



CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA  
DE DESPORTOS  
AQUÁTICOS

# TROFÉU BRASIL DE NATAÇÃO

## Campeonato Brasileiro Absoluto de Natação

Rio de Janeiro – RJ – 09 à 12/12/2020

# Prevenção à Covid-19: Protocolos e ações

Considerando que a natação de competição é um esporte com baixo risco de contágio, a seguir será detalhado o protocolo aprovado pelo Governo Federal, (Ministério da Saúde, Ministério da Cidadania, Secretarias de Saúde Estadual e Municipal do Rio de Janeiro), o Comitê Olímpico do Brasil e Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos.

### Protocolo de Competição sem Público no Club de Regatas Vasco da Gama (CRVG):

1. Apenas atletas federados podem competir;
2. A competição será realizada na piscina do Club de Regatas Vasco da Gama;
3. Com o objetivo de se evitar aglomerações, respeitando a saúde dos atletas, **fica abolido – excepcionalmente nesta temporada – o banco de controle durante as etapas eliminatórias.** Os atletas deverão ficar atentos no desenrolar da competição para saberem as suas séries e raias, tendo em vista que serão respeitados, na medida do possível, o programa-horário da competição, devendo eles se dirigirem aos blocos de partida momentos antes da largada.

**CUIDEM-SE**  
**USEM MÁSCARA**



CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA  
DE DESPORTOS  
AQUÁTICOS

# TROFÉU BRASIL DE NATAÇÃO

## Campeonato Brasileiro Absoluto de Natação

Rio de Janeiro – RJ – 09 à 12/12/2020

4. Árbitros, treinadores, e demais componentes das equipes participantes, delegados devidamente credenciados devem usar máscara e respeitar a distância social durante todo o evento.

5. As provas da competição, no masculino e feminino serão as abaixo indicadas no quadro:

6. Haverá provas de revezamentos: 4x100 metros livre, 4 x 100 metros 4 estilos, 4 x 200 metros livre, e 4 x 50 Medley através do sorteio das equipes pelo ranking nacional.

### ELIMINATÓRIAS

1ª Etapa – 09/12/2020			2ª Etapa – 10/12/2020		
Prova	Gênero	Formato	Prova	Gênero	Formato
400 Medley	F	Eliminatórias	400 Livre	F	Eliminatórias
400 Medley	M	Eliminatórias	400 Livre	M	Eliminatórias
200 Borboleta	F	Eliminatórias	100 Borboleta	F	Eliminatórias
200 Borboleta	M	Eliminatórias	100 Borboleta	M	Eliminatórias
100 Peito	F	Eliminatórias	100 Livre	F	Eliminatórias
100 Peito	M	Eliminatórias	100 Livre	M	Eliminatórias
800 Livre	F	Séries Fracas			
800 Livre	M	Séries Fracas			

3ª Etapa – 11/12/2020			4ª Etapa – 12/12/2020		
Prova	Gênero	Formato	Prova	Gênero	Formato
200 Livre	F	Eliminatórias	1500 Livre	F	Séries Fracas
200 Livre	M	Eliminatórias	1500 Livre	M	Séries Fracas
200 Peito	F	Eliminatórias	100 Costas	F	Eliminatórias
200 Peito	M	Eliminatórias	100 Costas	M	Eliminatórias
200 Costas	F	Eliminatórias	200 Medley	F	Eliminatórias
200 Costas	M	Eliminatórias	200 Medley	M	Eliminatórias
50 Livre	F	<i>Eliminatórias</i>			
50 Livre	M	<i>Eliminatórias</i>			

