



Índice

1. Enquadramento do 20.º Circuito Cidade de Lagos em Atletismo (época 2021/2022)	4
2. O que é a covid-19?	6
2.1 O IMPACTO DA COVID-19 NOS EVENTOS DESPORTIVOS E A SUA RETOMA.....	7
3. Implementação de medidas e sua obrigatoriedade.....	7
4. Normas gerais	7
4.1. HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS.....	7
4.2. MEDIDAS DE ETIQUETA RESPIRATÓRIA:.....	9
4.3. EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL:	10
5. Orientações para a entidade organizadora do evento	11
5.1. PRÉ-EVENTO	11
5.2. MEDIDAS CONSIDERADAS GERAIS A ADOTAR FORA DA ÁREA DE COMPETIÇÃO E NA ZONA DE COMPETIÇÃO.....	11
5.3. ORGANIZAÇÃO DO EVENTO:.....	13
5.3.1. INSCRIÇÕES	14
5.3.2. INFORMAÇÃO, DIVULGAÇÃO DE PROCEDIMENTOS E OBRIGATORIEDADE DE TERMO DE RESPONSABILIDADE	14
5.3.3. SEGURO	14
5.3.4. SANITÁRIO WC	14
5.3.5. DISPENSADORES DE DESINFETANTE PARA A HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS.....	14
5.3.6. PÚBLICO.....	14
5.3.7. COMUNICAÇÕES AOS ATLETAS.....	15
5.3.8. COMUNICAÇÕES À EQUIPA (INCLUINDO FORNECEDORES, PATROCINADORES ETC.)	15
5.3.9. SECRETARIADO	16
5.3.10. BRIEFING	16
5.3.11. SINALÉTICA.....	16
5.3.12. DESINFETANTES PARA A HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS	16
6. Dia da prova.....	17
6.1. ZONA DE PARTIDA	17
6.2. PERCURSO	18
6.3. SINALÉTICA.....	18
6.4. ABASTECIMENTOS	18
6.5. ZONA DE META.....	18
6.6. CERIMÓNIA DE PÓDIO.....	19
7. DEFINIÇÃO DE UM CASO SUSPEITO	19
8. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por sars-cov-2	19
8.1. DEFINIÇÃO DA ÁREA DE ISOLAMENTO.....	19
8.2. PROCEDIMENTOS A ADOTAR NUM CASO SUSPEITO (ANEXO 4)	20



PLANO DE CONTINGÊNCIA

20.º Circuito “Cidade de Lagos em Atletismo” - Época 2021/2022

8.3.PROCEDIMENTO DE VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS	23
9.Divulgação do plano de contingência.....	24
Anexo 1 – Lista de entrada/saída de pessoas do recinto do evento	
Anexo 2 - Termo de Responsabilidade (para atletas maiores de 18 anos)	
Anexo 3 - Termo de Responsabilidade (para atletas de menores de 18 anos)	
Anexo 4 - Lista de Contactos de Emergência/Úteis	
Anexo 5 - Fluxo de abordagem de acordo com a classificação do contacto	



1. Enquadramento do “20.º Circuito Cidade de Lagos em Atletismo” (época 2021/2022)

Na sequência do surto de SARS-CoV-2 (COVID-19) e seguindo as orientações e recomendações emitidas pela Direção-Geral de Saúde (DGS), a Câmara Municipal de Lagos, apresenta o presente Plano de Contingência para a realização do 20.º Circuito “Cidade de Lagos em Atletismo” na presente época desportiva 2021/2022 e para que sejam adotadas as medidas necessárias à concretização e implementação do mesmo, durante as competições oficiais fora e dentro do Estádio Municipal de Lagos, durante a época 2021/2022. Segundo a *Resolução do Conselho de Ministros n.º 157/2021 de 27 de Novembro de 2021 - Artigo 13.º*: a apresentação de Certificado Digital por parte de todos os atletas e público é obrigatória.

O objetivo deste documento é fornecer uma estrutura de diretrizes operacionais de padrão, segundo as orientações da Federação Portuguesa de Atletismo e da Associação de Atletismo do Algarve, adaptadas pela Câmara Municipal de Lagos às diretrizes nacionais e regionais, para que todos os que fazem parte da estrutura organizativa deste “20.º CIRCUITO CIDADE DE LAGOS EM ATLETISMO” se sintam seguros, cumprindo as orientações da DGS, perante a pandemia instalada.

