

**PROTOCOLO
PARA RETOMADA
DAS ATIVIDADES
FEDERAÇÃO
MINEIRA DE
FUTSAL**



Índice

1.	PROTOCOLO DE RETORNO AS ATIVIDADES DO FUTSAL MINEIRO.....	3
1.1	Objetivo do Protocolo	3
2.	ORIGEM DO COVID-19 e ORIENTAÇÕES DA SECRETÁRIA DE SAUDE – SMS.....	3
2.1	Transmissão do Covid-19.....	4
2.2	Sintomas do Covid-19	5
2.3	Diagnóstico tempestivo dos casos suspeitos	6
2.4	Plano de Ação da OMS.....	6
2.5	Instruções para o auto monitoramento	7
2.6	Acometimento do sistema musculoesquelético pelo COVID-19	7
3.	RECOMENDAÇÕES MÉDICAS	7
3.1	Parâmetros de prevenção	7
4.	ORIENTAÇÕES AOS FILIADOS PARA O RETORNO AS ATIVIDADES ESPORTIVAS.....	8
4.1	A Federação Mineira de Futsal recomenda	9
4.2	Condições para treinamento	9
4.3	Condições para realização dos jogos.....	9
5.	PROTOCOLO DE PROCEDIMENTOS PARA REALIZAÇÃO DOS JOGOS.....	12
6.	CONDIÇÕES DE SAÚDE	12
6.1	Deslocamentos e Viagens.....	12
6.2	Hospedagens.....	12
7.	RETORNO DOS CAMPEONATOS DE FUTSAL.....	12
7.1.	Mando de Jogo.....	12
7.2.	Das Bolas.....	13
7.3.	Arquibancadas	13
7.4.	Intervalo das partidas	13

1. PROTOCOLO DE RETORNO AS ATIVIDADES DO FUTSAL MINEIRO

1.1 Objetivo do Protocolo

Com o objetivo de orientar as medidas de implementação de regras a serem utilizadas no Futsal Mineiro por todos os participantes com o fim de proteção e responsabilidade, para a retomada das atividades.

Os envolvidos (atletas, membros da comissão de arbitragem, membros das comissões técnicas, funcionários, torcedores e responsáveis legais pelos atletas) deverão cumprir rigorosamente os **NORMATIVOS MÍNIMOS** deste que visa dar início a competição minimizando os riscos de contágio.

A **Federação Mineira de Futsal** buscou elaborar uma medida protetiva especial para este momento de pandemia, destinado a orientar os nossos filiados acerca dos cuidados preconizados pelas autoridades de saúde, autoridades sanitárias e em todas as suas esferas nacionais e internacionais em especial pela Organização Mundial de Saúde (OMS).

A **Federação Mineira de Futsal** utilizou de uma compilação de outros normativos similares de entidades oficiais que fomentam esportes coletivos para elaboração deste documento.

É obrigatório que antes de iniciar os treinos e jogos nos clubes que cada agremiação ateste que os atletas, membros da comissão técnica e dirigentes estejam aptos para a prática das atividades e funções esportivas.

2. ORIGEM DO COVID-19 e ORIENTAÇÕES DA SECRETÁRIA DE SAÚDE – SMS

Em 31 de dezembro de 2019, a OMS na China foi informada de casos de pneumonia de causa desconhecida detectada na cidade de Wuhan, província de Hubei, na China.

O **COVID-19** é altamente patogênico e pertence a uma grande família viral que causa infecções respiratórias e intestinais em seres humanos e em animais.

Referido vírus tomou notoriedade em razão da sua fácil disseminação em um curto espaço de tempo.

O impacto na atividade humana mundial e desportiva foi devastador, incluindo a suspensão do esporte no âmbito nacional e internacional.

O período médio de incubação é de 5 dias, com intervalo que pode chegar até 14 dias.

Em 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde classificou o COVID-19 como uma pandemia, ou seja, o vírus atinge a todos os continentes.

