardam a chamada para a câmara de chamada, nadam a série respetiva e abandonam obrigatoriamente a piscina de competição para a piscina de recuperação ou para os seus respetivos lugares.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS





#### 4.2. Circulação dentro das instalações

- A circulação deve ser evitada exceto no desempenho das funções de cada um ou do previsto para nadadores e treinadores no ponto 3.4.
- A circulação dos nadadores é feita em sentido único pelo que os mesmos devem fazer-se acompanhar sempre dos seus pertences.
- As equipas devem entrar com todos os elementos de uma só vez.
- Da zona das equipas/atletas, os nadadores para se dirigirem para o aquecimento fazem-no pelo acesso pré-definido. A troca de roupa faz-se no balneário respetivo.
- Após o aquecimento regressam aos seus lugares pelo mesmo acesso.
- Após cada sessão os nadadores devem mudar de roupa no local indicado pela organização e abandonar a piscina para o exterior.
- Se o bar estiver aberto, nesta zona devem observar-se as normas do distanciamento social em vigor, assim como todas as outras recomendações da DGS.

#### 4.3. Locais atribuídos a cada clube

Os clubes deverão utilizar toda a zona envolvente da área B (ver planta do espaço), respeitando as regras de distanciamento social e etiqueta respiratória em vigor.

#### 4.4. Períodos de utilização da piscina para aquecimento

Só será autorizado o aquecimento na piscina indicada para o efeito de acordo com o descrito no regulamento de prova.

#### 4.5. Acesso à câmara de chamada

- A câmara de chamada será no cais, no local assinalado na planta anexa. Terá 3 séries de espera para a cada prova. Os nadadores das séries seguintes serão chamados pelo locutor.
- O distanciamento de 2m entre nadadores nestes dois espaços será obrigatoriamente mantido e controlado por elementos da arbitragem.

#### 4.6. Percurso de nadadores antes e depois da realização de cada prova

- A circulação será efetuada da câmara de chamada para o local de partida.
- Após a prova, os nadadores saem para zona B pela saída junto aos balneários.

#### 4.7. Circulação de treinadores

- Os treinadores, mesmo durante o aquecimento não poderão entrar na zona A (zona de competição)

#### 4.8. Circulação de delegados/fisioterapeutas

Estes agentes desportivos deverão evitar deslocções dentro da área B. Deverão unicamente ausentar-se para se dirigirem às instalações sanitárias, em caso de emergência ou para acompanharem os seus nadadores ao exterior da piscina.

## 5. PROCEDIMENTOS DA COMPETIÇÃO

O Programa de provas ([ANEXO 2](#)) será adaptado em função do número limite máximo de atletas determinado pelo Plano de Contingência das Instalações.





### 5.1. Aquecimentos

- O aquecimento será efetuado de acordo com o regulamento de provas. Os treinadores não poderão aceder à zona envolvente da piscina de competição. (área A)
- **Na piscina de 50m o nº máximo de nadadores é de 10 por pista.**

### 5.2. Reuniões técnicas

- As reuniões técnicas serão efetuadas por zoom em horário a indicar pela FPN.
- Em caso de necessidade, o Diretor à Prova decidirá onde e como será possível uma reunião de emergência.
- Cada clube só se pode fazer representar por 1 elemento

### 5.3. Câmara de chamada

Os nadadores só deverão dirigir-se à câmara de chamada quando chamados pelo locutor.  
Não poderão estar no espaço mais do que 3 series de cada vez.

### 5.4. Período de descontração

Será autorizada a utilização da piscina de apoio da zona B para descontração.

### 5.5. Resultados

Os resultados só estarão disponíveis *online*. Não haverá afixação de resultados nas instalações.

### 5.6. Cerimónia Protocolares

- As cerimónias protocolares decorrem de acordo com as regras de distanciamento social e etiqueta respiratória e nos momentos previstos no Regulamento de Prova.

## 6. ARBITRAGEM

### 6.1. Acesso às instalações

A equipa de arbitragem deverá entrar e sair das instalações pela mesma entrada do complexo para controlo dos testes COVID e medição de temperatura.

### 6.2. Balneários

- A arbitragem terá balneários e espaço exclusivo.
- É obrigatório a desinfeção do calçado a usar exclusivamente no cais da piscina.

### 6.3. Desempenho das funções

- Sempre que entrem ou saiam do cais da piscina devem desinfetar o calçado ou usar sobrebotas.
- O uso de máscara cirúrgica homologada é obrigatório durante o desempenho das funções.
- Aos árbitros será solicitada a colaboração na higienização dos blocos de partida após cada partida.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS







## 7. PROCEDIMENTOS DE LIMPEZA E DESINFEÇÃO

### 7.1. Higienização individual

- Todos os agentes desportivos devem higienizar regularmente as mãos, especialmente à entrada e saída do Complexo de Piscinas do Jamor, à entrada e saída do cais, e previamente ao uso dos sanitários, torneiras, etc.

### 7.2. Instalações sanitárias e zonas envolventes

- Todas as instalações sanitárias serão regularmente limpas e desinfetadas de acordo com as regras vigentes na instalação. Será efetuada uma crescente regularidade dos procedimentos sempre que a utilização durante o evento assim o justifique.
- Entre sessões realizar-se-á uma desinfeção mais profunda.

### 7.3. Câmara de chamada

Não serão disponibilizadas cadeiras para os nadadores em espera.

### 7.4. Blocos de partida

Os blocos de partida serão higienizados pelo árbitro respetivo após cada partida.

### 7.5. Limpeza e desinfeção entre a sessão da manhã e sessão da tarde

Entre sessões realizar-se-á uma desinfeção mais profunda de toda a instalação.  
(portas, corredores, corrimãos, baias separadores, bancadas, sanitários, etc.)

## 8. OUTROS

Anexo 1 – Plano de Contingência da Instalação

Anexo 2 – Regulamento de Prova

Anexo 3 – Planta da piscina com a indicação dos percursos, Zona de Equipas e Zona de Competição

Anexo 4 – Minuta de Termo de Responsabilidade para nadadores, treinadores e delegados/fisioterapeutas.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS



Moradia Complexo do Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 Cruz Quebrada

+351 21 415 81 90/91

+351 21 419 17 39

secretaria@fpnatacao.pt