A Câmara Municipal de Lagos, com a colaboração da Associação de Atletismo do Algarve, das Juntas de Freguesia do Concelho e dos Clubes Desportivos existentes que promovem a vertente do atletismo no Concelho, nomeadamente: Junta de Freguesia de São Gonçalo de Lagos, Junta de Freguesia da Luz, Junta de Freguesia de Odiáxere, União de Freguesias de Bensafrim e Barão de S. João e os clubes: Olímpico Clube de Lagos, Clube Futebol Esperança de Lagos, e o Clube R.C.D. Luzense, leva a efeito a realização do 20.º Circuito Cidade de Lagos em Atletismo na época 2021/2022.

Neste Circuito podem participar atletas federados e não federados, em todos os escalões etários, de ambos os sexos (Minis; Benjamins A, B; Infantis; Iniciados; Juvenis; Juniores; Sub 23; Seniores; Veteranos A, B, C).

É composto por 6 provas pontuáveis, a realizar em todas as Freguesias do Concelho. Estas provas tem a seguinte composição:

- **Vertente de corta-mato:**

1. 6 março de 2022: 26º Corta Mato de Barão de S. João.
2. 12 março de 2022: 6º Grande Prémio de Corta-Mato da Junta Freguesia S. Gonçalo de Lagos;

- **Vertente de estrada:**

3. 27 março de 2022: 19º Grande Prémio de Atletismo de Odiáxere;
4. 1 maio de 2022: 31º Grande Prémio de Atletismo do Clube Rec. Cult. e Desp. Luzense;
5. 19 junho de 2022: 17º Grande Premio de Atletismo de Bensafrim.

- **Vertente de pista no Estádio Municipal de Lagos:**

6. 17 de abril de 2022: 19ª Milha “Carlos Cabral” do Clube Futebol Esperança de Lagos.

Este Circuito termina com a Corrida Baía de Lagos que é uma **Prova Extra - Final de Encerramento do Circuito, denominada “Corrida da Baía de Lagos”** (7.ª prova prevista para o dia 17 de julho de 2022) que é disputada ao longo da Meia Praia (praia de Lagos, desde o Forte da Meia-Praia até à zona do Bar Linda/em frente à Estação da CP), prova esta que representa o culminar da época desportiva, mais concretamente deste “Circuito Cidade de Lagos” em Atletismo. É uma prova que não conta para a classificação geral do Circuito e serve, não só para o encerrar da época, como para a entrega de prémios relativos à classificação final (individual e coletiva) do Circuito.

O objetivo deste circuito é levar às Freguesias do Concelho a prática de uma modalidade em ascensão – o atletismo, que é representativa da nossa Cidade, e em todo o País, através da realização de uma série de provas, uma por cada Freguesia, as quais serão pontuáveis para uma classificação final, após a realização da totalidade das provas. Esta iniciativa dará uma projeção enorme para o Concelho, movimentando uma quantidade significativa de jovens nas várias Freguesias, envolvendo os mesmos neste Circuito, bem como os Clubes de atletismo do concelho, promovendo em simultâneo o desenvolvimento desportivo desta modalidade nas várias freguesias.

Em todas as provas deste Circuito a Câmara Municipal de Lagos, providenciará a presença de uma ambulância com os seus socorristas, médico e enfermeiro, que assegurarão todos os cuidados médicos necessários.

Segundo a *Orientação n.º 036/2020 - COVID-19 (Eventos de Desporto e Competições Desportivas)*, atualizada a 09/12/2021: "a entidade promotora de um evento desportivo deve atualizar um Regulamento Específico para cada uma da (s) competição (ões), que deve **constituir um complemento ao Plano de Contingência próprio para a COVID-19.**"

O presente Plano de Contingência que se apresenta é aberto e dinâmico, podendo ser complementado por novas avaliações e medidas sendo o que se revela mais adequado à realidade atual, devendo ser adaptado e atualizado consoante o evoluir da situação o exija, e em função das orientações que vão sendo divulgadas pela DGS e demais entidades públicas, nomeadamente na área do Desporto.

2. O que é a COVID-19?

Segundo a Direção Geral da Saúde, 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”.

Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente através de:

Forma Direta (pessoa – pessoa)	Forma Indireta (pessoa – superfície/objeto)
<ul style="list-style-type: none">- Por gotículas respiratórias;- Pelo contacto direto com secreções infecciosas;- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem	<ul style="list-style-type: none">- Contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas orais, nasal ou ocular

A COVID-19 foi considerada uma 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.”

