

## COMUNICADO OFICIAL | Nº 132

**ASSUNTO | SUBJECT:** Plano de Retoma do Futebol Profissional  
(CO n.º 11 e CO n.º 86)

**DATA:** 02/12/2021

Exmos. Senhores

Ao abrigo da disposição transitória 1.ª do Regulamento das Competições organizadas pela Liga Portugal (RC), divulga-se retificação ao Plano de Retoma do Futebol Profissional.

O atual plano contempla as orientações relativas à organização dos jogos das competições profissionais da época desportiva 2021-22, que integram as normas e procedimentos estabelecidos, e que entra imediatamente em vigor.

Anexa-se para conhecimento Orientação 036/2020 de 25 de agosto, ultimamente atualizada em 1 de dezembro de 2021.



**HELENA PIRES**

**DIRETORA EXECUTIVA**



**COVID 19**

**PLANO ESPECÍFICO PARA  
O FUTEBOL PROFISSIONAL**

**LIGA  
PORTUGAL**  
CRIA TALENTO

## ÍNDICE

1. INTRODUÇÃO
2. REGRAS SANITÁRIAS GERAIS PARA REALIZAÇÃO DE TREINOS E COMPETIÇÕES
3. AVALIAÇÃO CLÍNICA PARA RETORNO A TREINOS E COMPETIÇÕES
4. INICIO DA COMPETIÇÃO
5. PLANO DE CONTINGÊNCIA
6. CÓDIGO DE CONDUTA / TERMO DE RESPONSABILIDADE
7. PRESENÇA DO PÚBLICO
8. CERTIFICADO DIGITAL UE
9. OPERACIONALIZAÇÃO DO PLANO DE TESTES LABORATORIAIS PARA SARS-COV-2
10. PROCEDIMENTO PERANTE CASO CONHECIDO DE COVID-19
11. PROCEDIMENTO PERANTE CASO SUSPEITO
12. UTILIZAÇÃO DE JOGADORES
13. PARTICIPAÇÃO EM COMPETIÇÕES INTERNACIONAIS
14. REFERÊNCIAS

### **ANEXO 1 – PLANO DE DIA DE JOGO**

### **ANEXO 2 – COMPROMISSO DE HONRA**

### **ANEXO 3 – MODELO COUNTDOWN DE JOGO**

### **ANEXO 4 – MODELO DE ATESTADO DE APTIDÃO**

## 1. INTRODUÇÃO

Ao abrigo da disposição transitória 1.<sup>a</sup> do Regulamento das Competições organizadas pela Liga Portugal (RC), divulga-se o Plano de Retoma do Futebol Profissional.

O presente Plano contempla as orientações relativas à organização dos jogos das competições profissionais da época desportiva 2021-22, que integram as normas e procedimentos estabelecidos pela Direção Geral da Saúde.

## 2. REGRAS SANITÁRIAS GERAIS PARA REALIZAÇÃO DE TREINOS E COMPETIÇÕES

Na organização dos treinos e nos jogos das competições profissionais de futebol, devem ser observadas as seguintes regras sanitárias gerais:

- Todos os espaços, materiais e equipamentos utilizados em treinos e competições devem ser submetidos a limpeza e higienização (Orientações [014/2020](#) e [030/2020](#) da DGS);
- Todas as pessoas que trabalham ou frequentam os espaços de treino e competição têm de cumprir com as regras de etiqueta respiratória, da lavagem correta das mãos, da utilização correta de máscara, assim como das outras medidas de higienização e controlo ambiental;
- Deve-se providenciar a colocação de dispensadores de SABA, junto às receções, entradas e saídas dos espaços desportivos e outros locais estratégicos;
- Em todos os espaços fechados, em situações que envolvam proximidade entre pessoas, a utilização de máscara é obrigatória para:
  - Equipas técnicas;
  - Colaboradores e funcionários dos clubes, das infraestruturas desportivas, e demais *staff* logístico e de limpeza;
  - Atletas em situações de não realização de exercício físico.
- Nos espaços fechados deve ser assegurada uma boa ventilação, preferencialmente com ventilação natural, através da abertura de portas ou janelas. Pode também ser utilizada ventilação mecânica de ar (sistema AVAC – Aquecimento, Ventilação e Ar Condicionado). Nestes casos, deve ser garantida a limpeza e manutenção adequadas e a renovação do ar dos espaços fechados, por arejamento frequente e/ou pelos próprios sistemas de ventilação mecânica;
- Deve-se evitar o agendamento de treinos simultâneos com partilha de espaço por equipas diferentes;
- Na utilização de balneários, chuveiros, sanitários, bem como espaços de tratamentos, massagem, piscinas, saunas, banhos turcos, hidromassagens/jacuzzis e similares devem ser cumpridas as recomendações descritas na Orientação 030/2020 da DGS;
- A partilha de recipientes e utensílios de bebidas e comidas deve ser totalmente evitado. A utilização de bebedouros deve ser restrita ao enchimento de recipientes individuais;
- Deve ser mantido um registo, preferencialmente, por parte dos departamentos médicos, devidamente autorizado, dos funcionários, treinadores e atletas (nome, email e contacto telefónico), que frequentaram

os espaços de treino e competição, por data e hora (entrada e saída), para efeitos de apoio no inquérito epidemiológico da Autoridade de Saúde, se aplicável;

- Os funcionários, treinadores e atletas devem efetuar, preferencialmente através do departamento médico do clube, a auto monitorização diária de sinais e sintomas e abster-se de ir trabalhar, treinar ou competir, se surgir sintomatologia compatível com COVID-19. Devem igualmente contactar o SNS 24 (808 24 24 24), ou outras linhas específicas criadas para o efeito;

As entidades envolvidas nos treinos e competições devem ainda garantir que:

- Todos os Equipamentos de Proteção Individual (EPI) necessários são disponibilizados e corretamente utilizados;
- Ninguém deve frequentar os espaços onde decorrem treinos e competições, caso apresente sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19. Nestas circunstâncias, devem contactar-se o SNS24 (808 24 24 24) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, e seguir as recomendações que forem dadas;
- As regras de etiqueta respiratória, da higienização correta das mãos, da utilização correta das máscaras e normas de funcionamento das instalações estão afixadas de forma acessível a todos.

### 3. AVALIAÇÃO CLÍNICA PARA RETORNO A TREINOS E COMPETIÇÕES

1. Todos os atletas e árbitros em competições, devem realizar avaliações clínicas periódicas e adequadas, de forma a identificar precocemente qualquer sintoma sugestivo ou infeção por SARS-CoV-2, sob orientação dos departamentos médicos que os acompanhem;
2. No contexto das competições de futebol, recomenda-se a realização de uma avaliação médico-desportiva de pré-participação a todos os atletas e árbitros na retoma dos treinos, independentemente da existência de exame médico-desportivo válido à data da retoma dos treinos;
3. São conhecidas algumas complicações médicas (respiratórias, cardiovasculares, entre outras) relacionadas com a COVID-19. Neste sentido, todos os casos suspeitos ou diagnosticados de COVID-19 devem ser avaliados clinicamente e orientados para a realização exames específicos, tal como recomendado no regulamento médico da UEFA (n.º 8 do UEFA Return to Play Protocol).

### 4. INÍCIO DA COMPETIÇÃO

Durante esta fase devem continuar a ser seguidos todos os procedimentos previstos no presente documento e orientações que venham a ser emitidas pelo Governo e Direção Geral da Saúde.

O staff de acompanhamento das equipas nos dias de jogo deve limitar-se ao indispensável para a realização do jogo, seguindo as diretrizes da ficha de jogo.

## 4.1. VIAGENS / ESTÁGIOS

- Nas deslocações devem ser garantidas todas as condições de segurança;
- O autocarro deve ser sempre previamente higienizado corretamente e de acordo com as normas das autoridades de saúde (principalmente bancos e áreas que se possam agarrar/pegar) e não deverá haver contato próximo com o motorista, que deverá utilizar máscara cirúrgica durante toda a viagem;
- Os jogadores, staff e motorista devem viajar de máscara cirúrgica durante toda a viagem, sendo recomendado sempre que possível a sua utilização durante o estágio, entrada/saída no estádio;
- Deve existir sempre desinfetante (solução antisséptica de base alcoólica-SABA) dentro do autocarro à disposição de quem viajar;
- Antes do início da viagem de autocarro, nas paragens e no final da viagem, os jogadores e staff devem lavar as mãos;
- No hotel de estágio (hotéis preparados para o efeito, com formação de todo o staff das medidas de higienização, circulação, confeção e apresentação da comida, entre outras), deverá ser preferível a atribuição de quartos individuais para jogadores e staff;
- Deve evitar-se o uso de elevadores, utilizado as escadas como alternativa (sem tocar no corrimão);
- As refeições no hotel devem ser realizadas em espaços arejados. Os jogadores e staff devem fazer as refeições em mesas com o menor número de pessoas e o maior distanciamento possível, sugerindo se a utilização de mesas separadas por acrílicos;
- Devem ser evitados contatos próximos com elementos do staff do hotel, com outros hóspedes e visitantes, tanto por jogadores como por elementos do staff da sociedade desportiva. O staff do hotel que tenha contacto com a equipa, deve, preferencialmente, usar máscara cirúrgica;
- Para equipas que viagem de avião, devem evitar-se aglomerados de pessoas nos aeroportos, evitar sentarem-se em bancos dos aeroportos, evitar tocar em superfícies, lavar as mãos com regularidade. É recomendado viajar de máscara cirúrgica.

## 4.2. MEDIDAS FORA DO TREINO/JOGOS – JOGADOR E STAFF

- A par de um regresso progressivo à competição, é essencial que o regresso da atividade nas instalações da Sociedade Desportiva seja realizado de modo igualmente progressivo, tanto a nível da organização e realização dos treinos como jogos, bem como do funcionamento do dia-a-dia da Sociedade Desportiva. Neste sentido, sugere-se um conjunto de medidas que visam acautelar um ambiente de baixo risco de contágio.