### FINAIS

1ª Etapa – 09/12/2020			2ª Etapa – 10/12/2020		
Prova	Gênero	Formato	Prova	Gênero	Formato
400 Medley	F	Final	400 Livre	F	Final
400 Medley	M	Final	400 Livre	M	Final
200 Borboleta	F	Final	100 Borboleta	F	Final
200 Borboleta	M	Final	100 Borboleta	M	Final
100 Peito	F	Final	100 Livre	F	Final
100 Peito	M	Final	100 Livre	M	Final
800 Livre	F	Série Forte	4 x 200 Livre	F	Final
800 Livre	M	Série Forte	4 x 200 Livre	M	Final
4 x 100 Livre	F	Final			
4 x 100 Livre	M	Final			

**CUIDEM-SE**  
**USEM MÁSCARA**



CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA  
DE DESPORTOS  
AQUÁTICOS

# TROFÉU BRASIL DE NATAÇÃO

## Campeonato Brasileiro Absoluto de Natação

Rio de Janeiro – RJ – 09 à 12/12/2020

3ª Etapa – 11/12/2020			4ª Etapa – 12/12/2020		
Prova	Gênero	Formato	Prova	Gênero	Formato
200 Livre	F	Final	1500 Livre	F	Série Forte
200 Livre	M	Final	1500 Livre	M	Série Forte
200 Peito	F	Final	100 Costas	F	Final
200 Peito	M	Final	100 Costas	M	Final
200 Costas	F	Final	200 Medley	F	Final
200 Costas	M	Final	200 Medley	M	Final
50 Livre	Fem	Final (com 8)*	4 x 50 MD	F	Sorteio pelo Ranking
50 Livre	Masc	Final (com 8)*	4 x 50 MD	M	
50 Livre	Fem	Skins (com 4)			
50 Livre	Masc	Skins (com 4)			
50 Livre	Fem	Skins (com 2)			
50 Livre	Masc	Skins (com 2)			
4 x 100 Medley	Fem	Final			
4 x 100 Medley	Masc	Final			

7. Os blocos de partida e bordas de chegada dos atletas receberão álcool 70% após cada série realizada;

8. Dependendo do número de atletas inscritos, os aquecimentos para as etapas poderão ser divididos entre masculino e feminino, a fim de evitar eventual aglomeração, e com intuito de manter um menor número de atletas ao mesmo tempo dentro da piscina de competição;

9. Os vestiários só serão utilizados para colocação e retirada de trajes e vestimentas de nado. O banheiro será habilitado apenas para necessidades básicas, com limitação de pessoas por vez.

10. A organização da competição designará a cada clube um local específico nas arquibancadas para que os competidores e treinadores possam ficar concentrados durante a competição, devendo respeitar o distanciamento e uso de máscara. Somente os atletas que competirão naquele dia podem estar nessas áreas.

### COMPETIÇÃO:

1. O teste para COVID-19 (PCR) deverá ser realizado 2 (dois) dias antes do início da competição para todos os nadadores, pessoal de apoio, treinadores, árbitros, e equipes de pessoal indispensáveis à realização do evento.

2. A quarentena social será obrigatória para nadadores, equipe de apoio, treinadores, árbitros e equipes de pessoal indispensáveis à realização do evento, a partir do dia em que o teste COVID é realizado até o final da competição (podendo sair de casa sozinho ao evento), e em caso de descumprimento, a CBDA tomará medidas disciplinares e também excluirá automaticamente esse (a) atleta do evento.

**CUIDEM-SE**  
**USEM MÁSCARA**



CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA  
DE DESPORTOS  
AQUÁTICOS