2.1. O impacto da COVID-19 nos Eventos Desportivos e a sua Retoma

O “Circuito Cidade de Lagos” é, pelos parâmetros definidos pela Direção Geral de Saúde, na Orientação nº 36/2020 de 25 de Agosto, uma atividade de Baixo Risco, em que os contactos entre os atletas não existe e é possível adotar medidas de distanciamento entre os competidores, pelo que tem todas as condições para a retoma da realização de eventos.

3. Implementação de medidas e sua obrigatoriedade

Estas diretrizes devem ser vistas como apoio/complemento às organizações nas suas próprias soluções e decisões, sendo que cabe-lhes implementar procedimentos que permitam que o evento ocorra em segurança.

Os organizadores são obrigados, segundo a Orientação nº 30/2020 da DGS, a elaborar e implementar um plano de contingência próprio para a COVID-19, de acordo com o artigo 34.º-B do Decreto-Lei n.º 24/2020 de 29 de maio: - Avaliação de risco nos locais de trabalho e garantir que todos os colaboradores tenham conhecimento das medidas nele descrito. Este plano deve ser atualizado sempre que necessário.

Os organizadores devem assim realizar uma avaliação de risco COVID-19 e elaborar planos com medidas mitigadoras de risco e de segurança para cada evento.

4. Normas Gerais

4.1. Higienização das Mãos

Os atletas/treinadores/juízes/socorristas/pais/funcionários afetos a todas as provas devem higienizar as mãos sempre:

- Antes da entrada na zona de camara de chamada;
- Após manipular equipamentos, superfícies e utensílios;
- Sempre que se justifique;
- Após utilização das instalações sanitárias existentes.

NOVO CORONAVÍRUS

COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS

(com uma solução à base de álcool)

 Duração total do procedimento: **20 segundos**

01 Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies

02 Esfregue as palmas das mãos, uma na outra

03 Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa

04 Palma com palma com os dedos entrelaçados

05 Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa

06 Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa

SEJA UM AGENTE DE SAÚDE PÚBLICA

Partilhe informação e boas práticas sobre o COVID-19



4.2. Medidas de Etiqueta Respiratória:

Os atletas/treinadores/dirigentes/juízes/socorristas/Staff devem, durante toda a competição, cumprir com as regras da Etiqueta Respiratória:

- Evitar tossir ou espirrar para as mãos;
- Quando espirrar ou tossir tape o nariz e a boca com o braço ou com lenço de papel que deverá ser colocado imediatamente no lixo;
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca.



4.3. Equipamentos de proteção individual:

Os atletas/treinadores/juízes/socorristas/staff utilizam os seguintes EPI's:

- Gel desinfetante;
- Máscara;

Nota: Sempre que a máscara estiver húmida, o utilizador deverá substituí-la por outra.

A utilização de máscaras deverá respeitar as seguintes recomendações:



COVID-19

MÁSCARAS

COMO COLOCAR

1. LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR
2. VER A POSIÇÃO CORRETA
Verificar o lado correto a colocar voltado para a cara (ex: na máscara cirúrgica lado branco, com arame para cima)
3. COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS
4. AJUSTAR AO ROSTO
Do nariz até abaixo do queixo
5. NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS

DURANTE O USO

1. TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA
2. NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR
3. NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA
Se o fizer, lavar as mãos de seguida

COMO REMOVER

1. LAVAR AS MÃOS ANTES DE REMOVER
2. RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS
3. DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA
4. LAVAR AS MÃOS

TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

1. Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco.
2. Caso utilize máscara comunitária, deve confirmar que esta é certificada.
3. Lavar e secar, após cada utilização, seguindo as indicações do fabricante.
4. Verificar nas indicações do fabricante o número máximo de utilizações.

#SEJAUMAGENTEDESAÚDEPÚBLICA
#ESTAMOSJuntos
#UMCONSELHODADGS

SECRETARIA REGIONAL DE SAÚDE
SUS
DGS

5. Orientações para a entidade organizadora do evento

5.1. Pré-evento

A Entidade Organizadora, a Câmara Municipal de Lagos, familiarizadas com as orientações mais recentes da DGS, delegação de saúde regional, autoridade de proteção civil municipal e demais autoridades com competência de regulação de eventos desportivos garante que os seus planos estão em conformidade com todos esses regulamentos, tendo sempre em consideração:

- O número total de pessoas permitidas,
- Regras de distanciamento físico,
- Requisitos de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) e algumas medidas gerais consideradas a adotar fora da área de competição e na zona de competição.

