

ÁREA 5 – Normas mínimas de operação

Ação 3: definir procedimentos de proteção sobre viagens e estadias

É aconselhável que os clubes desportivos planeiem com antecedência viagens de um ou vários dias, tais como competições, treinos ou estágios, de forma a assegurar que são realizadas de forma segura. Isto inclui identificar possíveis situações de risco e estabelecer normas claras para todos os envolvidos na viagem. Estas normas ou regras devem ser incluídas no regulamento interno do clube, para que sejam facilmente acessíveis. Além disso, é importante comunicar regularmente estas regras a todo o *staff* do clube, atletas e respetivos pais ou tutores através de vários canais.

Este documento descreve várias possíveis situações de risco e oferece propostas de orientações que as direções dos clubes podem considerar. Estas recomendações têm o intuito de fornecer orientações e devem ser discutidas e adaptadas de forma a adequar-se ao contexto específico do clube, incluindo a legislação nacional e local e a natureza da modalidade.

Potenciais situações de risco em viagens de um ou vários dias

1) Situações

Durante os treinos e estágios, as crianças, jovens e supervisores passam frequentemente longos períodos juntos ao longo de vários dias. Esta proximidade acrescida pode criar maiores oportunidades para situações de violência interpessoal, especialmente em contextos com pernoita. Os potenciais riscos incluem supervisores a entrar em quartos sem motivos relevantes, jovens a encontrarem-se secretamente em quartos durante a noite, violações de privacidade durante o momento de duche, recolha de imagens inadequadas nos quartos, comportamentos de *bullying* ou rituais de iniciação (*hazing*).

2) Relação forte entre treinadores e atletas jovens

Porque treinadores e atletas jovens passam longos períodos juntos, é comum formar-se rapidamente um laço de confiança. Embora esta ligação possa ser altamente positiva, é importante garantir que não é mal utilizada ou que não cria oportunidades, por exemplo, para ocorrência de situações de violência e abuso.

3) Dinâmicas de grupo negativas

Um ambiente de grupo negativo pode favorecer diferentes formas de violência e abuso.

4) Supervisão limitada e falta de organização/planeamento

Quando existe supervisão insuficiente, ou quando crianças e jovens são frequentemente deixados desacompanhados, podem surgir oportunidades para a violência interpessoal. A ausência de planeamento e organização também pode conduzir a riscos adicionais. Por exemplo, a falta de sono e descanso pode aumentar a probabilidade de lesões, conflitos e outros riscos para a segurança.

Treinadores sem formação e supervisores jovens

Quando os treinadores não têm formação/competência pedagógica adequada, ou quando os supervisores jovens ou menores são designados sem acompanhamento de um elemento do *staff* experiente, podem surgir situações que comprometam a segurança.

5) Uso de álcool e drogas

De acordo com a legislação em Portugal, os menores estão autorizados a consumir cerveja e vinho a partir dos 16 anos. Quando os clubes desportivos não têm orientações e normas claras sobre o consumo de álcool e drogas, isto pode levar a excessos. Os treinadores e supervisores devem lidar com o uso de álcool e drogas de forma responsável, uma vez que os incidentes de violência interpessoal tendem a ocorrer com maior frequência quando estas substâncias estão envolvidas.

6) Diferentes grupos etários em treino e/ou estágio

Os treinos e estágios que envolvem diferentes grupos etários podem representar riscos adicionais de violência interpessoal, devido aos diferentes níveis de desenvolvimento. Os atletas mais velhos podem, por vezes, influenciar os mais novos a envolverem-se em comportamentos que são inapropriados ou prematuros para a sua fase de desenvolvimento.

7) Diversidade de participantes

Incluir diversidade nos grupos de treino e estágios é altamente positivo, mas também apresenta desafios adicionais para a equipa técnica. Estes incluem gerir perturbações comportamentais e de aprendizagem, apoiar atletas provenientes de contextos socioeconómicos mais vulneráveis, cuidar de atletas cujos pais/familiares os deixam no desporto com pouca participação e acompanhamento, e lidar com grandes diferenças no desempenho desportivo entre os participantes.

| Risco | Orientações possíveis | Sugestões |
|------------------|--|--|
| Situações | Estabelecer regras para a distribuição dos quartos. | Distribuir os quartos com base no sexo e grupo etário. Se possível, colocar grupos diferentes em corredores ou secções separadas para assegurar a privacidade, segurança e conforto de todos os atletas. |
| | Estabelecer regras para utilização de casas de banho e duchas em zonas mistas. | Fornecer orientações claras e respeitadas para o momento de duche, que tenham em conta o sexo e a idade dos participantes. |
| | Estabelecer normas sobre o respeito pela privacidade | É aconselhável definir antecipadamente quais as áreas que treinadores, |

| | | |
|--|---|---|
| | <p>entre treinadores, supervisores e atletas.</p> <p>Estabelecer normas a respeito do apoio e supervisão durante a mudança de roupa e o duche para atletas jovens ou pessoas vulneráveis.</p> <p>Implementar regras para utilização de telemóveis, recolha de fotografias e uso de redes sociais.</p> <p>Estabelecer normas para o transporte de atletas, a realizar por treinadores e outros elementos do clube.</p> | <p>supervisores e atletas podem partilhar, e quais os espaços que são inapropriados para a presença conjunta (por exemplo, balneários, quartos, duches).</p> <p>Determinar antecipadamente o limite de idade ou os grupos específicos para os quais os supervisores podem prestar assistência ou supervisão nos balneários e nas áreas de duche.</p> <p>Ver as orientações e recomendações descritas na Ação 1.</p> <p>Ver as orientações e recomendações descritas na Ação 5.</p> <p>Ver as orientações e recomendações descritas na Ação 2.</p> |
| <p>Relação forte entre treinadores e atletas jovens</p> | <p>Estabelecer regras claras sobre relações sexuais/românticas entre treinadores e atletas jovens.</p> | <p>Podem existir ou desenvolver-se relacionamentos antes do início de um treino ou estágio. Se existir um relacionamento prévio entre um treinador e um jovem sexualmente maduro, deve-se estabelecer normas claras antecipadamente, em consulta com os pais.</p> <p>Se um novo relacionamento se iniciar durante o estágio, deve ser abordada em conformidade com o código de conduta do clube, estabelecendo que qualquer manifestação</p> |