## 4.3. RECOMENDAÇÕES DE COMPORTAMENTO SOCIAL

- Definir quais os elementos do staff do clube que são indispensáveis a circular com os jogadores e designar por “Staff próximo dos jogadores”. Não é permitido outros elementos do staff circular/contactarem diretamente com os jogadores/staff próximo dos jogadores;
- Banhos de recuperação (crioterapia e contrastes), devem ser realizados individualmente e respeitando procedimentos estritos de higiene e limpeza pré e pós-utilização;
- Suspensão do cumprimento físico inicial e final entre jogadores e com a equipa de arbitragem;
- Suspensão de crianças a acompanhar os jogadores;
- Reuniões internas e externas devem, preferencialmente, ser por videoconferência;

- Palestras/vídeos realizadas em espaços amplos, arejados (preferencialmente no exterior) e preferencialmente por sectores ou individualmente.

#### 4.4. HIGIENE GERAL E EQUIPA DE LIMPEZA

- Dar formação a toda a equipa e aos seus fornecedores e prestadores de serviços com relação às boas práticas de higienização das zonas utilizadas pelos jogadores e demais elementos da Sociedade Desportiva;
- Disponibilização de desinfetante apropriado em todas as instalações da sociedade desportiva e do estádio/campo de treinos, de acordo com as recomendações específicas e técnicas das autoridades de saúde;
- Promover ações de sensibilização de todos os jogadores e staff para a utilização permanente da máscara e desinfecção regular e adequada das mãos de acordo com as recomendações específicas e técnicas das autoridades de saúde;
- Colocação de avisos e sensibilização de todos os funcionários para a necessidade de lavar as mãos regularmente;
- Manter o máximo de portas abertas de modo a evitar o contacto com puxadores;
- Respeito pela etiqueta respiratória (como tossir para a dobra do cotovelo);
- Instruções expressas às equipas de limpeza para lavarem as mãos regularmente e não se cruzarem com os restantes elementos da sociedade desportiva;
- Limpeza e higienização com o desinfetante apropriado de:
  - a. Secretárias, teclados e ratos de computador e telefones;
  - b. Fotocopiadoras, comandos (TV, ar condicionado, projetores, etc);
  - c. Cadeiras e mesas de reunião;
  - d. Maçanetas das portas (dentro e fora), corrimãos e elevadores;
  - e. Balneários (bancos dos jogadores, casas de banho, etc), rouparia, zonas comuns e gabinete médico;
  - f. Fisioterapia (marquesas, equipamentos, etc);
  - g. Ginásios (pegas das bicicletas, remo e passadeira, barras, halteres, espaldar, ou tudo o que seja possível de se agarrar/pegar com a mão);
  - h. Salas de conferência de imprensa e zonas de jornalistas devem ser cuidadas e higienizadas.

#### 4.5. ÁGUAS, COMIDA E SUPLEMENTAÇÃO

- Não deve haver partilha de garrafas de água, devendo as garrafas/recipientes ser identificadas;
- Não se deve partilhar comida;
- Caso haja utilização de suplementação nutricional, é recomendado que os jogadores usem sempre o mesmo recipiente, devidamente higienizado e identificado.

#### 4.6. JOGADORES E STAFF

- Devem ser organizadas formações para todos os jogadores e staff da Sociedade Desportiva, de modo a compreenderem melhor as medidas implementadas;
- Lavar as mãos regularmente e manter um isolamento social sempre que possível;

MAIN SPONSOR  
LIGA PORTUGAL DWIK

**bwin**

MAIN SPONSOR  
LIGA PORTUGAL 2 SABSEG

**SABSEG**  
SEGUROS

OFFICIAL SPONSORS  
LIGA PORTUGAL

**EuroBic**

**SELECT**

**VITO**



- Jogadores e staff, devem reportar todos os sintomas (principalmente tosse, febre, cefaleias, dores no corpo, dispneia, fraqueza generalizada, anosmia, sintomas gastrointestinais, etc.), ao responsável médico do clube. Estes devem ainda reportar ao responsável médico do clube sempre que um dos seus coabitantes (ex. familiares/colegas de quarto) apresente sintomas suspeitos (principalmente os referidos no parágrafo anterior). Devem ainda ser mantidos os registos diários de temperatura e ter especial atenção a queixas respiratórias e ser efetuados testes sempre que houver sintomas;
- Staff clínico do clube (ex. médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, etc.) que trabalhem fora das sociedades desportivas (e.g., unidades hospitalares, centro de saúde, clínicas privadas) devem tomar todas as medidas de segurança no contacto com os membros da Sociedade Desportiva. Caso seja comprovada, para estes profissionais, a imunidade para o Covid-19 pelos testes serológicos, a atividade externa poderá ser mantida, mas deverão manter as medidas de segurança no contacto e de higiene (à data deste documento ainda não é consensual a eficácia de imunidade pós-infeção de Covid-19).

#### 4.7. EQUIPA DE TRATAMENTO DA RELVA

- Utilização de máscara;
- Manter distanciamento social e higienização frequente das mãos;
- Não contactar com outras pessoas (staff, jogadores, etc), nem entrar em zonas comuns das instalações da sociedade desportiva;
- Realizar os procedimentos relativos à relva preferencialmente fora do período de treino.

#### 4.8. ROUPARIA

- A rouparia, à semelhança do balneário, deve ser sempre um local arejado;
- O funcionário com funções de técnico de equipamentos deve lavar as mãos mal chegue ao clube, antes de começar a trabalhar e regularmente ao longo do período de trabalho;
- O técnico de equipamentos deverá manusear o equipamento lavando antes e depois as mãos, deve manter todas as demais diretrizes de segurança, nomeadamente a utilização de máscara cirúrgica;
- Deve existir um desinfetante de mãos num local fixo e visível a todos, devendo ser estimulada a sua utilização regular pelos jogadores e roupeiro;
- Os equipamentos devem ser colocados previamente no lugar de cada jogador no balneário, de modo a evitar aglomerados de jogadores na rouparia;
- Evitar contactos próximos com os jogadores quando estes se encontram no balneário;
- Após os treinos, o técnico de equipamentos deve retomar o procedimento de: lavar as mãos, calçar luvas, pegar na roupa de cada um e lavar com detergente, se possível a mais de 60°.

#### 4.9. BALNEÁRIO

- O balneário deverá estar bem arejado, de portas sempre abertas e bem limpo/desinfetado, nomeadamente bancos, cacifos, mesas de apoio, casas de banho, entre outros;
- Cada Estádio deve dispor de pelo menos 3 balneários (equipa da casa, equipa visitante e equipa de arbitragem), pelo que é recomendado a utilização de vários balneários de modo a diminuir a concentração de jogadores;
- O jogador não deve partilhar material com outro colega durante o mesmo período de treino;
- Nas deslocações para estádios, deverão ser articuladas as condições dos balneários por forma a garantir

as necessárias condições de higiene, bem como todos os acessos e circulação de/para os mesmos;

- Obrigatória a utilização de máscara no interior do balneário;

#### 4.10. GINÁSIO

- O ginásio deve estar sempre arejado e de portas abertas;
- O fisioterapeuta/treinador deve manter uma distância de segurança do jogador e lavar as mãos com regularidade e utilizar máscara cirúrgica;
- Deve existir um desinfetante de mãos num local fixo e visível a todos, devendo os responsáveis do ginásio utilizá-lo regularmente e devendo ainda estimular a sua utilização regular pelos jogadores;
- Quando um jogador terminar o treino, o treinador deve desinfetar o material que o jogador utilizou.

#### 4.11. SALAS DE TRATAMENTOS

- As salas de tratamentos devem estar sempre arejadas e de portas abertas;
- Deve existir um desinfetante de mãos num local fixo e visível a todos, devendo o staff clínico utilizá-lo regularmente, devendo ainda estimular a sua utilização regular pelos jogadores;
- Após cada jogador utilizar determinada marquesa ou material de fisioterapia, o terapeuta deve desinfetar a marquesa e o material utilizado;
- Os jogadores que estão em exclusivo em tratamento/reabilitação devem ir diretamente para a sala de tratamentos sem contacto com outras instalações da sociedade desportiva;
- Deve evitar-se a aglomeração de jogadores e staff dentro da sala de tratamentos;
- O fisioterapeuta deve usar luvas, máscara cirúrgica, lavar regularmente as mãos e manter uma distância de segurança sempre que possível.

#### 4.12. GABINETE MÉDICO

- O Gabinete Médico deve estar sempre arejado e de portas abertas;
- A presença de elementos no gabinete médico deve garantir a contenção social;
- Deve existir um desinfetante de mãos num local fixo e visível a todos, devendo o responsável médico utilizar regularmente e estimular a utilização regular pelos jogadores;
- O médico deve avaliar o jogador sempre de máscara cirúrgica e luvas, lavando as mãos após cada avaliação;
- Após o jogador utilizar a marquesa, o médico deve desinfetar a marquesa;
- Deve haver cuidados redobrados por parte de todos os profissionais de saúde que se encontrem no exercício de atividade clínica e que integrem as equipas médicas.

#### 4.13. POSSÍVEIS NECESSIDADES

- Adquirir vários desinfetantes de mãos para serem colocados em diversos locais das instalações das sociedades desportivas;
- Adquirir termómetros de medição rápida e precisa, por infravermelhos e oxímetros;
- Máscara cirúrgicas suficientes para Staff e jogadores e outros elementos da Sociedade Desportiva.