5.2. Medidas consideradas gerais a adotar fora da área de competição e na zona de competição

Os atletas/treinadores/juízes que desenvolvam sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 fora da área de competição, não se devem apresentar para competir, e devem contactar:

1º - O treinador/dirigente/diretor de competição/ Organização da competição;

2º - A Linha SNS24 (808 24 24 24) e proceder de acordo com as indicações fornecidas pela mesma.

- À entrada da camara de chamada (zona restrita aos atletas) será realizada uma avaliação da febre ($\geq 38^\circ \text{C}$ não é permitida a entrada), verificação da tosse e da dificuldade respiratória; a todos os participantes da competição bem como estará disponível solução antisséptica de base alcoólica (SABA) para utilização dos participantes da competição. Junto da mesma está afixado um folheto com informação sobre a lavagem correta das mãos;

- Antes do início da competição terá de ser entregue o “Termo de Responsabilidade para participante na competição” assinado pelo atleta, caso seja maior de idade ou pelo encarregado de educação/tutor legal, caso seja menor de idade (**Anexo 2**);

- Aquando da entrada dos atletas/juízes/pessoal da organização/socorristas na zona de competição é preenchido o documento - Lista de Entradas/Saídas de Pessoas do Recinto do Evento (**Anexo 1**):
 - data do evento, hora de entrada e saída
 - nome completo;
 - email;
 - contacto telefónico

- **Não é permitido público durante as competições;**
- Os **treinadores/juízes/socorristas/pais/Staff** têm de:
 - Evitar os cumprimentos/despedidas entre eles;
 - Manter o distanciamento social (2 metros fora competição/3 metros em competição) e as medidas de etiqueta respiratória;
 - Evitar ao máximo a partilha de objetos/equipamentos pessoais e de trabalho (ex. canetas, pastas);
 - Intensificar a higienização das mãos;
 - Utilizar, obrigatoriamente, a máscara desde que entra na zona de competição até à sua saída;
 - Durante a competição têm de permanecer nas áreas destinadas aos mesmos;
- Os **atletas** têm de:
 - Evitar os cumprimentos/despedidas entre eles;
 - Manter o distanciamento social (2 metros fora competição/3 metros em competição) e as medidas de etiqueta respiratória;
 - Evitar ao máximo a partilha de objetos/equipamentos pessoais (ex. garrafas de água, telemóveis);
 - Intensificar a higienização das mãos;

- Utilizar, obrigatoriamente, a máscara em toda a zona circundante à realização da competição. Podem permanecer sem máscara durante o aquecimento e a competição;
- Os atletas/treinadores/juizes/socorristas/ têm de conhecer todas as orientações e exigências da DGS, cumprindo-as, na integra.

5.3. Organização do Evento:

Os principais responsáveis da organização estão familiarizados sobre a COVID-19 e conscientes das medidas a aplicar, e empenhados em implementar as recomendações de mitigação contidas neste documento.

Todos o staff de organização da prova, equipas de voluntários, segurança, abastecimentos, e demais departamentos compreendem os riscos e as formas de transmissão da COVID-19 e quais as medidas implementadas. Medidas estas que devem ser realizadas por toda a organização, participantes, funcionários e visitantes de forma a minimizar estes riscos.

Todas as medidas de mitigação para COVID-19 foram consideradas, e o evento dotado de recursos em termos de pessoal e equipamento necessário para entregar a cada elemento, o Plano de contingência deste circuito, o seu regulamento, bem como os Planos de contingência específicos para cada prova deste circuito. A organização tem pessoal competente e devidamente equipado para avaliar, isolar e encaminhar um possível elemento identificado como potencial infetado. Todas as áreas do evento são suficientemente grandes para cumprir o distanciamento físico, como a mudança áreas (área de início/chegada). Considere-se que o acesso a todas estas áreas precisam de gestão ativa para garantir que não ficam superlotadas, garantindo a lotação aplicada pela lei geral aos espaços de comércio fechados (0,05 pessoas por m²).

5.3.1. Inscrições

- Limite máximo de inscrições: 250
- As inscrições no evento são efetuadas por via eletrónica.