O vírus circula livremente e pode atingir toda a população.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) emitiu um estudo com 56 mil pacientes cuja conclusão foi de que 80% dos infectados desenvolvem sintomas leves (febre, tosse e, em alguns casos, pneumonia), 14% apresentam sintomas severos (dificuldade em respirar e falta de ar) e 6% têm o quadro classificado como doença grave (insuficiência pulmonar, choque séptico, falência de órgãos e risco de morte).

Em torno de 80% dos casos do COVID-19 com sintomas leves podem ser tratados em unidades básicas de saúde ou em casa.

O **COVID-19** obrigou diversos países, estados e cidades a decretar estado de emergência face à pandemia, corroborando que o mundo vive uma situação fora do comum e que o governo pode alterar algumas de suas funções para melhor enfrentá-la, porque há uma ameaça direta que pode causar instabilidade no país.

Com isso, o governo pode suspender algumas das suas funções básicas e colocar em prática planos específicos para esse tipo de situação.

No mundo, os governantes de diversos países têm adotado políticas de isolamento social da população, fechando ou restringindo atividades em estabelecimentos privados e públicos, adotado pacotes de ajuda econômica e medidas sanitárias e de políticas públicas em geral para os mais atingidos, entre outras providências.

As autoridades sanitárias têm recomendado que todos realizem higienização das mãos com frequência, sigam as recomendações de etiqueta e que limpem e desinfetem as superfícies regularmente.

A Organização Mundial da Saúde adverte da importância de manter distância física e evitar pessoas com febre ou sintomas respiratórios.

Tais advertências se respeitadas de forma preventivas limitam a transmissão viral. O fato é que não existe tratamento para o COVID-19 e a única estratégia é controlar sua propagação, reduzindo a sua incidência.

Portanto, é de suma importância o respeito das normas recomendadas pela ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE em conjunto com as normas governamentais e sanitárias expedidas com o fim de reduzir a propagação do **COVID-19**.

2.1 Transmissão do Covid-19

A Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) declarou que em seus estudos o vírus que causa o COVID-19 é transmitido principalmente pelo contato com gotículas respiratórias.

A OMS declarou que a transmissão de gotículas ocorre sobretudo quando uma pessoa está em contato próximo (acerca de 1m) com alguém com sintomas respiratórios (por exemplo, tosse ou espirro) e, portanto, corre o risco de apresentar

mucosas (boca e nariz) ou conjuntiva (olhos) expostos a gotículas respiratórias potencialmente infectantes.

Imperioso se faz a necessidade de ações de higienização de todos os ambientes e conscientização dos atletas, pais/responsáveis legais, colaboradores ou terceirizados, assim como dos usuários e frequentadores das instalações.

É absolutamente necessário respeitar as novas políticas e práticas estabelecidas no retorno às atividades para o enfrentamento da pandemia.

2.2 Sintomas do Covid-19

O COVID-19 tem apresentação clínica variável, ou seja, não há características clínicas específicas que possam diferenciá-lo de outras infecções respiratórias virais.

O período de incubação é tipicamente dentro de 14 dias a partir da exposição, com 95% dos casos se manifestando dentro de 5 dias.

Os sintomas do COVID-19 podem variar de um simples resfriado até uma pneumonia severa e são predominantemente respiratórios. A maioria das pessoas infectadas apresentaram os seguintes sintomas


SINTOMAS	CORONAVÍRUS
Tosse seca	Comum
Febre	Comum
Dor de garganta	Comum
Coriza ou nariz entupido	Comum
Falta de ar	Comum
Cansaço	Às vezes
Dores no corpo e mal-estar	Às vezes
Dor de cabeça	Raro
Espirros	Raro
Diarreia	Raro

 **VOCÊ DEVE PROCURAR UMA UNIDADE DE SAÚDE QUANDO ESTIVER COM ALGUM SINTOMA SUSPEITO DE COVID-19.**

PREVENÇÃO

LAVE AS MÃOS CORRETAMENTE


1 - Molhe as mãos e adicione sabão.