## 5. PLANO DE CONTINGÊNCIA

1. Todas as Sociedades Anónimas Desportivas e Sociedades Desportivas Unipessoais por Quotas que participem em competições tuteladas pela Liga Portugal, devem manter atualizado o Plano de Contingência próprio para a COVID-19, focado nas atividades de treino e competição. Todos os agentes desportivos envolvidos em treinos e/ou competições devem ter conhecimento das medidas nele descritas.
2. O Plano de Contingência deve estar disponível para partilha e consulta por parte da respetiva Autoridade de Saúde territorialmente competente, e deve ser atualizado sempre que necessário.
3. O Plano de Contingência deverá ser remetido para a Liga Portugal e deve conter:
  - Os locais de treino e competição;
  - As condições de higiene e segurança dos locais de treino e competição, incluindo a lotação máxima, referentes às instalações sanitárias, balneários, ginásios, salas de tratamento, bem como os respetivos procedimentos de limpeza e higienização;
  - A identificação da área de isolamento e circuitos a adotar perante a identificação de um caso suspeito de COVID-19;
  - As ações de formação no âmbito da COVID-19 a proporcionar a todos os praticantes desportivos, equipas técnicas, funcionários, colaboradores e outros, nomeadamente forma de identificação e atuação perante uma pessoa com suspeita de COVID-19;
  - O contacto atualizado da Autoridade de Saúde territorialmente competente;
  - A identificação de um agente desportivo designado, e seu substituto para os impedimentos, devidamente qualificado para a articulação com a Autoridade de Saúde;
  - Número de pessoas e respetivas funções envolvidas na organização de competições na condição de visitado.

## 6. CÓDIGO DE CONDUTA / TERMO DE RESPONSABILIDADE

Todos os atletas e equipas técnicas devem assinar um Código de Conduta ou Termo de Responsabilidade (Anexo 2), no qual é assumido o compromisso pelo cumprimento das medidas de prevenção e controlo da infeção por SARS-CoV-2, bem como o risco de contágio por SARS-CoV-2 durante a prática desportiva, em contexto de treinos e competição. A Sociedade Desportiva tem a obrigação de remeter um novo termo de responsabilidade, aquando da entrada de novos jogadores, equipa técnica ou staff.

## 7. PRESENÇA DO PÚBLICO

1. A presença de público nas competições de futebol, depende a cada momento, das orientações do Governo, bem como de parecer técnico da DGS, sustentado na evolução da situação epidemiológica, e respetiva aprovação em Conselho de Ministros;
2. O acesso do público ao estádio será efetuado nos termos da Orientação n.º 036/2020, de 25 de agosto, ultimamente atualizada em 1 de dezembro de 2021 (anexa ao presente e que poderá ser a qualquer momento atualizada).
3. O Plano de Contingência de cada Sociedade Desportiva, deve contemplar a presença de público nas bancadas e na hospitalidade;
4. Utilização **Obrigatória** de máscara em todo o Estádio;

## 8. CERTIFICADO DIGITAL DA UE

1. É obrigatório que todos os elementos que constem na ficha de jogo e modelos de organização de jogo detenham o certificado digital da UE (recuperados até 180 dias ou teste negativo) ou comprovativo de teste PCR nas 72 horas ou antígeno negativo nas 48 horas ou outra tipologia de teste que venha a ser validada pelas Autoridades de Saúde.
2. Devem ser seguidas todas as demais orientações propostas ou emitidas pelas autoridades de saúde. (normas 004 e 019);

### Notas:

- Os departamentos médicos das equipas devem proceder ao teste de jogadores ou staff técnico sempre na presença de sinais ou sintomas sugestivos de Covid, nomeadamente, febre ou queixas respiratórias;
- Cumprir sempre todas as medidas básicas de precaução conforme normativo da DGS e código de conduta anexo;
- Um caso positivo só retoma atividade após critérios de cura microbiológica definidos pela DGS;

## 9. OPERACIONALIZAÇÃO DO PLANO DE TESTES LABORATORIAIS PARA SARS-COV-2

1. Nas competições tuteladas pela Liga, os Clubes, Sociedades Anónimas Desportivas, Sociedades Desportivas Unipessoais por Quotas têm o dever de informar a Liga Portugal, através do correio eletrónico covid19@ligaportugal.pt sobre a existência de casos positivos ou de agentes desportivos em isolamento profilático determinado pelas Autoridades de Saúde que possam comprometer a realização de treinos e competições;

## 10. PROCEDIMENTO PERANTE CASO CONHECIDO DE COVID-19

1. Todos os casos positivos (sintomáticos ou não) de infeção por SARS-CoV-2 devem, de imediato, ser comunicados à Autoridade de Saúde territorialmente competente e notificados na plataforma SINAVE-Med nos termos da Lei n.º 81/2009 de 21 de agosto. O caso positivo deve ser isolado, ficando impossibilitado de participar em treinos e competições até à determinação de cura deliberada pela Autoridade de Saúde territorialmente competente;
2. Os atletas e equipas técnicas da equipa na qual foi identificado um caso positivo podem ser considerados contactos de um caso confirmado. No entanto, a identificação de um caso positivo não torna, por si só, obrigatório o isolamento coletivo, das equipas. A determinação de isolamento de contactos (de praticantes e outros intervenientes), a título individual, é de estrita competência da Autoridade de Saúde territorialmente competente;
3. Os departamentos clínicos dos clubes devem fazer a vigilância clínica dos contactos do caso positivo, garantindo o acompanhamento clínico e o registo diário da informação, sem prejuízo da atuação da Autoridade de Saúde territorialmente competente;
4. Os Clubes têm o dever de informar a Liga Portugal, através do correio eletrónico covid19@ligaportugal.pt sobre a existência de casos positivos ou de agentes desportivos em isolamento profilático determinado pelas Autoridades de Saúde que possam comprometer a realização de treinos e competições;

## 11. PROCEDIMENTO PERANTE CASO SUSPEITO

1. Qualquer caso suspeito de COVID-19 presente nos espaços de treino ou competição deve ser encaminhado para uma área de isolamento, através dos circuitos definidos no Plano de Contingência do clube. Deve garantir-se que o indivíduo é portador de máscara. O SNS 24 (808 24 24 24) deve ser contactado, dando cumprimento às indicações recebidas;
2. Têm de ser cumpridos os procedimentos definidos no Plano de Contingência do clube e, se aplicável, os procedimentos de limpeza e higienização das infraestruturas;

## 12. UTILIZAÇÃO DE JOGADORES

1. O jogador com Covid-19 é equiparado a jogador portador de doença, não havendo qualquer exceção;
2. Em caso de jogadores com Covid-19 serão sempre aplicadas as leis de jogo, nomeadamente, a Lei 3 das Leis de jogo (n.º mínimo de 7 jogadores, 1 guarda-redes e 1 capitão);

## 13. PARTICIPAÇÃO EM COMPETIÇÕES INTERNACIONAIS

Os clubes que participem em competições internacionais de futebol, futsal e futebol de praia devem cumprir com as normas e recomendações do UEFA Return to Play Protocol (se aplicável), e com as das Autoridades de Saúde dos locais onde decorrem as competições.

## 14. REFERÊNCIAS

- <https://www.dgs.pt/>;
- <https://www.ligaportugal.pt/pt/epocas/20212022/comunicados/>
- <https://www.sns.gov.pt/institucional/ministerio-da-saude/>;

## ANEXO 1 PLANO DE DIA DE JOGO

### 1. INICIATIVAS ANTES DE JOGO

#### 1.1. SOCIEDADES DESPORTIVA

- A Sociedade Desportiva é responsável por garantir a higienização de todos os espaços nos termos previstos pela DGS, podendo ser centralizada a garantia de empresa de limpeza e higienização;
- Devem ainda garantir que todas as montagens de infraestruturas temporárias na zona técnica ou relvado (cablagem de TV, linha de publicidade, etc.) são realizadas até 1:30 horas antes do Kick Off, garantindo a necessária limpeza e higienização.

#### 1.2. MODELOS OBRIGATÓRIOS

- As SD são obrigadas a enviar com 72 horas de antecedência ao KO o modelo de Informação de deslocação para a Liga, clube adversário e para o PNID ([pnif@psp.pt](mailto:pnif@psp.pt));
- As SD devem remeter à Liga o modelo P nos termos do Comunicado oficial nº 01 (até ao terceiro dia útil anterior ao jogo a que corresponda);

#### 1.3. BALNEÁRIOS

- Os balneários devem cumprir todos os requisitos legais e regulamentares aplicáveis. Não obstante a DGS poderá efetuar verificações das instalações, através da autoridade de saúde local por forma a facultar orientações que visem garantir a segurança das instalações desportivas;
- A Sociedade Desportiva deve assegurar a higienização cuidada dos balneários da equipa visitada, equipa visitante e equipa de arbitragem bem como das salas necessárias à organização do jogo, nos termos do ponto acima
- Disponibilização nos balneários de desinfetante;
- Com relação ao produtos e formas de higienização recordamos a recomendação 014 da DGS;
- Os médicos devem garantir a higienização dos balneários antes de cada jogo através da selagem dos mesmos após a verificação.
- Utilização obrigatória de máscaras.

#### 1.4. CHEGADA DOS ROUPEIROS

- SD devem articular previamente a chegada da equipa de roupeiros;
- Garantir, sempre que possível, a entrada por acessos diferenciados (equipa visitada / equipa visitante);
- Os roupeiros devem utilizar obrigatoriamente máscara cirúrgica e luvas em permanência e garantindo sempredistanciamento social;
- Todos os produtos / equipamentos devem encontrar-se devidamente higienizados;

- Apenas jogadores e equipa técnica podem aceder ao respetivo balneário.