5.3.2. Informação, divulgação de procedimentos e obrigatoriedade de Termo de Responsabilidade

- É obrigatório o preenchimento e entrega do Termo de Responsabilidade, já anteriormente referido no levantamento do dorsal, conforme Orientação nº 36/2020 de 25 de Agosto (**Anexo 2**);
- No ato do levantamento do dorsal será entregue uma lista de contactos de emergência/uteis que em caso de necessidade poder, rapidamente, entrar em contacto (**Anexo 3**).

5.3.3. Seguro

- É importante verificar as coberturas do seguro e se se enquadram nas situações da pandemia atual.

5.3.4. Sanitário WC

- Terá de existir uma ou mais instalações sanitárias que serão higienizadas regularmente durante o evento.
- Será limitado o seu acesso.

5.3.5. Dispensadores de desinfetante para a higienização das mãos

- Existirá zonas para a higienização das mãos suficientes para os participantes do evento;
- Estão localizados na zona de partida/meta, secretariado, postos de socorro, instalações sanitárias, áreas médicas, entre outras;
- Todas as equipas, em todos os locais do evento estão munidas de gel desinfetante.

5.3.6. Público

- Não é permitido público na zona de competição (ex. no secretariado, na zona de partida, ao longo da prova do circuito e na meta).

5.3.7. Comunicações aos atletas

Será publicado no site do evento, informações detalhadas e claras para os atletas sobre os protocolos COVID- 19 em vigor.

O regulamento do evento inclui, especificamente, as medidas a adotar sobre a COVID-19 e apela à instalação da App “StayawayCovid”.

Os atletas e demais participantes devem garantir que todos os que os acompanham, sejam conhecedores de todas as regras do evento.

Será fornecido uma orientação clara aos atletas de que eles NÃO devem comparecer ao evento se:

- Tiverem febre superior a 38°C no dia do evento;
- Tiveram quaisquer sinais ou sintomas de COVID-19 nos últimos 14 dias, como por exemplo tosse contínua, febre, mudança/perda de paladar/olfato;
- Estiveram em contacto com qualquer pessoa infetada nos últimos 14 dias;
- Será enviado aos participantes, até 24h antes, a ordem/horário de partida.

5.3.8. Comunicações à equipa (incluindo fornecedores, patrocinadores etc.)

Será enviado um Guia de atleta, com todas as indicações/normas da competição e de medidas a adotar, onde será efetuado um apelo para a instalação da App StayawayCovid” e para que partilhem, com toda a equipa, as orientações e demais informações recebidas. Será fornecido uma orientação clara a todo o staff de que NÃO devem comparecer ao evento se:

- Tiverem febre superior a 38°C no dia do evento;
- Tiveram quaisquer sinais ou sintomas de COVID-19 nos últimos 14 dias, como por exemplo tosse contínua, febre, mudança/perda de paladar/olfato;
- Estiveram em contacto com qualquer pessoa infetada nos últimos 14 dias.

5.3.9. Secretariado

A recolha do dorsal é feita no secretariado da respetiva competição, até 1h00 antes da competição, cumprindo as regras do distanciamento físico e colocação de máscara.

Existem marcações no pavimento por forma a cumprir com os requisitos do distanciamento social (2 metros). À entrada do secretariado encontra-se:

- Sinalização para o cumprimento do distanciamento social, da etiqueta respiratória e do uso obrigatório de máscara;
- Disponível solução antisséptica de base alcoólica (SABA) para utilização dos visitantes. Junto da mesma está afixado um folheto com informação sobre a lavagem correta das mãos.

5.3.10. Briefing

- Não será realizado briefings presenciais.
- Será enviado por correio eletrónico o Guia do Atleta pré-evento para todos os atletas.
- Será efetuada uma comunicação pré-corrida para garantir que os participantes o recebam e estejam cientes dos protocolos COVID-19 do evento.

5.3.11. Sinalética

- Será colocada à entrada do evento sinalização para o cumprimento do distanciamento social, da etiqueta respiratória e do uso obrigatório de máscara;
- Serão colocadas marcações no pavimento para assegurar requisitos do distanciamento social (2 metros);
- Serão definidos fluxos de entrada e saídas diferenciadas.

5.3.12. Desinfetantes para a higienização das mãos

Irão estar disponíveis soluções antissépticas de base alcoólicas (SABA) para utilização dos atletas e demais participantes na zona de competição. Junto das mesmas estará afixado um folheto com informação sobre a lavagem correta das mãos.