2 - Esfregue uma palma contra a outra.


3 - Lave os dorsos.



4 - Esfregue entre os dedos.


5 - Esfregue os polegares.


6 - Esfregue as unhas na palma da outra mão.


7 - Lave os punhos.


8 - Enxágue e seque bem.


Caso não consiga lavar as mãos utilize o álcool em gel da mesma maneira.

As crianças, adolescentes e adultos com problemas de saúde crônicos, como doenças cardiovasculares, diabetes mellitus e obesidade, são mais propensas a ficar gravemente doentes com o **COVID-19**.

A incidência de doença crítica também é maior entre homens do que mulheres e maior entre pessoas com mais de 65 anos do que entre os mais jovens. No entanto, pessoas saudáveis de qualquer idade podem ficar gravemente doentes com o COVID-19.

2.3 Diagnóstico tempestivo dos casos suspeitos

É fundamental para o enfrentamento do **COVID-19** o diagnóstico seja efetuado de forma tempestiva com o fim de adotar medidas de isolamento e assistência à saúde em momento oportuno.

Todos os funcionários, atletas, membros da comissão técnica que apresentarem sintoma de síndrome gripal (febre, mesmo que relatada, tosse ou dor de garganta ou coriza ou dificuldade respiratória) serão considerados suspeitos de portarem COVID-19, devendo ser afastados das atividades dos treinos e jogos, só podendo retornar às atividades após 15 dias do primeiro sintoma, caso todos os sintomas tenham findado, ou caso esteja munido do resultado negativo.

Todos os funcionários, atletas, membros da comissão técnica que tiverem tido contato pessoal ou convivido no mesmo ambiente com os suspeitos de portarem COVID-19 serão considerados, da mesma forma, suspeitos, devendo ser monitorados com a mesma diligência, ainda que não apresentem sintomas.

2.4 Plano de Ação da OMS

A organização mundial da Saúde recomendou diversas adaptações no plano nacional para o enfrentamento do **COVID-19** e com a finalidade de cooperação internacional.

O planejamento estratégico é dinâmico e foi organizado conforme as etapas apresentadas a seguir:



2.5 Instruções para o auto monitoramento

1. Observar o aparecimento de sintomas de infecção respiratória;
2. Aferir a temperatura duas vezes ao dia e observar a presença de febre e
3. Observar o aparecimento de sintomas acima mencionados.

2.6 Acometimento do sistema musculoesquelético pelo COVID-19

O COVID-19 pode acarretar um quadro clínico majoritariamente respiratório, mas, o acometimento de outros órgãos e sistemas têm sido observados.

A literatura médica ainda não tem informações sobre o impacto futuro deste acometimento musculoesquelético em decorrência do COVID-19, sendo este aspecto um provável objeto de estudos futuros.

Outro aspecto é que o prejuízo do sistema musculoesquelético decorre do período de afastamento dos treinamentos.

Embora os atletas recebam instruções, acompanhamento e materiais para que mantenham os treinos em casa, não é possível reproduzir a mesma qualidade e intensidade em comparação aos treinos regulares.

Outras, como alterações de alimentação, do sono, mudanças na composição corporal e ansiedade, também exercem influência direta sobre o treino e suas respostas fisiológicas.

3. RECOMENDAÇÕES MÉDICAS

3.1 Parâmetros de prevenção

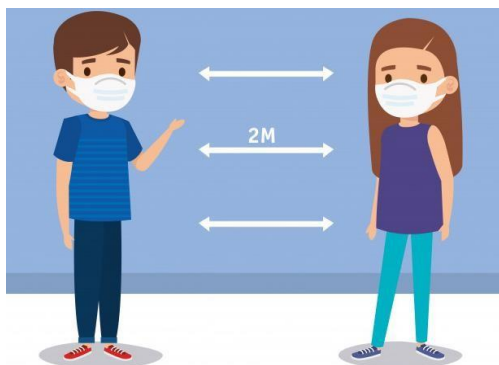
A única estratégia reconhecida até o momento para prevenir a infecção é evitar a exposição ao vírus.