## 1.5. DELEGADOS DA LIGA

- Chegada ao estádio 3 horas antes do início do jogo;
- Munidos de máscara cirúrgica que terá obrigatoriamente de ser mantida durante todo o evento;
- Devem apresentar o certificado digital UE (recuperados até 180 dias ou teste negativo) ou comprovativo de teste PCR nas 72 horas ou antígeno negativo nas 48 horas ou outra tipologia de teste que venha a ser validada pelas Autoridades de Saúde em todas as jornadas, podendo ser revista a extensão da realização dos testes face à evolução da situação epidemiológica do país;
- Verificação da conformidade dos espaços, salas e balneários com o Diretor de Campo e roupeiros, sem aceder às zonas higienizadas;
- Sala de delegados deverá estar desinfetada, equipada com material de proteção, que deve ser utilizado sempre que necessário;
- Garantir que o acesso à zona técnica é efetuado apenas pelas pessoas autorizadas para o efeito nos termos previstos e devidamente credenciadas;
- Garantir a existência de desinfetante na zona técnica;
- Garantir que as bolas de jogo estão higienizadas e ficam à responsabilidade da equipa de arbitragem, salvo no caso de o Diretor de Campo ter sido testado nos moldes previstos no Plano de Retoma da Competição;

## 1.6. CREDENCIAÇÃO

- O acesso à zona técnica é condicionado a apresentação de atestados de aptidão médica que permitem acesso por credenciação própria entregue pelo delegado;
- Todos os elementos com acesso à Zona técnica devem dispor de certificado digital UE (recuperados até 180 dias ou teste negativo) ou comprovativo de teste PCR nas 72 horas ou antígeno negativo nas 48 horas ou outra tipologia de teste que venha a ser validada pelas Autoridades de Saúde;
- Os agentes desportivos terão um *sticker* de segurança COVID com a indicação da jornada e que será diferente em cada jornada;

## 1.7. REUNIÃO DE ORGANIZAÇÃO DE JOGO

Terá lugar a reunião de organização de jogo nos moldes habituais devendo o Senhor Delegado da Liga garantir:

- Falar individualmente com todos os participantes regulamentares na reunião de organização, para garantir que todas as funções que lhe estão inerentes foram acauteladas, conforme modelo de *countdown* em anexo;
- Articular com o técnico de vídeo árbitro do clube que o sistema está operacional, não podendo este elemento permanecer em zona técnica;
- Garantir que as equipas disponibilizam a constituição das equipas no prazo regulamentar (75 min antes do KO)
- Garantir que a equipa de arbitragem valida as equipas no prazo regulamentar (até 60 min antes do KO)
- Garantir que o Diretor de Imprensa disponibiliza a ficha de jogo à Comunicação Social presente (até 45 min

antes do KO), preferencialmente por via digital (disponível no site da Liga) ou através de um grupo de WhatsApp criado pelos Diretores de Comunicação para o efeito. Deve ser evitada a distribuição em papel, incluindo aos repórteres no relvado.

## 1.8. EQUIPA DE ARBITRAGEM

- A viatura que transporta a equipa de arbitragem deve ser devidamente higienizada e o condutor deve utilizar máscara cirúrgica e trazer desinfetante;
- O balneário deverá estar devidamente higienizado;
- Alinhamento das equipas, não havendo o habitual cumprimento;
- Bola de jogo deve ser entregue ao árbitro devidamente higienizada pelo Diretor de Campo;
- A FPF é a entidade responsável por garantir a aptidão das respetivas equipas de arbitragem, nos termos do plano de testagem em vigor.

## 1.9. CHEGADA DAS EQUIPAS

A chegada das equipas visitada e visitante deverá ser concertada com os Delegados e processar-se preferencialmente por portas distintas e exclusivas de outros grupos, para evitar contacto social.

## 1.10. JOGADORES

- Todos os jogadores com acesso à zona técnica têm de possuir atestado médico, cujo envio é obrigatório antes do início do jogo, em como se mostram assintomáticos e cumprem as normas de testagem obrigatórias e previstas no plano específico para o Futebol profissional COVID-19;
- Deverá ser suspenso o acompanhamento na entrada das equipas por *escort kids*;
- Todos os jogadores devem ter os seus pertences, nomeadamente águas, toalhas e outros, devidamente identificados com os seus nomes;
- Os jogadores devem fazer o aquecimento na zona destinada para o efeito, não podendo contactar com qualquer outro elemento nem sair da zona exclusiva a pessoas testadas e negativas (durante o jogo).
- Obrigatoriedade do uso de máscara exceto quando em atividade física (aquecimento e jogo);

## 1.11. AQUECIMENTO DAS EQUIPAS

Manutenção do distanciamento social para com apanha bolas, operadores de TV, fotojornalistas, equipas de ativação e outros elementos eventualmente presentes no terreno de jogo, com recurso ao apoio dos ARD's.

## 1.12. ZONA DO RELVADO E ENVOLVENTE

- O acesso ao Relvado deve ter exclusivamente duas entradas em operação:
  - Túnel de acesso à zona técnica;
  - Acesso dedicado à ambulância de apoio ao jogo;
  - As restantes entradas deverão estar fechadas via portão se assim possível, ou em alternativa com ARD a realizar controlo de acesso rigoroso.
- A zona envolvente ao relvado deve permitir a nível de área que todo o staff que está de apoio à realização do jogo, com exceção dos agentes desportivos presentes na ficha técnica e nos bancos de suplentes e bancos suplementares possam cumprir normas de distanciamento físico.

- As restantes áreas do recinto desportivo que estão abertas exclusivamente por causa da realização do jogo, não devem ter qualquer acesso partilhado com as entradas a utilizar pelos agentes desportivos acreditados à zona técnica;

## 1.13. ZONA TÉCNICA

- Zona técnica do estádio estará completamente delimitada e com controlo de acessos via ARD;
- A credenciação da zona técnica será diferenciada e diferente em cada jogo;
- Zona técnica do estádio com saída direta para exterior – entrada e saída das Equipas;
- Espaços de circulação interna passíveis de serem divididos (com fitas) em dois corredores que permita a circulação de pessoas em sentidos opostos;
- Nenhum jogador, treinador ou árbitro poderá sair da Zona Técnica; qualquer acesso que outro staff faça em caso de EXTREMA necessidade para o exterior à zona técnica deverá ser realizado com máscara cirúrgica facial cirúrgica;
- As Sociedades Desportivas disponibilizam três espaços isolados e ventilados para potencial isolamento de covid-19, preferencialmente em zona técnica;
- Os agentes desportivos (8 de modelo P) ficam, por enquanto sem acesso a zona técnica.
- Todos os agentes constantes no Modelo P e ficha Técnica de jogo, devem cumprir protocolo de testagem obrigatório, devidamente comprovado pelo atestado médico constante no anexo 4.

## 1.14. SEGURANÇA

É obrigatória requisição de policiamento, para o interior do Estádio (mínimo necessário para monitorizar a normalidade do decurso do jogo) e para a criação, proteção e controlo do perímetro exterior de forma a dissuadir ajuntamento de adeptos.

A requisição de serviço de segurança privada visa efetuar o controlo de acessos ao e no recinto, bem como para complementar a ação do policiamento no perímetro.

- Sistema de CCTV funcional e com cobertura das zonas de entrada no recinto (entradas técnicas e entradas de público), de forma a permitir uma permanente monitorização e eventual registo de meios de prova);
- Zonas de estacionamento dos estádios que sejam comuns a outras atividades (áreas comerciais e outras), terão que ser restritas, para evitar aglomerados à circulação e estacionamento de outras aquando dos jogos;
- Garantia de que outras atividades no interior dos Estádios onde se realizem os jogos (escritórios, ginásios e outras atividades das SADs), não permitem acessos ou qualquer tipo de contacto de pessoas.

## 1.15. SEGURANÇA PÚBLICA

- Número de efetivos a circular em zona técnica em número reduzido ao mínimo indispensável (4 elementos);
- Manter o distanciamento social e utilizar OBRIGATORIAMENTE máscara cirúrgica/viseiras e distanciamento social;
- Estar munido de desinfetante.

## 1.16. SEGURANÇA PRIVADA

- Número de efetivos a circular em zona técnica em número que garanta a perfeita agilização da organização de jogo;

- Manter o distanciamento social e utilização máscara cirúrgica;
- Garantir apoio para que o acesso à zona técnica e outras zonas condicionadas apenas seja permitido a elementos devidamente autorizados e testados negativo ao COVID-19 ou dentro das diretrizes de acesso às zonas em questão;
- Estar munido de desinfetante.

## 1.17. OBSERVADOR DE ÁRBITRO

- Deve ser encaminhado para a tribuna, aí permanecendo desde o início até ao final das suas obrigações de jogo;
- A gravação do jogo a que tem de ter acesso será entregue pelo fornecedor na referida tribuna / camarote que as equipas disponibilizem para efeitos da elaboração do seu relatório;
- Em caso de necessidade de reunião com equipa de arbitragem esta deverá ser feita telefonicamente ou com recurso ao sistema de videoconferência.
- Deve cumprir regras de acesso ao estádio.

## 1.18. SERVIÇOS DE EMERGÊNCIA MÉDICA

- Equipas de maqueiros devem estar na zona técnica no máximo de 4 para prestar apoio às equipas médicas dos clubes;
- Os elementos devem estar munidos de todo o material necessário à prestação dos primeiros cuidados de emergência, desfibrilhadores e macas;
- Devem estar munidos de máscara cirúrgica e manter distância social mínima de 2 metros;
- A ambulância de apoio deve estar no local habitual e pronta a entrar em campo se necessário com a inerente brevidade.

## 2. INICIATIVAS DURANTE O JOGO & INTERVALO

### 2.1. DIRETORES DE CAMPO

- Apenas podem estar na zona técnica nos jogos disputados na qualidade de visitado;
- Devem utilizar máscara;
- Devem garantir a articulação com apanha bolas;
- Devem garantir higienização das bolas e placas de substituição;
- Devem articular todas as questões de tratamento e utilização de relvado por forma a garantir que o terreno de jogo está a postos 3 horas antes do KO.
- Deve cumprir protocolo de testagem implementado.

### 2.2. DIRETORES DE SEGURANÇA

- Podem estar na zona técnica nos jogos disputados na qualidade de visitado e visitante (1 elemento);
- Devem utilizar máscara;
- Devem garantir a articulação com todos os elementos de segurança;
- Devem garantir que os ARD 's estão localizados fora da zona técnica e garantem que não há qualquer tipo

de acesso indevido às zonas reservadas e nos termos de acesso preconizados no documento de retoma (acessos com número limitado).