# TROFÉU BRASIL DE NATAÇÃO

## Campeonato Brasileiro Absoluto de Natação

Rio de Janeiro – RJ – 09 à 12/12/2020

3. No dia da competição, tanto o pessoal de apoio, como os nadadores, devem chegar àquela etapa com máscara.
4. É obrigatório para nadadores, equipe de apoio, técnicos, juízes e equipes de pessoal que estarão trabalhando no evento possuir kit de desinfecção.
5. A competição será realizada a portas fechadas (sem público).
6. Todas as pessoas que entrarem no CRVG devem cumprir todas as medidas de segurança e higiene (lavagem das mãos), desinfecção, distância social (mínimo de 2 metros), uso de máscara facial.
7. A equipe de apoio, técnicos, juízes e equipes de pessoal que estarão trabalhando no evento devem usar a máscara em todos os momentos, durante o aquecimento e direcionar o atleta durante sua competição. As máscaras só podem ser retiradas, no caso de atleta, quando ele (a) está aquecendo e competindo.
8. O aquecimento será realizado por horários, respeitando a distância física para evitar contatos.
9. As garrafas de água ou bebidas hidratantes devem ser individuais, marcadas e descartadas quando não forem mais utilizadas.
10. A cerimônia de entrega medalha será realizada logo após o término daquela prova nadada junto aos blocos de partida e os troféus ao final da competição, entregues aos representantes dos clubes.
11. O uso da mesa de fisioterapia ou similar será permitido, em número reduzido de pessoas.
12. A estação de controle de doping adaptará seu protocolo para manter distância física em todos os momentos, espaços ventilados, limpos e desinfetados, banheiros com espelho para ver a amostragem à distância, usar luvas e máscaras durante o processo, processos adequados de higiene no manuseio e assinatura de documentos, lavagem das mãos, disponibilidade de álcool em gel e *spray*, não fazer aglomerações, limitando acompanhantes e ampliando a área de espera.

### RECOMENDAÇÕES INICIAIS

1. Como regra geral deste protocolo, os seguintes princípios de mitigação COVID-19 devem ser levados em consideração:
2. Mantenha a distância física de dois metros constantemente.
3. Lavar as mãos com sabonete a cada 2 horas por 30 segundos, após usar o banheiro, após tossir ou espirrar e tocar em áreas comuns.
4. Se manter sempre os ambientes bem ventilados.

**CUIDEM-SE**  
**USEM MÁSCARA**

# TROFÉU BRASIL DE NATAÇÃO

## Campeonato Brasileiro Absoluto de Natação

Rio de Janeiro – RJ – 09 à 12/12/2020

5. Desinfecção de superfícies e equipamentos esportivos.
6. Essas medidas de mitigação são estritamente aplicadas por equipes, atletas, juízes e equipe de apoio, para garantir a segurança de todos.
7. Cada clube deve se responsabilizar por apresentar uma lista nominal, devendo também designar um responsável pelo evento para fazer cumprir este protocolo, a avaliação médica de sua equipe e entregar quando solicitados os documentos de: seguro médico e resultados do COVID .
8. Recomenda-se que todos os participantes (nadadores, treinadores, juízes e equipe de apoio) tenham seguro médico para o atendimento de eventualidades médicas ou deficiência.

### Participação em eventos de pessoas com fatores de risco.

1. Não poderão participar do evento pessoas que apresentem fator de risco não controlado. Nos casos onde seja imprescindível eventual assistência, será necessário apresentar atestado médico com o diagnóstico, classificação, grau de gravidade e tratamento atual de sua doença.
2. Nadadores, treinadores, juízes e equipe de apoio devem informar seu médico ou gerente se apresentarem ou apresentarem quaisquer sintomas como: febre (temperatura superior a 38º C oral, 37,5º C axilar) tosse seca, fadiga / cansaço, dor / mialgia corporal, dor de garganta, náusea, vômito ou diarreia, conjuntivite, dor de cabeça, perda de paladar e olfato, problemas dermatológicos (eritema, urticária), você também deve informar se esteve em contato com uma pessoa com COVID-19 positivo, nos últimos 14 dias;
3. Atletas ou pessoal de apoio com algum sintoma, contato ou com COVID-19 positivo atual, não devem fazer parte da equipe que participará da competição, sem antes esclarecer sua situação de saúde.
4. A CBDA designará um coordenador do COVID-19, que deverá ter conhecimento atualizado das diretrizes estabelecidas pelos órgãos governamentais e pela OMS, manter contato com as autoridades de saúde locais, avaliar a evolução da pandemia no período anterior à competição , garantir o cumprimento desses protocolos na competição e fornecer aos organizadores do evento o protocolo para tratamento de casos suspeitos, casos positivos e identificação de contatos próximos.