Todas as pessoas devem ser aconselhadas a adotar o seguinte protocolo como hábito as suas atividades diárias.

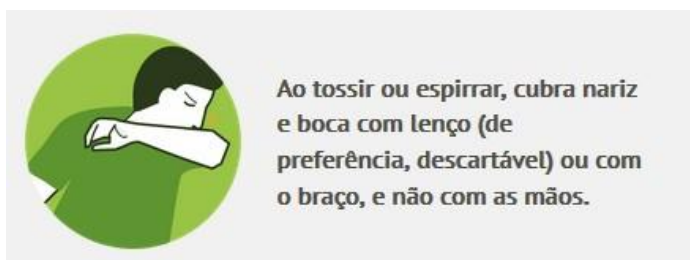
- Lavar as mãos com água e sabão ou com um desinfetante para as mãos à base de álcool 70% e evitar tocar os olhos, nariz e a boca com as mãos não lavadas.



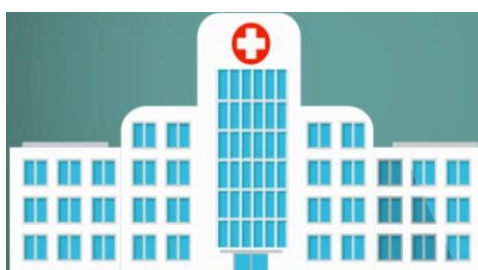
- Evitar contato próximo com as pessoas, manter uma distância de pelo menos 2 metros, principalmente com pessoas que contenham os sintomas de febre, tosse ou espirros.



- Praticar a etiqueta respiratória, ou seja, cobrir a boca e o nariz com o antebraço ao tossir ou espirrar com lenços descartáveis, desprezando-os imediatamente após o uso.



- Procurar atendimento médico imediatamente caso tiver febre, tosse ou dificuldade em respirar.



4. ORIENTAÇÕES AOS FILIADOS PARA O RETORNO AS ATIVIDADES ESPORTIVAS

As orientações aqui apresentadas levam em consideração os cuidados higiênicos que os filiados deverão tomar tendo em vista o novo cenário da pandemia do COVID-19.

As questões de preparação física dos atletas para o retorno as atividades são de responsabilidade das comissões técnicas de cada filiado, para que os atletas estejam aptos ao retorno às competições.

4.1 - A Federação Mineira de Futsal recomenda:

- a) Todos os envolvidos deverão utilizar máscaras faciais ao sair de suas residências para ir até o local de jogo/treino, sendo que aos clubes orienta-se que deixem disponíveis lixeiras **específicas** e fechadas para o descarte destas máscaras e lenços;
- b) Que os atletas, comissão técnica, que venham de suas residências já com a vestimenta do jogo/treino e que tomem banho somente em suas residências;
- c) Que as preleções e aquecimento sejam efetuados em locais arejados;
- d) Que os próprios atletas, comissão técnica que lavem seus uniformes em suas residências;
- e) Que obedeçam às diretrizes do Governo do Estado de Minas Gerais/autoridades governamentais, inclusive de eventual **nova determinação de paralização de treino/jogo**.
- f) Que COMUNIQUEM a FMFS caso algum atleta/funcionário ou familiar de mesma residência tenha sido identificado com o **COVID-19**, assim como, as providências que o clube e sua equipe médica adotarão.
- g) Que monitorem a cada jogo/treino a saúde de suas equipes, ou seja, eventual manifestação de sintomas como febre, tosse, cansaço, congestão nasal, coriza, dor no corpo, dor de garganta, dificuldade de respirar.