6. Dia da prova

Acesso ao local de competição

- Acesso ao percurso de prova só será permitido apenas para os atletas, treinadores, juizes, elementos da organização e outros agentes devidamente autorizados e credenciados;
- Obrigatório o uso de máscara;
- No local de entrada, será elaborado o registo de todos os agentes acima mencionados presentes na competição, bem como os seus contactos;
- Todos os atletas deverão entregar o termo de responsabilidade à entrada do local, de forma a ser permitida a sua entrada;
- Todos os agentes ao aceder ao local de competição serão sujeitos à medição da temperatura corporal, higienização das mãos e terão obrigatoriamente de usar máscara ou viseira.

6.1. Zona de partida

- O uso de máscaras é obrigatório, incluindo na zona de partida, com exceção no aquecimento e após a partida;
- Estarão disponíveis recipientes para descartar a máscara usada após a partida;
- Na entrada e saída da zona de partida existirá solução antisséptica de base alcoólica (SABA) para utilização dos atletas. Junto da mesma está afixado um folheto com informação sobre a lavagem correta das mãos;
- Controlar o acesso à linha de partida, e criar zonas de acesso restrito e garantir que tem meios para lidar com eventuais ajuntamentos junto à área de meta/partida;
- Comunicar, regularmente, por instalação sonora as indicações gerais e quais os grupos de atletas que se devem dirigir à zona de partida, para evitar aglomerados de pessoas;
- Recomenda-se a todos os intervenientes que durante a realização do evento mantenham o distanciamento social, etiqueta respiratória e a higienização das mãos, conforme recomendação da DGS.

6.2. Percurso

- Os atletas devem manter o distanciamento físico durante o percurso;
- Os atletas serão instruídos sobre a regra de ultrapassagens:
- Avisar o atleta que o precede e esperar até que seja possível passar com pelo menos 2m de distância, lado a lado, facilitando a tarefa do atleta que vai ultrapassar, encostando ao máximo ou parando, se for necessário;
- Os atletas devem evitar correr demasiado perto do atleta da frente;
- Os atletas são instruídos sobre o cuspir, e outros métodos comuns de limpeza de secreções nasais e respiratórias durante a corrida:
- Esta limpeza não deve ser realizada a menos de 10 m de outro corredor;
- Os atletas deverão munir-se de gel desinfetante para as mãos.

6.3. Sinalética

- Existirá sinalização no percurso lembrando os corredores, o distanciamento físico e etiqueta de ultrapassagem.

6.4. Abastecimentos

- Sendo provas com distâncias de curta duração (máximo de 5km), não haverá abastecimentos;

6.5. Zona de meta

- Os participantes são incentivados a passar pela área de chegada rapidamente: sem selfies/fotos ou esperando por outros atletas;
- Ao passar pela área de meta têm de manter o distanciamento físico e colocar a máscara;
- No refrescamento na zona de meta devem cumprir os mesmos requisitos dos demais, não permitindo aglomerados de pessoas, sendo entregue uma garrafa de água individualmente;
- Haverá 2 “funis” de chegada, diferenciados com o distanciamento de segurança, evitando assim a aglomeração de atletas na zona de chegada.

6.6. Cerimónia de pódio

- Haverá cerimónia de entrega de prémios em todas provas do circuito, com a classificação oficial dos atletas quer nível individual e coletiva;
- A organização colocará uma mesa com os troféus individuais e coletivos, e cada atleta que suba ao pódio irá retirar o trofeu que lhe é atribuído;
- É obrigatórios os atletas cumprirem com o distanciamento social e a etiqueta respiratória
- Apenas estarão na zona de pódio: organizadores, atletas vencedores
- É obrigatório o uso de máscara no pódio;

Nota: Haverá ainda prémios finais do Circuito a entregar na prova extra de encerramento, denominada “Corrida Baía de Lagos”.

7. Definição de um caso suspeito

De acordo com critérios definidos pela Direção Geral de Saúde, consideram-se casos suspeitos aqueles que preencherem os seguintes critérios:

- 1) O atleta/treinador/juiz/socorrista/pai/funcionário da pista doente deverá permanecer na área de “Isolamento” (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até ter informação precisa do SNS 24 como deverá proceder de seguida;
- 2) O acesso à área de “isolamento” fica interdito (exceto pessoa responsável designado para prestar assistência);
- 3) A organização e/ou o treinador/dirigente colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente (caso suspeito validado);
- 4) A organização e/ou o treinador/dirigente informa os restantes atletas//juizes/socorristas/staff da existência de um Caso Suspeito Validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais, mediante os procedimentos de comunicação estabelecidos no Plano de Contingência.

8. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por Sars-Cov-2

8.1. Definição da área de isolamento

Nas competições do “Circuito Cidade de Lagos em Atletismo”, a realizar fora do estádio, a organização deverá ter uma zona destinada a uma área de isolamento (que poderá ser uma tenda) e nas instalações dentro do estádio terá de ter uma sala destinada a esta área de isolamento. Estas áreas de isolamento devem ter: ventilação natural, cadeira ou marquesa (para descanso e conforto do atleta / treinador / juiz / socorrista / pais, enquanto aguardam a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM); *kit* com água e alguns alimentos não perecíveis; contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico); solução antisséptica de base alcoólica – SABA (solução antisséptica de base alcoólica); toalhetes de papel; máscara(s) cirúrgica(s); luvas descartáveis; termómetro.

8.2. Procedimentos a adotar num caso suspeito (Anexo 4)

- 1) Qualquer atleta/treinador/juiz/socorrista/pais/funcionário (da vertente pista, corta-mato ou estrada) com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, ou que identifique um atleta/treinador/juiz/socorrista/pais/ *staff* durante a competição com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, informa o treinador, a organização e o juiz da prova, respetivamente (preferencialmente por via telefónica) e dirige-se para a área de “isolamento”;
- 2) No caso de dificuldade de locomoção do **caso suspeito**, a pessoa responsável pelo mesmo, assegura que seja prestada, a assistência adequada ao **caso suspeito** até à área de “isolamento”. Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (mínimo 2 metros) do doente;
- 3) A (s) **pessoa (s) responsável (s)** que acompanha(m)/presta(m) assistência ao atleta/treinador/juiz/socorrista/pais/staff com sintomas, deve(m) colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção (PBCI) quanto à higiene das mãos, após contacto com o atleta/treinador/juiz/socorrista/pais/staff doente;
- 4) O atleta/treinador/juiz/socorrista/pais/staff doente (caso suspeito de COVID-19) já na área de “isolamento”, contacta o SNS 24 (808 242 424);

5) Este atleta/treinador/juiz/socorrista/pais/staff, com sintomas, deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio, verificado se a mesma se encontra bem ajustada. Sempre que a máscara estiver húmida, deverá ser substituída por outra;

6) O profissional de saúde do SNS 24 questiona o doente (atleta/treinador/juiz/socorrista/pais/staff) quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19. Após avaliação, o SNS 24 informa o doente:

- **Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19:** define os procedimentos adequados à situação clínica do atleta/treinador/juiz/socorrista/pais/staff;
- **Se se tratar de caso suspeito de COVID-19:** o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da Direção-Geral da Saúde, para validação da suspeição. Desta validação o resultado poderá ser:
 - **Caso Suspeito Não Validado:** este fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do atleta/treinador/juiz/socorrista/pais/staff.
 - **Caso Suspeito Validado:** a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos próximos. A Câmara Municipal de Lagos e o Clube do Atleta serão informados da existência de um caso suspeito validado.

7) Na situação de **Caso suspeito validado:**

O atleta/treinador/juiz/socorrista/pais/staff doente deverá permanecer na área de “isolamento” (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até à chegada da equipa do INEM, ativada pela DGS, que assegura o transporte para o Hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para testes laboratoriais;

- O acesso à área de “isolamento” fica interdito (exceto pessoa responsável designado para prestar assistência);
- A Câmara Municipal de Lagos e/ou o treinador/dirigente, colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente (caso suspeito validado);
- A Câmara Municipal de Lagos e/ou o treinador/dirigente, informa os restantes atletas/treinadores/juízes/socorristas/pais/staff da existência de um Caso Suspeito Validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais, mediante os procedimentos de comunicação estabelecidos no Plano de Contingência.

8) Procedimentos a adotar perante um caso suspeito validado

A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local. A Autoridade de Saúde Local informa a Câmara Municipal de Lagos e/ou clube do atleta, dos resultados dos testes laboratoriais e:

- **Se o Caso não for confirmado**: este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais na área de “isolamento”, incluindo a limpeza e desinfeção;
- **Se o Caso for confirmado**: a área de “isolamento” deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção), pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde;

9) Na situação de **Caso Confirmado** a Câmara Municipal de Lagos, deve:

- a) Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;
- b) Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas;
- c) Armazenar os resíduos do Caso Confirmado em saco de plástico que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

8.3. Procedimento de vigilância de contactos próximos

Considera-se “contacto próximo” um atleta/treinador/juiz/socorrista/familiares/funcionários que não apresentam sintomas no momento, mas que tiveram ou pode ter contactado com um caso confirmado de COVID-19. O tipo de exposição do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância.