- Deve cumprir protocolo de testagem implementado.

### 2.3. DIRETORES DE IMPRENSA

- Podem estar na zona técnica nos jogos disputados na qualidade de visitado e visitante (1 elemento);
- Devem utilizar máscara;
- Devem articular todos os procedimentos em matéria de comunicação com as SD e operadores por forma a garantir todos os procedimentos dentro das diretrizes da DGS.
- Deve cumprir protocolo de testagem implementado.

### 2.4. OLA/RAD (OFICIAL DE LIGAÇÃO AOS ADEPTOS)

- Poderá exercer a sua atividade nos termos regulamentares;
- Obrigatória a utilização de máscara cirúrgica;
- Devem prestar apoio nos perímetros dos estádios às forças de segurança.
- Deve cumprir protocolo de testagem implementado.

### 2.5. ZONA DE AQUECIMENTO DE JOGADORES

- Vedado o acesso a outros elementos (deve ser criada zona reservada e com distância dos fotojornalistas);
- ARD's devem garantir este condicionamento mantendo sempre distância de segurança e máscara/viseiras.

### 2.6. TRIBUNAS E CAMAROTES

- Tribuna presidencial e hospitalidade com lotação total, seguindo parecer técnico emitido pela DGS no dia 29 de setembro de 2021, e orientação emitida a 30 de setembro de 2021.

### 2.7. ZONA DE AQUECIMENTO DE JOGADORES

- Vedado o acesso a outros elementos (deve ser criada zona reservada e com distância dos fotojornalistas);
- ARD's devem garantir este condicionamento mantendo sempre distância de segurança e máscara cirúrgica/viseiras.

### 2.8. BANCOS SUPLENTE E SUPLEMENTARES

- Todos os jogadores devem ter os seus pertences, nomeadamente águas, toalhas, .... Devidamente identificados com os seus nomes;
- O Delegado do controlo antidoping do clube deve ser um elemento do banco;
- Os bancos de suplentes podem ser aumentados no sentido da linha de fundo ou paralelo ao banco existente.
- Obrigatoriedade de utilização de máscara em ambos os bancos, com exceção do treinador Principal.

### 2.9. BALIZAS

Elementos autorizadas a permanecer atrás da baliza:

- Apanha bolas;

MAIN SPONSOR  
LIGA PORTUGAL BWIN

**bwin**

MAIN SPONSOR  
LIGA PORTUGAL 2 SABSEG

**SABSEG**  
SEGUROS

OFFICIAL SPONSORS  
LIGA PORTUGAL

**EuroBic**

**SELECT**

**VITO**



- Técnico do operador TV;
- Repórter de pista, operador televisivo, e operadores de social media (1 de cada clube);
- Obrigatório garantir a distância de segurança para com os jogadores em aquecimento (quando aplicável).
- Obrigatoriedade de utilização de máscara;

## 2.10. VIDEOARBITRAGEM

### 2.10.1. Equipa FPF:

- Deve estar munida de máscara cirúrgica e manter o distanciamento social de pelo menos, 2 metros;
- Apenas autorizada a presença de duas pessoas (2 em permanência) durante o período de jogo;
- A circulação de pessoas deverá ser evitada, bem como a sua passagem na zona técnica;
- Os testes de rádios a realizar com a equipa de arbitragem devem ter lugar no relvado.

### 2.10.2. Técnico do Clube:

- Deve estar munido de máscara cirúrgica e manter o distanciamento social de pelo menos, 2 metros;
- Deve garantir a operacionalidade do sistema 3 horas antes do início de jogo;
- Deve aceder à RRA sem passar pela zona técnica (salvo necessidade absoluta);
- Disponibilização de produtos de higienização junto do sistema de VAR;
- Aquando do visionamento por parte do árbitro, este elemento deverá manter o distanciamento social OBRIGATÓRIO, o equipamento deverá estar sempre devidamente higienizado.

## 2.11. APANHA-BOLAS

- Diretor de Campo é responsável pela sua atuação durante o intervalo;
- Apanha bolas deverão manter-se OBRIGATORIAMENTE com a distância mínima de segurança e com máscara cirúrgica;
- Director de Campo deve assegurar-se de que lavam as mãos antes do jogo, ao intervalo e no final;
- Deixar mais bolas perto dos apanha bolas para o caso de bolas que vão para bancada;
- Bolas que vão para bancada apenas podem ser repostas por apanha bolas;
- Bolas que saem do recinto não podem voltar ao campo a não ser que sejam desinfetadas – verificação diretor campo e delegado;
- Deverão, dentro do possível, higienizar as bolas de jogo para que estejam prontas para a serem colocadas em jogo;
- Acesso ao terreno de jogo deve ser feito sem passagem na zona técnica;
- É permitida a presença de um (1) apanha-bolas na zona técnica, desde que apresente certificado digital da UE (esquema vacinal completo há 14 dias, recuperados até 180 dias ou teste negativo) ou comprovativo de teste PCR nas 72 horas ou antígeno negativo nas 48 horas ou outra tipologia de teste que venha a ser validada pelas Autoridades de Saúde, munido de máscara e mantendo o distanciamento social;

## 2.12. RELVADO E REGA

- A equipa de manutenção do campo deverá estar equipada com máscara cirúrgica e distanciamento;
- Deverá ser mantida a devida distância de segurança e utilizar máscara cirúrgica;
- Manuseamento de produtos deverá ser feito de acordo com as indicações dadas pela DGS;
- Está proibida a passagem e permanência na zona técnica.

## 2.13. MÉDICO DE CONTROLO ANTIDOPING - ADOP

- Aquando da chegada ao estádio deve estar munido de máscara cirúrgica e, depois, manter distância de segurança;
- Durante o jogo deve estar fora da zona técnica, preferencialmente na bancada;
- Delegado ao jogo deve garantir que os jogadores selecionados são os últimos a sair de campo para que se mantenha o visionamento pelo médico da Adop.
- Deve cumprir protocolo de testagem implementado

## 2.14. UTILIZAÇÃO DE ECRÃ GIGANTE

- Responsabilidade da gestão do próprio clube;
- Deverá ser dado sempre cumprimento ao estipulado no artigo 96.º do Regulamento das Competições.

## 2.15. SPEAKER

- Poderá exercer as funções nos termos regulamentares;
- Obrigatória a utilização de máscara cirúrgica;
- Deverá estar articulado com o Diretor de Imprensa para obter as informações necessárias no decurso do jogo.
- Deve cumprir protocolo de testagem implementado

## 2.16. SOM NO ESTÁDIO

- Permitido para os fins regulamentares, nomeadamente, informação de substituições, tempos de compensação, festejos de golo e questões de segurança;
- Não podem ser colocados microfones junto aos bancos ou captação de som dos mesmos.

## 2.17. MATERIAIS PUBLICITÁRIOS NAS BANCADAS

- Permitidos desde que devidamente articulados com autoridades e desde que não tenham qualquer tipo de mensagem que coloque em risco segurança, integridade e normal desenrolar do jogo;
- Devem remeter, atempadamente, à Liga Portugal maquetas para verificação e articulação.

## 3. INICIATIVAS APÓS O JOGO

### 3.1. FECHO DE RELATÓRIO E ASSINATURA DO RELATÓRIO

Cabe ao Delegado da Liga garantir a assinatura das fichas técnicas de forma isolada e separada, devendo os Delegados das equipas utilizar caneta própria para o efeito, evitando, sempre que possível, o contacto físico com o tablet do delegado.

MAIN SPONSOR  
LIGA PORTUGAL DWIN

**bwin**

MAIN SPONSOR  
LIGA PORTUGAL 2 SABSEG  
SABSEG  
SEGUROS

OFFICIAL SPONSORS  
LIGA PORTUGAL  
EuroBic

SELECT

VITO



## 4. REGRAS PARA A COMUNICAÇÃO SOCIAL

### 4.1. DISTANCIAMENTO SOCIAL

- Os jornalistas, repórteres fotográficos e de imagem, devem manter, em todos os momentos, distanciamento social entre si, e também para com os intervenientes no jogo. Em momento algum, e sob que circunstância for, será permitida a proximidade com jogadores, treinadores e staff do clube, a uma distância inferior a dois metros.

### 4.2. USO OBRIGATÓRIO DE MÁSCARA

- Além do distanciamento social, os jornalistas devem usar máscaras de proteção, sendo esta uma condição obrigatória, tanto no acesso ao relvado, como à Tribuna de Imprensa e Sala de Conferência;

### 4.3. TRIBUNA DE IMPRENSA /SALA DE IMPRENSA

- Retoma a normal atividade, sendo obrigatório o uso de máscara cirúrgica;
- É de evitar o uso de elevadores, mas nos casos estritamente necessários, os jornalistas devem fazê-lo com todos os cuidados garantindo que o mesmo não excede a sua lotação máxima permitida no âmbito do Covid-19;
- A entrega da constituição das equipas será preferencialmente feita por via digital (disponível no site da Liga) ou através de um grupo de WhatsApp criado pelos Diretores de Comunicação para o efeito. Deve ser evitada a distribuição em papel, incluindo aos repórteres no relvado.

### 4.4. EQUIPA DE RECOLHA DE ESTATÍSTICAS

- Retoma a normal atividade, sendo obrigatório o uso de máscara cirúrgica.

### 4.5. CONFERÊNCIA DE IMPRENSA

- Retoma da normal atividade, sendo obrigatório o uso de máscara cirúrgica.
- A mesa, cadeiras e microfone onde se sentam treinadores e staff dos clubes tem que, obrigatoriamente, ser higienizada entre as duas conferências de imprensa (visitado e visitante);

### 4.6. RELVADO - FOTOJORNALISTAS

- Retoma da normal atividade em termos de ocupação, sendo obrigatório o uso de máscara cirúrgica.
- Proibido acesso ao relvado pela zona técnica ou qualquer outro trajeto convergente com percurso das equipas;

### 4.7. REPÓRTERES DE PISTA

- Retoma da normal atividade em termos de ocupação, sendo obrigatório o uso de máscara cirúrgica.