4.2 Condições de treinamento

Cada clube filiado deve planejar e tomar as medidas de proteção e higiene em suas instalações, de acordo com as recomendações das autoridades de saúde e sanitária;

Antes da retomada das atividades, certificar-se de que as instalações de prática do treinamento tenham sido devidamente higienizadas.

Certificar-se de que foram adotados protocolos de limpeza e uso de materiais tenham sido disponibilizados nas instalações.

Avaliar as condições gerais de saúde de todos os componentes que terão participação e função nas atividades de preparação da equipe.

4.3 Condições para realização de jogos

A Federação Mineira de Futsal **determina ao clube mandante** que:

- a) Monitore, controle e fiscalize todas as salas e corredores, que vão desde a porta de entrada exclusiva dos jogadores, comissão técnica e equipe de arbitragem até a quadra de jogo. Contempla, portanto, todas as passagens, áreas de acesso,

áreas de vestiários, túnel de acesso a quadra, cadeiras de reservas e a quadra de jogo.

Somente terão acesso a quadra de jogo:

- Atletas conforme definido em reunião com os clubes;
- 2 (dois) membros da comissão técnica de cada equipe;
- 4 (quatro) oficiais de arbitragem;
- 1 (um) enxugador/boleiro;
- 2 (dois) seguranças;
- 1 (um) funcionário de limpeza;
- 1 representante da FMFS.

O enxugador/boleiro ficará responsável pela higienização das bolas (antes, durante e após a partida). A higienização da quadra de jogo, durante a partida, deverá ocorrer somente se solicitada pelos árbitros.

b) Nos Ginásios do clube mandante o mesmo **deverá** higienizar e desinfetar a quadra e vestiários antes e depois dos jogos. As superfícies e objetos tais como, mesas, cadeiras dos anotadores e cronometristas, cadeiras de reservas, comando de placar eletrônico, teclado, computadores, bolas e traves deverão ser higienizadas antes, no intervalo e no final da partida.

c) Os vestiários terão acesso ainda mais restrito sendo permitida a entrada apenas dos atletas e comissão técnica que estiverem relacionados para a partida e os oficiais de arbitragem. O uso do vestiário deve ser de forma escalonada, permitindo a entrada apenas de 1 pessoa a cada 7 metros quadrados do vestiário, restringindo apenas para necessidades fisiológicas. O uso dos chuveiros está proibido e o tempo de permanência nos vestiários deve ser o menor possível.

d) Disponibilizar álcool em gel de 05/05 metros no banco de reservas, na mesa dos anotadores, nos vestiários da arbitragem e das equipes e na entrada da quadra de jogo.

e) Instalar tapetes sanitizantes na entrada do ginásio e da quadra de jogo.

f) Exibir em local visível na entrada dos ginásios e locais de treinamentos e jogos cartazes informativos acerca do Covid19 e das medidas de prevenção.

g) Determina aos clubes/associações que comuniquem e afastem qualquer pessoa (funcionários, atleta, torcedor, membro da comissão técnica ou representante) que apresentar febre ou tosse (mesmo que pouca), que teve coriza ou dor de garganta pelo período de 14 dias anteriores da data do jogo/treino e que fique em casa e procure orientação médica.

h) Determina aos clubes mandantes que no dia do jogo/treino sejam aferidas as **TEMPERATURAS** das pessoas, impedindo o ingresso destas nas quadras desportivas que estiverem com **37,4°C** ou superior.

i) Determina que os membros da comissão técnica e atletas que estiverem fora das quadras deverão utilizar máscaras, quer no ginásio quer fora do ginásio.

j) **Determina** que os protocolos das partidas sejam alterados para que não sejam realizados os cumprimentos iniciais com as mãos entre os atletas, comissão técnica e equipe de arbitragem.