### **TRANSPORTE SEGURO:**

1. Recomenda-se o uso de transporte coletivo apenas no caso de não poder viajar de carro, moto, bicicleta ou a pé, sob a premissa de que o que se perde em viajar um pouco mais, se ganha em prevenção e cuidados com a saúde . Se você viajar de ônibus ou vier do interior de ônibus, leve em consideração o seguinte:
2. Recomendamos viajar com o mínimo de pessoas (somente pessoa autorizada).

**CUIDEM-SE**  
**USEM MÁSCARA**



CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA  
DE DESPORTOS  
AQUÁTICOS

# TROFÉU BRASIL DE NATAÇÃO

## Campeonato Brasileiro Absoluto de Natação

Rio de Janeiro – RJ – 09 à 12/12/2020

3. Use máscara o tempo todo, é difícil manter uma distância física de dois metros em áreas lotadas e entre passageiros.
4. Mantenha uma distância física de dois metros, evite contato com pessoas fora de sua delegação e limite as paradas durante a viagem.
5. Se possível, sente-se em uma única fileira ou em um assento separado.
6. Viaje com as janelas abertas se a linha de transporte intermunicipal permitir.
7. Viagem com álcool gel, álcool 70%, toalha de papel descartável, para desinfecção regular durante a viagem.
8. Recomenda-se alugar um ônibus para transportar apenas a delegação do interior do país.
9. Tome cuidado extra em terminais de ônibus.
10. Para longas distâncias prefira passeios noturnos e evite ir ao banheiro nos ônibus.
11. Não consuma alimentos durante a viagem e carregue água ou hidratação pessoal

### ACOMODAÇÃO SEGURA

Nota: Apenas como sugestão, caso os atletas tenham que se deslocar do interior para o Rio de Janeiro e se hospedarem em alojamentos. O Alojamento deve obedecer a estas recomendações.

Recomendações para acomodação segura:

1. Cumprir e respeitar os princípios de mitigação.
2. Fique em quartos individuais, na medida do possível.
3. Evite ir a áreas de uso comum ou com alto fluxo de pessoas.
4. Evite tocar em papéis, canetas, brochuras e qualquer outra coisa que possa servir como veículo de contágio indireto de COVID-19.
5. Minimize o contato com outros hóspedes e funcionários do hotel ou acomodação.
6. Solicite que as refeições sejam levadas para o quarto, a fim de evitar áreas lotadas no restaurante. Se for no restaurante, evite o buffet e deixe a comida servida na mesa na distância recomendada.

**CUIDEM-SE**  
**USEM MÁSCARA**



CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA  
DE DESPORTOS  
AQUÁTICOS

# TROFÉU BRASIL DE NATAÇÃO

## Campeonato Brasileiro Absoluto de Nataação

Rio de Janeiro – RJ – 09 à 12/12/2020

### AValiação Médica na Chegada ao Local da Competição

1. Uma avaliação médica será realizada em todos os atletas, equipe de apoio e juizes, na chegada ao local do evento (um dia antes do início da competição), para confirmar que NÃO há sinais ou sintomas de COVID-19. A avaliação deverá incluir:
  2. História: pergunte sobre a história de COVID-19, sinais e sintomas (principalmente respiratórios e cardiovasculares) e fatores de risco.
  3. Exame físico: temperatura, frequência cardíaca e respiratória, pressão arterial e saturação de oxigênio.
  4. Avaliação cardiopulmonar e musculoesquelética.
  5. Os atletas e pessoal de apoio devem assinar um termo de consentimento livre e esclarecido, durante a avaliação médica, após explicar a necessidade do exame médico e testes COVID-19 para competir.
  6. Os seguintes documentos também serão solicitados durante a avaliação:
    - Seguro médico (recomendado)
    - Teste COVID-19 Negativo (PCR);
    - Atestado médico se houver algum fator de risco e sua presença no evento for imprescindível.
7. Se for assintomático ou com sintomas locais: Deve-se ter o retorno da certificação esportiva por um cardiologista, EKG normal e relatar a data do diagnóstico positivo.
8. Se for respiratório ou sintomático cardiovascular: além dos anteriores, recomenda-se ecocardiograma, teste de estresse cardiovascular e perfil cardíaco (troponina T de alta sensibilidade e peptídeo natriurético). O restante dos exames cardiovasculares fica a critério do cardiologista que avalia o caso. Nota: Esta sugestão para o atleta com histórico de COVID-19 é diagnosticar miocardite ou pericardite assintomática ou pouco sintomática e que não afeta o desempenho e a saúde subsequente do atleta.