O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

Alto risco de exposição	Baixo risco de exposição
<ul style="list-style-type: none">• Atletas/treinadores/juízes que estiveram no mesmo concurso ou corrida;• Atleta/treinador/juiz/socorrista/funcionário que esteve face-a-face com o Caso Confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;• Atleta/treinador/juiz/socorrista/funcionário que partilhou objetos/equipamentos com o Caso Confirmado que possam estar contaminados com expectoração, sangue, gotículas respiratórias.	<ul style="list-style-type: none">• Atleta/treinador/juiz/socorrista/funcionário que teve contacto esporádico (momentâneo) com o Caso Confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa face-a-face superior a 15 minutos, tosse ou espirro);• Pessoa responsável que prestou assistência ao Caso Confirmado, desde que tenha seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

Perante um Caso Confirmado por COVID-19, além do referido anteriormente, deverão ser ativamente os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de sintomatologia. Para efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com a Câmara Municipal de Lagos e/ou o clube, deve:

- Identificar, listar e classificar os contactos próximos (incluindo os casuais);
- Proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente) (**Anexo 4**);
- Informar, aconselhar e referenciar, se necessário.



PLANO DE CONTINGÊNCIA

20.º Circuito “Cidade de Lagos em Atletismo” - Época 2021/2022

9. Divulgação do Plano de Contingência

A Câmara Municipal de Lagos deverá divulgar o Plano de Contingência, depois de aprovado pela DGS, a todos os Clubes/Juízes/Socorristas/Staff.



PLANO DE CONTINGÊNCIA
20.º Circuito “Cidade de Lagos em Atletismo” - Época 2021/2022

Anexo 2 - Termo de Responsabilidade (para atletas de maior idade)

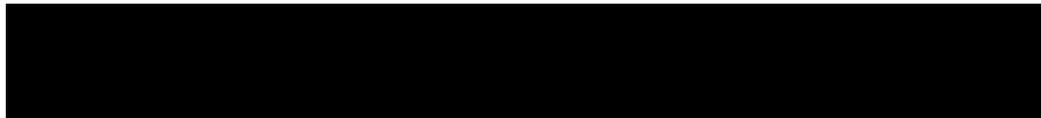




PLANO DE CONTINGÊNCIA

20.º Circuito “Cidade de Lagos em Atletismo” - Época 2021/2022

___ de _____ de 202__



036/2020 de 25/08/2020 atualizada a 22/10/2021 5/13

Maria da D. Afonso Henriques, 45 | 1019-005 Lisboa - Portugal | Tel. +351 21 843 05 00 | Fax. + 351 21 843 05 30 | E-mail: geral@dgs.min-saude.pt | www.dgs.pt



Anexo 3 - Lista de Contactos de Emergência/Úteis

Designação	Contacto telefónico	Nome do Responsável
Saúde 24	808 24 24 24	-
Centro de Saúde Lagos	282 780 000	-
Proteção Civil	282 768 008	Márcio Regino
Câmara Municipal de Lagos	932 332 019	Maria Genoveva Godinho
Associação de Atletismo do Algarve	961 244 323	Francisco Chumbinho
Cruz Vermelha Portuguesa - Delegação de Lagos	282 760 611 / 911 163 988	Paulo M.
Médico	967 160 221	Dr.º Emil Buzut
Junta de Freguesia de S. Gonçalo de Lagos	282 763 827	Carlos Saúde
União de Freguesias de Bensafrim e Barão de S. João	282 687 169	Duarte Nuno
Junta de Freguesia de Odiáxere	282 798 547	Carlos Fonseca
Junta de Freguesia da Luz	Tel. / Telem.: 282 789 722 / 939 789 722	João Reis
Olímpico Clube de Lagos	917 164 812	Jorge Candeias – Presidente da Direção
C.F. Esperança de Lagos	963 453 301	Carlos Cabral – Seção Atletismo
CRCD Luzense	968 679 500	Hernâni Silva – Presidente da Direção

Anexo 4 - Fluxo de abordagem de acordo com a classificação do contacto