### 4.8. HOST BROADCASTER

- Retoma da normal atividade, sendo obrigatório o uso de máscara cirúrgica.

### 4.9. SUPERFLASH E FLASH INTERVIEW

- Retoma da normal atividade, sendo obrigatório o uso de máscara cirúrgica.

#### 4.10. PRÉMIO HOMEM DO JOGO

Será entregue pelo Delegado, depois de devidamente higienizado, antes do atleta ser entrevistado no *Super Flash/Flash Interview*

#### 4.11. MONTAGEM DO TV COMPOUND

- Sendo o TV Compound montado num espaço exterior, sem qualquer ligação ou proximidade com jogadores e staff, pede-se aos profissionais do Broadcaster em funções, que se confinem ao espaço e usem máscara de proteção;
- O contacto entre a produção e o relvado/zona técnica será feito, exclusivamente, por telefone, incluindo nos momentos pós-jogo.
- Se for necessária a montagem de materiais técnicos (ex: cablagem) e que os mesmos obriguem a passagem pela zona técnica, a mesma deverá ocorrer no máximo até 1,30 horas antes do início do jogo;
- A desmontagem apenas pode ser efetuada após todo o staff técnico dos clubes e equipa de arbitragem abandonarem o recinto de jogo.

## ANEXO 2 COMPROMISSO DE HONRA AGENTE DESPORTIVO

Eu, (primeiro e último nome) \_\_\_\_\_, com o cartão/licença LPFP nº \_\_\_\_\_, declaro que, face às medidas preventivas de segurança e higiene definidas pelas entidades competentes nomeadamente Direção Geral de Saúde e Liga Portuguesa de Futebol Profissional, para a época 2021-22, nas quais exerço a função de \_\_\_\_\_, me comprometo a assumir os seguintes comportamentos:

1. Adotarei um comportamento socialmente responsável, cumprindo de forma exemplar as medidas gerais recomendadas pela Direção-Geral da Saúde, na minha vida em sociedade e durante a prática desportiva, designadamente, a etiqueta respiratória, a higienização frequente das mãos, e, sempre que aplicável, o distanciamento físico e a utilização de máscara;
2. Comprometo-me a utilizar máscara em todas as situações previstas e recomendadas pelas autoridades de saúde;
3. Autorizo a monitorização dos meus sinais e sintomas, nomeadamente febre, tosse e dificuldade respiratória, durante a prática desportiva, quer em contexto de treino quer em competição, em particular, nas vésperas e no dia do treino e competição;
4. Informarei o meu clube, de imediato, relativamente a eventuais contactos com indivíduos suspeitos de COVID-19 ou com casos confirmados de infeção por SARS-CoV-2, bem como da manifestação de sinais e sintomas de COVID-19, nomeadamente febre, tosse, ou dificuldade respiratória. Aplicarei esta mesma regra a todos os elementos do meu agregado familiar;
5. Aceito submeter-me a todos os testes e exames laboratoriais determinados pela equipa médica do meu clube ou pelas Autoridades de Saúde;
6. Participarei, sempre que solicitado, nas iniciativas de cariz social e educativo de sensibilização de todos os agentes desportivos e da sociedade para a prevenção e controlo da COVID-19.
7. Autorizo, se necessário, a monitorização das minhas atividades de treino e jogo por sistema de posicionamento global (GPS);
8. Autorizo as entidades competentes a tratar todos os resultados dos meus testes e exames laboratoriais, assim como a informação resultante da monitorização por GPS, de forma sigilosa e confidencial;
9. Autorizo o meu Clube a disponibilizar às Autoridades de Saúde, no caso de teste positivo para infeção por SARS-CoV-2, os meus dados de GPS respeitante às sessões de treinos e jogos.

Data \_\_\_\_\_, de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

(Assinatura)

MAIN SPONSOR  
LIGA PORTUGAL BWIN



MAIN SPONSOR  
LIGA PORTUGAL 2 SABSEG



OFFICIAL SPONSORS  
LIGA PORTUGAL



## ANEXO 3 MODELO COUNTDOWN DE JOGO

HORA	NO TERRENO DE JOGO
 (-) <b>180 min.</b>	Chegada dos Delegados da Liga
 (-) <b>105 min.</b>	Contacto delegado(s) da Liga Portugal com produtor TV (Quando aplicável)
 (-) <b>90 min.</b>	Chegada da Equipa de Arbitragem (limite máximo)
 (-) <b>75 min.</b>	<b>Reunião prévia entre Delegados da Liga e Diretor de Imprensa, Dir. Segurança, Dir. Campo e Emergência Médica</b>
 (-) <b>75 min.</b>	HORA LIMITE para entrega da ficha técnica ao 4º Árbitro
 (-) <b>60 min.</b>	<b>Reunião de organização de jogo</b>
 (-) <b>60 min.</b>	HORA LIMITE para validação das fichas técnicas por parte da Equipa de Arbitragem
 (-) <b>45 min.</b>	HORA LIMITE para distribuição das constituições oficiais das duas equipas à Comunicação Social
 (-) <b>15 min.</b>	Fim do aquecimento no terreno de jogo / equipas regressam aos balneários
 (-) <b>6 min. 45 seg.</b>	Equipas saem dos balneários
 (-) <b>6 min. 5 seg.</b>	Equipas no túnel
 (-) <b>4 min. 5 seg.</b>	Equipas entram no terreno de jogo
 (-) <b>3 min. 15 seg.</b>	Alinhamento das equipas em frente da tribuna presidencial
 (-) <b>2 min.</b>	Foto oficial das equipas
 (-) <b>1 min. 20 seg.</b>	Moeda ao ar (Capitães e Equipa de Arbitragem)
<b>INÍCIO DO JOGO</b>	Kick-off
Intervalo	15 minutos exatos
Intervalo + <b>14 min.</b>	Jogadores reentram no terreno de jogo
Intervalo + <b>15 min.</b>	Kick -off 2ª parte
Final do jogo + <b>5 min.</b>	Flash Interview

## ANEXO 4 MODELO ATESTADO DE APTIDÃO

(LOGO DA SD)

Eu, \_\_\_\_\_1, na qualidade de médico do(a) \_\_\_\_\_2 titular da cédula profissional n.º \_\_\_\_\_, atesto, sob compromisso de honra, que todos os elementos constantes desta Sociedade Desportiva no Modelo P e na ficha do jogo n.º \_\_\_\_\_entre as equipas \_\_\_\_\_3 vs \_\_\_\_\_4, cumprem as normas de testagem obrigatória e prevista no Plano específico para o futebol Profissional do COVID-19, encontram-se assintomáticos e têm certificado covid (de recuperados até 180 dias ou teste negativo) ou comprovativo de teste PCR nas 72 horas ou antigénio negativo nas 48 horas ou outra tipologia de teste que venha a ser validada pelas Autoridades de Saúde) estando, por isso aptos a participar no jogo, da jornada \_\_\_\_ da \_\_\_\_\_5.

Por ser verdade, passo a presente declaração que vai por mim assinada.

\_\_\_\_\_6  
\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_7

**Modelo a ser enviado para  
covid19@ligaportugal.pt nas 4 horas antes do kick-off.\*  
\*2 horas nos jogos das 11h00**

- 1 Representante da Sociedade Desportiva
- 2 Identificação da Sociedade Desportiva
- 3 Sociedade Desportiva Visitada
- 4 Sociedade Desportiva Visitante
- 5 Competição
- 6 Assinatura do médico da Sociedade Desportiva e carimbo SD/vinheta
- 7 Data

MAIN SPONSOR  
LIGA PORTUGAL BWIN

**bwin**

MAIN SPONSOR  
LIGA PORTUGAL 2 SABSEG

**SABSEG**  
SEGUROS

OFFICIAL SPONSORS  
LIGA PORTUGAL

**EuroBic SELECT VITO**



## ORIENTAÇÃO

NÚMERO: 036/2020  
DATA: 25/08/2020  
ATUALIZAÇÃO: 01/12/2021

---

ASSUNTO: **COVID-19: Eventos de Desporto e Competições Desportivas**

PALAVRAS-CHAVE: COVID-19; SARS-CoV-2; Coronavírus; Desporto; Competições Desportivas; Título Profissional de Treinador de Desporto; Disciplinas/vertentes das Modalidades Desportivas.

PARA: Infraestruturas desportivas e outros espaços onde decorra prática e competição de modalidades desportivas orientadas por treinadores detentores de Título Profissional de Treinador de Desporto válido.