### TESTE PARA COVID-19

Este teste é atualmente o padrão ouro para o diagnóstico de COVID-19, tem maior sensibilidade e especificidade, procura RNA viral SARS-CoV-2, torna-se positivo 2 a 5 dias após o início dos sintomas, os resultados podem estar disponíveis em 24-48 horas. Esta técnica é usada para detectar a presença de RNA do vírus em atletas.

1. Cada nadador deve fazer 1 (um) teste para COVID-19 (PCR), 48 horas antes da competição.

**CUIDEM-SE**  
**USEM MÁSCARA**



CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA  
DE DESPORTOS  
AQUÁTICOS

# TROFÉU BRASIL DE NATAÇÃO

## Campeonato Brasileiro Absoluto de Natação

Rio de Janeiro – RJ – 09 à 12/12/2020

2. Durante a avaliação médica (EM) que ocorre na véspera da competição, eles devem apresentar o teste COVID-19 que tenham feito. A CBDA será responsável por fornecer e controlar o cumprimento da realização das provas pelos atletas, pessoal de apoio e juízes que estarão na competição.

Obs: Caso as provas COVID-19 não possam ser realizadas na cidade de origem, os mesmos deverão comparecer ao local do evento pelo menos 2 (dois) dias antes da competição para realizar as provas.

3. Os testes serão realizados nos atletas de forma obrigatória, e na equipa de apoio e juízes se a sua função envolver perda de distância física e violação dos princípios de mitigação. Outras pessoas devem manter uma distância física de dois metros, máscaras e outras medidas de saúde ao interagir com as pessoas testadas.

4. Os juízes, árbitros e pessoal de apoio que entrarem em contato com os atletas pelas características do esporte sem medidas mitigatórias devem fazer uma prova com intervalo de 48 a 72 horas, dias antes da competição (2 a 3 dias). Se eles não entrarem em contato com os atletas e puderem manter medidas de mitigação (ex: máscara e distância física), NÃO requerem o teste COVID-19, mas sem o estrito cumprimento dos princípios de mitigação.

Nota: Se o pessoal de apoio (treinadores, preparadores de impostos, médicos) e juízes, em suas funções, puderem manter distância física, máscara e outros princípios de mitigação, eles não exigem um teste COVID-19 e só passam por um exame médico antes do evento para verificar a ausência de sintomas e sinais da doença, ausência de fatores de risco ou algum contato próximo com um caso confirmado nos dias anteriores.

### DA PRAÇA ESPORTIVA

Higiene e Afinação do Club de Regatas Vasco da Gama:

1. Na entrada da quadra de esportes será instalada pia portátil, com sabonete líquido, papel toalha descartável e lata de lixo, além de tapete para desinfecção dos calçados.

2. Haverá dispensadores de álcool 70% dentro do palco para uso constante.

3. Serão afixados sinais nos sintomas do COVID-19, técnicas de lavagem das mãos, etiqueta para tosse, distância física maior que 2 metros e desinfecção do equipamento de treinamento.