5 - PROTOCOLO DE PROCEDIMENTOS PARA REALIZAÇÃO DOS JOGOS:

A Federação Mineira de Futsal **determina**:

a) Atletas:

- Deverão obrigatoriamente usar máscaras antes, durante e depois da partida, exceto quando estiverem atuando dentro de quadra.
- Respeitar o distanciamento de 2/2 metros no banco de reservas.
- Deverão chegar uniformizados para a partida.

b) Comissão Técnica:

- Deverão obrigatoriamente usar máscaras antes, durante e depois da partida.
- Respeitar o distanciamento de 2/2 metros.
- Deverão chegar uniformizados para a partida.

c) Oficiais de Arbitragem:

- Os oficiais de arbitragem deverão chegar uniformizados e usando máscara antes, no intervalo e depois da partida. Somente será aceito o não uso da máscara quando estiverem arbitrando.
- Os anotadores/cronometristas deverão usar a máscara antes, durante e depois do jogo..

d) Exceções a regra:

- Dispensado o uso de coletes;
- Dispensado o uso de placas de tempo técnico e expulsões;

6- CONDIÇÕES DE SAÚDE

Cada filiado obriga-se ao seguinte:

a) Monitorar o estado de saúde de seus atletas, das pessoas próximas e do relacionamento de cada um, tomando medidas imediatas de isolamento em caso de contágio;

b) Auferir temperatura frequente e regular das pessoas que interajam com o elenco direta ou indiretamente (funcionários de limpeza, motoristas, zeladores, etc) nos locais de treinamento;

- c) Garantir medidas de segurança sanitária nos deslocamentos e viagens da equipe como descrito a seguir.
- d) Os clubes deverão entregar atestado médico de saúde apto para a prática desportiva com data após julho de 2020.

6.1 Deslocamentos e Viagens

Os deslocamentos em veículos coletivos, sejam ônibus ou Vans, devem seguir as restrições e recomendações das autoridades de saúde.

É responsabilidade de cada clube tomar precauções sobre as condições de limpeza e higiene destes transportes, quer sejam alugados ou próprios.

6.2 Hospedagens

Apesar de ser rara a necessidade de hospedagem para os Filiados da FMFS, recomenda-se que os **clubes** tomem os devidos cuidados na escolha de estabelecimentos que respeitem as normas e recomendações de higiene e cuidados determinados pelas autoridades de saúde.

Esta precaução deve ser mantida ao longo de toda a estadia da delegação, sobretudo sobre questões normalmente negligenciadas como a troca de lençóis e toalhas diariamente.

7 - RETORNO DOS CAMPEONATOS DE FUTSAL

O retorno dos campeonatos estará sujeito a aprovação das autoridades competentes do Estado de Minas Gerais, dos municípios e dos clubes.

Todas as equipes deverão possuir nos dias de jogos os seguintes itens, que deverão estar disponíveis 1 hora antes do início da partida.

- a) Termômetro Digital de Aproximação;
- b) Tapete de sanitizantes para higienização de solado de calçados;
- c) Recipientes de Álcool Gel e
- d) Borrifador com solução para higienização de roupas e utensílios que serão trazidos para dentro do recinto de jogo.

7.1 Mando de Jogo

Os jogos serão realizados em locais autorizados para a prática de competições esportivas pelos órgãos municipais. Clubes de cidades que não se enquadram neste particular deverão mandar seus jogos em outra cidade que esteja com as condições de prática esportiva liberada.

Os clubes do interior deverão encaminhar com antecedência prévia de 05 dias, cópia da autorização governamental das respectivas cidades que receberão as partidas.

7.2 Das Bolas

Cada equipe deverá levar as suas bolas da marca **penalty** para o aquecimento.

Deverão ser definidas 2 bolas de jogo que deverão ficar junto a mesa de arbitragem, todas devidamente higienizadas com solução a base de álcool 70%, a cada 10 minutos de jogo a bola terá que ser trocada por uma bola previamente higienizada.

7.3 Arquibancadas

Todos os jogos serão sem público.

7.4 Intervalo das partidas

No intervalo das partidas os jogadores deverão permanecer em quadra. A saída será permitida apenas por necessidade fisiológica e um de cada vez, devendo na volta higienizar as mãos.