CONTACTOS: [medidassaudepublica@dgs.min-saude.pt](mailto:medidassaudepublica@dgs.min-saude.pt)

---

SUMÁRIO DA ATUALIZAÇÃO

- Certificado Digital COVID da EU
- Comprovativo de vacinação
- Comprovativo de realização laboratorial

---

Nos termos da alínea a) do nº 2 do artigo 2º do Decreto Regulamentar nº 14/2012, de 26 de janeiro, a Direção-Geral da Saúde atualiza a seguinte Orientação:

### **Desporto e Competições Desportivas. Medidas Gerais e Específicas.**

1. Elaborar e/ou atualizar o seu próprio Plano de Contingência específico para COVID-19, em concordância com a Orientação nº 006/2020, da DGS, onde devem constar a atuação para os diferentes locais de treino e competição.
2. Todos os praticantes e equipas técnicas devem assinar um Código de Conduta / Termo de Responsabilidade (Anexo 1), no qual é assumido o compromisso pelo cumprimento das medidas de prevenção e controlo da infeção por SARS-CoV-2, bem como o risco de contágio por SARS-CoV-2 durante a prática desportiva, quer em contexto de treinos quer em contexto de competições.
3. Deve ser assegurado que, em todos os espaços fechados e abertos, é garantido o distanciamento físico mínimo de:

4. Pelo menos dois metros entre pessoas em contexto de não realização de exercício físico e desporto (receção, bar/cafetaria, espaços de circulação, etc.);
5. Em todos os espaços fechados, ou abertos em situações que envolvam proximidade entre pessoas, em cumprimento da legislação em vigor, a utilização correta de máscara adequada é obrigatória para:
  - o Equipas técnicas;
  - o Colaboradores e funcionários dos clubes, das infraestruturas desportivas, e demais staff logístico e de limpeza;
  - o Praticantes em situações de não realização de exercício físico ou durante a prática de modalidades sem esforço físico, e apenas quando a utilização de máscara não comprometer a segurança do praticante.
6. Deve ser assegurada uma boa ventilação dos espaços, preferencialmente com ventilação natural. Pode também ser utilizada ventilação mecânica de ar (sistema AVAC – Aquecimento, Ventilação e Ar Condicionado).
7. Na utilização de balneários, chuveiros, sanitários, bebedouros, bem como espaços de massagens, piscinas, saunas, banhos turcos, hidromassagens/jacuzzis e similares devem ser cumpridas as recomendações descritas na Orientação 030/2020 da DGS.
8. Deve ser mantido um registo, devidamente autorizado, dos funcionários, equipas técnicas e praticantes (nome, email e contacto telefónico), que frequentaram os espaços de prática de desporto, por data e hora (entrada e saída), para efeitos de apoio no inquérito epidemiológico da Autoridade de Saúde.
9. Os clubes devem garantir uma avaliação médica periódica e adequada, de forma a identificar precocemente qualquer sintoma sugestivo de COVID-19.
10. As federações e/ou os clubes devem atualizar o Regulamento Específico, para cada prática desportiva, em contexto de treino e em contexto competitivo, considerando as categorias de risco das diferentes modalidades desportivas e/ou das suas disciplinas/vertentes (Anexo 3) e as recomendações da presente Orientação.

11. As medidas específicas são aplicadas à prática desportiva enquadrada por treinadores de desporto detentores de Título Profissional de Treinador de Desporto válido, de acordo com a estratificação de risco de contágio por SARS-CoV-2 para cada modalidade desportiva, disciplinas ou vertentes competitivas formais, disciplinas ou vertentes adaptadas e atividades de treino (Anexo 2 e 3):
  - Modalidade desportiva de baixo risco;
  - Modalidade desportiva de médio risco;
  - Modalidade desportiva de alto risco.
  
12. Equiparam-se a modalidades de baixo risco todos os contextos de treino e competição ajustados que garantam, designadamente, o distanciamento físico permanente de pelo menos três metros entre praticantes, conforme previsto no anexo 2 desta Orientação.
  
13. Equiparam-se a modalidades de médio risco todos os contextos de treino e competição que não permitam, nomeadamente, o distanciamento entre praticantes, ainda que não impliquem contacto face-a-face, conforme previsto no anexo 2 desta Orientação.
  
14. Equiparam-se a modalidades de alto risco todos os contextos de treino e competição que impliquem, designadamente, contacto face-a-face entre os praticantes, conforme previsto no anexo 2 desta Orientação.
  
15. É fortemente recomendado que os clubes e as federações promovam a realização de testes laboratoriais para SARS-CoV2 aos praticantes das modalidades desportivas<sup>1</sup>, de acordo com as categorias de risco das diferentes modalidades, disciplinas ou vertentes das modalidades desportivas (Anexo 2 e 3), da situação epidemiológica a nível regional e local<sup>2,6</sup>.

---

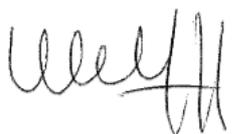
<sup>1</sup> A realização de testes laboratoriais tem com o objetivo identificar precocemente casos assintomáticos positivos e, através do isolamento desses casos, diminuir o risco de contágio durante a prática desportiva.

<sup>2</sup> AIS. Australian Institute of Sport (AIS) Framework for Rebooting Sport in a COVID-19 environment. May 2020. <sup>6</sup> Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Playing Sports. August 2020.

16. A lotação fixa do local do evento desportivo, quando o mesmo não tenha lugares individuais sentados, deve ser objeto de determinação conjunta entre a entidade licenciadora da lotação, a Autoridade de Saúde territorialmente competente e as Forças de Segurança – PSP ou GNR do território.
17. Sem prejuízo do disposto na Orientação n.º 014/2021 (Eventos de grande dimensão) da DGS, quanto aos eventos desportivos a partir **de 5.000 pessoas em local aberto** ou de **1.000 em local fechado**, o acesso a quaisquer outros eventos de natureza desportiva, quer sejam realizados em interior, ao ar livre ou fora de recintos fixos, depende da apresentação por parte de todos os participantes de:
- a) Certificado Digital COVID da EU, admitido nos termos do Decreto -Lei n.º 54 -A/2021, de 25 de junho;
  - b) Comprovativo de vacinação que ateste o esquema vacinal completo, há pelo menos 14 dias, com uma vacina contra a COVID -19, de acordo com o previsto no n.º 2 do artigo 5.º do Decreto -Lei n.º 54 -A/2021, de 25 de junho;
- ou**
- c) Comprovativo de realização laboratorial de teste com resultado negativo, de acordo com os requisitos previstos nas subalíneas i) ou ii), conforme aplicável, da alínea b) do n.º 1 do artigo 4.º do Decreto -Lei n.º 54 -A/2021, de 25 de junho.
18. Todos os testes laboratoriais para SARS-CoV-2 devem ser realizados de acordo com a Norma 019/2020 da DGS.
19. A extensão da realização de testes às equipas técnicas e demais intervenientes deve ser alvo de uma avaliação de risco e definida pelas federações, clubes e entidades promotoras da prática da atividade desportiva.
20. É recomendado que as federações, clubes e entidades promotoras devem considerar o aumento da periodicidade, de pessoas a testar, e do número de testes, sempre que as características da modalidade/disciplina/vertente e da competição assim o exigam, de forma a cumprir, por exemplo, as recomendações

internacionais, no caso de competições internacionais, e a prática desportiva profissional.

21. A entidade promotora da competição 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, elaborado nos termos da presente Orientação.



Graça Freitas  
Diretora-Geral da Saúde

A presente Orientação foi elaborada no âmbito do Grupo de Trabalho criado para analisar os planos de adaptação das modalidades desportivas tuteladas por federações desportivas com o estatuto de utilidade pública desportiva e a sua conformidade com as medidas gerais e específicas de prevenção do risco de contágio da COVID-19, nos termos do Despacho n.º 10831/2020 de 4 de novembro, tendo sido objeto de atualização pela Direção-Geral da Saúde.

## ANEXO 1 – Modelo de Termo de Responsabilidade

### TERMO DE RESPONSABILIDADE

Eu, \_\_\_\_\_, portador do documento de identificação n.º \_\_\_\_\_, agente desportivo da modalidade de \_\_\_\_\_ no clube \_\_\_\_\_, declaro por minha honra, que:

1. Adotarei um comportamento socialmente responsável, cumprindo de forma exemplar as medidas gerais recomendadas pela Direção-Geral da Saúde, na minha vida em sociedade e durante a prática desportiva, designadamente, a etiqueta respiratória, a higienização frequente das mãos, e, sempre que aplicável, o distanciamento físico e a utilização de máscara;
2. Comprometo-me a utilizar máscara em todas as situações previstas e recomendadas pelas autoridades de saúde;
3. Monitorizarei os meus sinais e sintomas, nomeadamente febre, tosse e dificuldade respiratória, durante a prática desportiva, quer em contexto de treino quer em competição, em particular, nas vésperas e no dia do treino e competição;
4. Informarei o meu clube ou federação, de imediato, relativamente a eventuais contactos com indivíduos suspeitos de COVID-19 ou com casos confirmados de infeção por SARS-CoV-2, bem como da manifestação de sinais e sintomas de COVID-19, nomeadamente febre, tosse, ou dificuldade respiratória. Aplicarei esta mesma regra a todos os elementos do meu agregado familiar;
5. Aceito submeter-me aos testes laboratoriais para SARS-CoV-2 determinados pela equipa médica do meu clube, federação ou pelas Autoridades de Saúde;
6. Participarei, sempre que solicitado, nas iniciativas de cariz social e educativo de sensibilização de todos os agentes desportivos e da sociedade para a prevenção e controlo da COVID-19.