4. O CRVG será submetido a um processo de limpeza e desinfecção como adaptação inicial e assim que terminar cada sessão de treino ou competição: vestiários, banheiros, equipamentos e implementos desportivos, bem como áreas comuns: grades, interruptores, maçanetas, puxadores, mesas, cadeiras, bancos.

5. A CBDA garantirá que os banheiros tenham água, dispensador de sabonete líquido, dispensador de papel toalha e lata de lixo com tampa de pedal.

**CUIDEM-SE**  
**USEM MÁSCARA**



CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA  
DE DESPORTOS  
AQUÁTICOS

# TROFÉU BRASIL DE NATAÇÃO

## Campeonato Brasileiro Absoluto de Natação

Rio de Janeiro – RJ – 09 à 12/12/2020

6. O CRVG será mantido ventilado, as portas e janelas abertas, também nos banheiros e vestiários, de forma a minimizar o contato com maçanetas, puxadores e pratos, e para fazer o ar circular naturalmente. Não será permitido o uso do chuveiro.

7. Todos os elementos, quando for o caso, dos patrocinadores, como pôsteres, bandeiras, banners, deverão ser instalados e retirados um dia antes do início e um dia após o término do evento.

8. Não haverá barracas de comida.

9. As arquibancadas não terão acesso ao público, mas serão delimitadas as áreas para pessoal autorizado e com distância de 2 metros.

### SERVIÇOS MÉDICOS DO EVENTO

1. O atendimento médico será dirigido a: atletas, equipe de apoio, juízes, árbitros e membros da comissão organizadora. A CBDA ficará encarregada do serviço médico e terá os serviços de assistência médica, enfermagem e salva-vidas.

2. Se for necessária uma referência, peça um serviço de ambulância para a sua transferência.

3. Além disso, deve haver área de avaliação e atendimento aos pacientes respiratórios.

### PROTOCOLO PARA SUSPEITOS E CASOS POSITIVOS DA COVID-19

Caso suspeito: presença de algum sinal / sintoma relacionado ao COVID-19 ou contato com caso confirmado.

1. Informar imediatamente o pessoal de apoio da CBDA ou do seu respectivo clube, e seguir as instruções médicas.

2. Será proibida a entrada na arena esportiva.

3. Recomenda-se o seu isolamento em sua casa ou acomodação.

4. Vá a um centro de saúde se tiver algum sinal de alerta (febre por 72 horas, falta de ar com sensação de asfixia, dor no peito, tosse persistente, diarreia e vômito com desidratação, perda de fala ou movimento).

5. Notifique o coordenador do COVID-19 do evento sobre o caso e ele fará um acompanhamento diário para avaliar os sintomas ou necessidade de fazer o teste do COVID-19 conforme indicado pela equipe médica.

**CUIDEM-SE**  
**USEM MÁSCARA**



CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA  
DE DESPORTOS  
AQUÁTICOS

# TROFÉU BRASIL DE NATAÇÃO

## Campeonato Brasileiro Absoluto de Nataação

Rio de Janeiro – RJ – 09 à 12/12/2020

6. Intensificar a limpeza e desinfecção da arena esportiva em que se encontra a pessoa com suspeita de doença, com destaque para as superfícies mais tocadas.
7. Insista nos princípios de mitigação: lavar as mãos, tossir ou espirrar em um lenço de papel, evitar o contato físico (mantendo uma distância de pelo menos 2 metros) e não compartilhar utensílios pessoais.
8. Faça o acompanhamento diário do caso, veja sua evolução, estado de saúde e cumprimento de protocolos.
9. Faça a árvore epidemiológica para identificar contatos próximos e solicitar um novo teste COVID-19 desses contatos.
10. Avaliar a suspensão ou continuidade do torneio caso o caso confirmado seja um atleta, esta decisão será tomada pela direção do torneio e pelo delegado técnico do evento, de acordo com as recomendações médicas e sanitárias. Se o caso confirmado for de uma equipe de suporte, o torneio continuará assim que o caso for isolado.

**CUIDEM-SE**  
**USEM MÁSCARA**