

ÁREA 5 – Normas mínimas de operação

Ação 1: definir procedimentos de proteção na utilização dos balneários

Os balneários podem representar um risco para a ocorrência de violência interpessoal. Por isso, é importante identificar possíveis cenários de risco e estabelecer normas claras para todos os que utilizam estas instalações. O clube deve incorporar estas normas no seu regulamento interno, garantindo que são facilmente acessíveis por todos os membros. Para promover maior segurança e transparência, deve comunicar estas regras regularmente através dos vários canais do clube, junto dos atletas, pais e *staff*.

Este documento descreve potenciais situações de risco, juntamente com sugestões de orientações que a direção do clube pode adotar. Estas recomendações destinam-se a servir de orientação e devem ser discutidas e adaptadas ao seu contexto específico, tendo em conta a legislação local e nacional, a natureza da(s) modalidade(s) e outros fatores relevantes para a sua organização desportiva.

Potenciais situações de risco na utilização de balneários

1) Presença de adultos em momentos de mudança de roupa (atletas menores)

Para atletas jovens ou pessoas vulneráveis, é compreensível que os pais/acompanhantes desejem ajudar os seus filhos enquanto mudam de roupa. Isto deve certamente ser permitido, mas, enquanto clube, é aconselhável estabelecer orientações claras, como especificar até que idade essa ajuda parental é permitida ou identificar grupos específicos para os quais se mantém adequada (por exemplo, atletas adultos com deficiência intelectual ou física).

2) Utilização de telemóveis no balneário

A utilização de telemóveis em balneários pode conduzir a graves violações de privacidade, como tirar e partilhar fotografias de colegas parcialmente despidos ou captar imagens secretamente nas áreas de duche. Este tipo de incidentes não só pode causar sofrimento como pode ter consequências duradouras para os envolvidos.

Para evitar tais situações, é essencial que o clube estabeleça e comunique regras claras sobre a utilização do telemóvel em zonas de balneários. Definir expectativas antecipadamente ajuda a proteger a privacidade e a segurança de todos os atletas.

3) Atletas de sexo diferente em balneários partilhados

Embora os atletas mais jovens de sexos diferentes possam sentir-se confortáveis no mesmo balneário, esta prática tende a tornar-se menos apropriado à medida que crescem e se desenvolvem. O aumento da consciência corporal e da sensibilidade pode gerar desconforto, constrangimento, bem como comentários involuntários ou pressão social.

Para salvaguardar o bem-estar de todos, é importante que o clube reveja regularmente as normas internas com base na idade e na fase de desenvolvimento dos atletas,

comunicando claramente com estes e com os seus familiares. Considerar soluções flexíveis, como horários ou áreas separadas para mudar de roupa, mantendo simultaneamente inclusão e respeito para todos os participantes.

4) Atletas menores sem supervisão nos balneários

A falta de supervisão nos balneários pode aumentar o risco de *bullying* e outras formas de violência interpessoal entre atletas. No entanto, introduzir supervisão adulta também levanta preocupações de proteção contra violência e abuso. Esta situação gera um equilíbrio particularmente delicado na gestão dos clubes.

Assim, é importante que o clube considere como garantir que os balneários são utilizados para mudar de roupa e não para a ocorrência de comportamentos transgressivos, mesmo sem um adulto presente no interior. Orientações claras, como horários designados para mudar de roupa, presença de *staff* nas proximidades, a regra de bater antes de entrar e verificações regulares, podem ajudar a garantir a utilização adequada dos balneários e que todos os atletas se sintam seguros e respeitados.

5) Diferença de idades entre atletas menores do mesmo sexo

Uma diferença significativa de idades entre atletas menores do mesmo sexo que partilham um balneário pode aumentar o risco de violência interpessoal. Atletas mais novos podem sentir-se intimidados por colegas mais velhos ou pressionados a adotar determinados comportamentos para ganhar respeito ou integrar-se.

Para minimizar este risco, recomenda-se que os clubes estabeleçam orientações claras sobre quais os grupos etários que podem utilizar o balneário juntos.

Risco	Orientações possíveis	Sugestões
Presença de adultos durante os momentos de mudança de roupa de atletas (menores)	<p>Estabelecer normas sobre a idade máxima até à qual (avós)/pais/tutores podem ajudar a criança a mudar de roupa.</p> <p>Estabelecer normas sobre a idade máxima até à qual os treinadores podem ajudar as crianças a mudar de roupa.</p>	<p>Dar sempre prioridade à autonomia da criança. Se uma criança consegue mudar de roupa sozinha, não é necessária assistência ou supervisão, não é necessário que um supervisor esteja presente na mesma sala.</p> <p>O apoio ou supervisão pode ser fornecido até aos 8 anos. A partir desta idade, espera-se geralmente que as crianças consigam mudar de roupa de forma independente.</p>

Utilização de telemóveis nos balneários

Estabelecer normas relativas a uma potencial proibição de utilização de telemóveis nos balneários.

Enquanto clube, é aconselhável considerar a proibição de utilização de telemóveis nos balneários e nas zonas de duche para proteger a privacidade de cada um. Pode implementar regras que exijam que os atletas mantenham os seus telemóveis nos sacos de treino ou estabelecer um sistema em que estes sejam guardados em cacifos antes de entrar no balneário.

Estabelecer requisitos para solicitar autorização para tirar fotografias no contexto do clube.

Criar sensibilização entre atletas, pais e *staff* relativamente à utilização de fotografias. Promover uma norma simples: só se devem tirar fotografias quando todos os envolvidos tiverem concordado de forma clara. Isto ajuda a promover uma cultura de consentimento e respeito mútuo no clube.

Estabelecer normas para a partilha de fotografias tiradas no contexto do clube.

Estabelecer normas a respeito de fotografias só poderem ser partilhadas, seja em privado ou nas redes sociais, se todas as pessoas presentes na fotografia tiverem dado consentimento claro. Além disso, estabelecer que, se alguém expressar desconforto ou desaprovação relativamente a uma fotografia já publicada, a imagem será removida imediatamente.

<p>Atletas de sexo diferente em balneário partilhado</p>	<p>Definir normas sobre a idade a partir da qual são disponibilizados balneários separados para rapazes e raparigas.</p>	<p>A partir dos 8 anos, o clube deve oferecer a opção de balneários separados para rapazes e raparigas. Esta é uma orientação geral e pode ser adaptada com base em circunstâncias específicas. Garantir uma comunicação aberta com atletas, pais e staff, e manter flexibilidade para ajustar estas normas sempre que necessário.</p>
<p>Atletas menores sem supervisão no balneário</p>	<p>Definir normas sobre a duração do tempo de mudança de roupa.</p> <p>Atribuir um supervisor fora do balneário para cada grupo.</p>	<p>Acordar com os atletas jovens quanto tempo necessitam para tomar banho e mudar de roupa. Isto dá-lhes uma voz no processo.</p> <p>Os supervisores respeitam a privacidade dos atletas batendo à porta antes de entrar e permanecendo no balneário apenas pelo tempo necessário.</p>
<p>Diferença de idades entre atletas menores do mesmo sexo</p>	<p>Definir normas sobre a diferença máxima de idades entre atletas jovens do mesmo sexo que partilham um balneário.</p>	<p>Crianças até aos 8 anos podem mudar de roupa no mesmo balneário.</p> <p>Crianças dos 8 aos 12 anos também podem mudar de roupa juntas.</p> <p>A partir dos 12 anos, recomenda-se uma diferença máxima de 3 anos entre atletas jovens.</p> <p>Idealmente, os adultos devem utilizar balneários separados.</p>