| | | |
|--|--|---|
| | <p>Estabelecer normas sobre a comunicação a sós entre treinadores/dirigentes e jovens atletas (por exemplo, através de redes sociais, <i>WhatsApp</i>, etc.).</p> | <p>adicional (de natureza romântica ou sexual) deve ocorrer em privado, e apenas com o consentimento dos pais e em conformidade com a legislação penal nacional relativa ao consentimento sexual.</p> <p>Independentemente das dinâmicas pessoais, espera-se que os treinadores se comportem de forma profissional para com todos os atletas ao longo de todo o estágio ou período de treino.</p> <p>É aconselhável evitar comunicação isolada por telemóvel entre atletas e treinadores/<i>staff</i> externo durante treinos e estágios. Se tal comunicação for inevitável, deve ser estritamente limitada a assuntos relacionados com o treino (por exemplo, durante um estágio entre um treinador e um atleta). Também, neste caso, podem ser estabelecidas normas para criação de um grupo de conversa com o atleta menor e um dos seus pais.</p> |
| <p>Dinâmicas de grupo negativas</p> | <p>Estabelecer normas com os supervisores relativas ao conteúdo e à estrutura do treino ou estágio.</p> <p>Estabelecer orientações com os supervisores sobre quem contactar quando ocorre um episódio de</p> | <p>Organizar atividades de <i>team building</i>, utilizar métodos criativos para dividir grupos e implementar um horário estruturado que equilibre atividades organizadas com tempo livre.</p> <p>Apresentar o/a RP (Responsável pela</p> |

| | | |
|--|---|---|
| | <p><i>bullying</i> ou comportamento anti-social dentro do seu grupo.</p> | <p>Proteção) aos supervisores/equipa técnica e explicar o plano a seguir em caso de ocorrência de uma situação de violência interpessoal.</p> |
| <p>Supervisão limitada e falta de planeamento</p> | <p>Estabelecer regras sobre o número de treinadores/dirigentes em relação ao número de crianças e jovens atletas.</p> <p>Estabelecer normas de supervisão durante o tempo livre dos atletas.</p> <p>Estabelecer normas de supervisão noturna durante estágios com pernoita.</p> | <p>Implementar um horário estruturado que equilibre atividades organizadas com tempo livre.</p> <p>Definir antecipadamente o número de supervisores necessários para garantir uma supervisão segura e adequada. Recomenda-se um mínimo de dois supervisores por cada estágio.</p> <p>Garantir que pelo menos um supervisor está presente durante todos os momentos de tempo livre.</p> <p>Designar duas pessoas de contacto por noite. Para estágios mistos, idealmente atribuir uma pessoa de contacto do sexo masculino e uma do sexo feminino.</p> |
| <p>Treinadores sem formação e supervisores jovens</p> | <p>Estabelecer normas sobre que perfis de treinadores podem, em conjunto, liderar ou supervisionar um grupo.</p> | <p>Determinar antecipadamente que perfis procura, visando uma combinação equilibrada de idade, experiência, percurso e formação. Idealmente, treinadores inexperientes podem aprender com treinadores experientes. Os organizadores das atividades podem também oferecer ações de atualização para ajudar treinadores e supervisores</p> |

| | | |
|---|---|--|
| | | a expandirem as suas competências e conhecimentos. |
| Uso de álcool e drogas | Estabelecer normas sobre o consumo de álcool e drogas para supervisores e jovens que estão legalmente autorizados a consumir. | <p>É aconselhável que pelo menos uma pessoa (com carta de condução) permaneça completamente sóbria durante os momentos de tempo livre dos supervisores, de modo a poder lidar com emergências (por exemplo, conduzir para o hospital em caso de emergência).</p> <p>Também pode ser estabelecida a norma, para todo o período do estágio, de que o álcool só deve ser consumido com moderação por aqueles que estão legalmente autorizados (tanto supervisores quanto jovens). Relativamente a outras drogas, deve ser aplicada uma política de tolerância zero.</p> |
| Diferentes grupos etários em treino e/ou estágio | Criar normas para o uso de duches, balneários, quartos e áreas de lazer para os diferentes grupos etários. | O contacto entre diferentes grupos etários é recomendado, mas deve ocorrer sempre num ambiente seguro e com supervisão adulta adequada. |
| Diversidade de participantes | Definir orientações sobre a prestação de apoio adicional e a garantia de competências adequadas na supervisão. | Verificar antecipadamente com os pais e os atletas jovens que apoio adicional pode ser necessário e como este pode ser prestado (por exemplo, espaço de descanso com poucos estímulos, emprestar equipamento ou vestuário desportivo). Discutir isto com os supervisores antes do estágio e designar alguém para apoiar as |

| | | |
|--|--|--|
| | | <p>crianças ou jovens com necessidades adicionais. Esta pessoa pode também servir como ponto de contacto para a criança e para os seus pais.</p> |
|--|--|--|