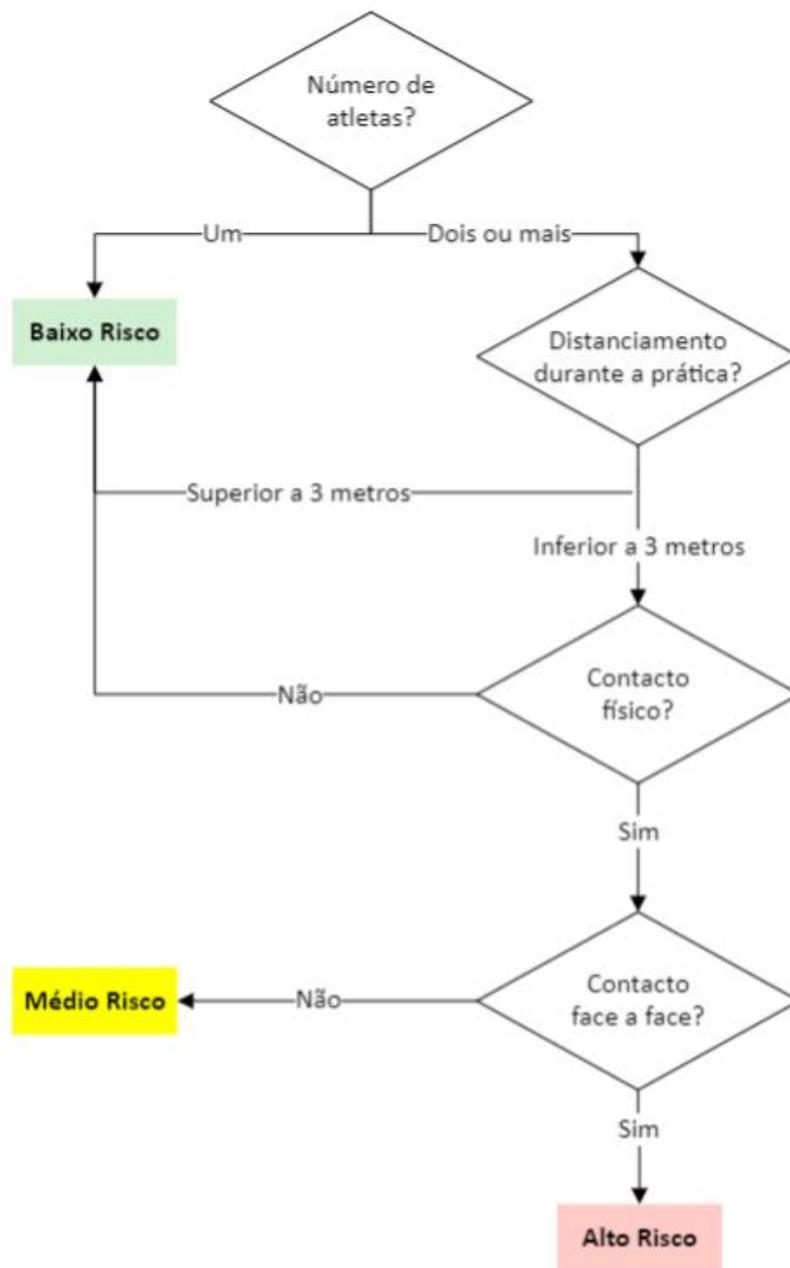
\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 202\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_

Assinatura do Encarregado de Educação (no caso de agentes desportivos menores de idade):

\_\_\_\_\_

## ANEXO 2 - Algoritmo para a Estratificação de Risco das Modalidades Desportivas, aplicável para as disciplinas ou vertentes competitivas formais, disciplinas ou vertentes adaptadas e atividades de treino



## ANEXO 3 – Categorias de risco de acordo com as diferentes disciplinas / vertentes das Modalidades Desportivas de acordo com o algoritmo de estratificação do Anexo 2 da presente Orientação.

A estratificação do risco das modalidades desportivas e disciplinas/vertentes, previstas no quadro seguinte, é determinada com base na sua regulamentação formal. No entanto, as práticas inerentes às diferentes modalidades/ disciplinas/vertentes com risco moderado ou alto podem ser adaptadas de forma a serem praticadas com um nível de risco baixo, por todos os escalões etários, desde que tal ocorra no cumprimento do algoritmo para a Estratificação de Risco das Modalidades Desportivas apresentado no ANEXO 2.

Federações Com Utilidade Pública Desportiva	Modalidades/disciplinas/vertentes*	Estratificação de risco
Federação Académica do Desporto Universitário	Inclui modalidades e disciplinas reguladas pelas respetivas Federações desportivas assinaladas abaixo	
Federação de Andebol de Portugal	Andebol	Médio
	Andebol de Praia	Médio
Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal	Alpinismo	Baixo
	Autocaravanismo	Baixo
	Campismo e Caravanismo	Baixo
	Canyoning	Baixo
	Escalada	Baixo
	Esqui-Montanhismo	Baixo
	Montanhismo	Baixo
	Pedestrianismo	Baixo
	Skyrunning	Baixo
Federação de Desportos de Inverno de Portugal	Bobsleigh	Baixo
	Curling	Baixo
	Esqui Alpino	Baixo
	Esqui de Fundo	Baixo
	Esqui Freestyle	Baixo
	Hóquei no Gelo	Baixo
	Luge	Baixo
	Patinagem Artística (individual)	Baixo
	Patinagem Artística (pares)	Alto
	Patinagem de Velocidade no Gelo	Baixo
	Patinagem Sincronizada (grupo)	Baixo
	Skeleton	Baixo
	Snowboard	Baixo
	Federação de Ginástica de Portugal	Ginástica Acrobática
Ginástica Artística		Baixo
Ginástica Rítmica		Baixo
Ginástica de Trampolins		Baixo

	Ginástica de Tumbling	Baixo
	Ginástica Aeróbica	Baixo
	Ginástica para Todos	Baixo
<b>Federações Com Utilidade Pública Desportiva</b>	<b>Modalidades/disciplinas/vertentes*</b>	<b>Estratificação de risco</b>
Federação de Ginástica de Portugal	TeamGym	Baixo
Federação de Ju-Jitsu e Disciplinas Associadas de Portugal	Ju-Jitsu	Alto
Federação de Motociclismo de Portugal	Enduro	Baixo
	Super-Enduro	Baixo
	Sprint-Enduro	Baixo
	Todo-o-terreno	Baixo
	Motocross	Baixo
	Supercross	Baixo
	Mototurismo	Baixo
	Supermoto	Baixo
	Trial	Baixo
	Velocidade	Baixo
Federação de Patinagem de Portugal	Hóquei em Linha	Médio
	Hóquei em Patins	Médio
	Patinagem Artística (individual)	Baixo
	Patinagem Artística (pares)	Alto
	Patinagem de Velocidade	Baixo
	Skateboarding	Baixo
Federação Equestre Portuguesa	Equitação Geral (obstáculos)	Baixo
	Equitação Geral (curso completo de equitação)	Baixo
	Equitação Geral (raides)	Baixo
	Equitação Geral (atrelagem)	Baixo
	Equitação Geral (equitação de trabalho)	Baixo
	Equitação Geral (turismo equestre/TREC)	Baixo
	Equitação Geral (horseball)	Baixo
Federação Nacional de Squash	Squash	Médio
Federação Nacional de Karaté - Portugal	Karaté (kumite)	Alto
	Karaté (kata individual)	Baixo
	Karaté (kata equipa - sem bunkai)	Baixo
Federação Portuguesa de Atividades Subaquáticas	Aquatlon	Médio
	Audiovisuais	Baixo
	Hóquei Subaquático (6x6)	Médio

	Mergulho Desportivo	Baixo
	Mergulho em Apneia	Baixo
	Natação com Barbatanas	Baixo
	Orientação Subaquática	Baixo
	Pesca Submarina	Baixo
<b>Federações Com Utilidade Pública Desportiva</b>	<b>Modalidades/disciplinas/vertentes*</b>	<b>Estratificação de risco</b>
Federação Portuguesa de Atividades Subaquáticas	Râguebi Subaquático (12x12)	Médio
	Tiro Subaquático	Baixo
Federação Portuguesa de Aerodelismo	Aerodelismo	Baixo
Federação Portuguesa de Aeronáutica	Aviação Geral	Baixo
	Balonismo	Baixo
	Ultraleves	Baixo
	Voo à Vela	Baixo
	Voo Acrobático	Baixo
Federação Portuguesa de Aikido	Aikido	Alto
Federação Portuguesa de Artes Marciais Chinesas	Qigong (sem contacto)	Baixo
	San Da	Alto
	Tai Ji (sem contacto)	Baixo
	Wushu Kung Fu (formas/Taolu)	Baixo
	Wushu Kung Fu (combate)	Alto
Federação Portuguesa de Atletismo	Atletismo (todas as restantes provas)	Baixo
	Atletismo (lançamentos)	Baixo
	Atletismo (meio fundo, fundo e marcha)	Baixo
	Atletismo (saltos)	Baixo
	Atletismo (velocidade e barreiras)	Baixo
Federação Portuguesa de Automobilismo e Karting	Velocidade	Baixo
	Ralis	Baixo
	Todo-o-Terreno	Baixo
	Montanha	Baixo
	Ralicross	Baixo
	Karting	Baixo
	Regularidade	Baixo
	Trial 4x4	Baixo
	Drift	Baixo
	Drag racing	Baixo
	Perícia/Slalom	Baixo
Federação Portuguesa de Badminton	Badminton (singulares e pares)	Baixo
Federação Portuguesa de	Basquetebol	Médio

Basquetebol		
Federação Portuguesa de Bilhar	Bilhar	Baixo
Federação Portuguesa de Bridge	Bridge	Baixo
Federação Portuguesa de Canoagem	Canoagem (canoagem de mar)	Baixo
	Canoagem (de lazer)	Baixo
	Canoagem (kayak polo)	Baixo
	Canoagem (kayaksurf & waveski)	Baixo
	Canoagem (primeiras pagaiadas)	Baixo
<b>Federações Com Utilidade Pública Desportiva</b>	<b>Modalidades/disciplinas/vertentes*</b>	<b>Estratificação de risco</b>
Federação Portuguesa de Canoagem	Canoagem (rafting)	Baixo
	Canoagem (velocidade: regatas em linha e fundo)	Baixo
	Canoagem (slalom)	Baixo
Federação Portuguesa de Ciclismo	Ciclismo (estrada)	Baixo
	Ciclismo (BTT)	Baixo
	Ciclismo (BMX)	Baixo
	Ciclismo (Pista)	Baixo
Federação Portuguesa de Columbofilia	Columbofilia	Baixo
Federação Portuguesa de Corfebol	Corfebol	Médio
Federação Portuguesa de Dança Desportiva	Dança Desportiva (vertentes grupo)	Alto
	Dança Desportiva (vertentes solo)	Baixo
	Dança Desportiva (vertentes par)	Alto
Federação Portuguesa de Damas	Damas	Baixo
Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência	Polybat	Baixo
	Goalball	Baixo
	Torbball	Baixo
	Tricicleta	Baixo
	Boccia	Baixo
	Slalom	Baixo
	Rugby em cadeira de rodas	Médio
	Outras modalidades	Ver risco da modalidade sem adaptação
Federação Portuguesa de Esgrima	Esgrima	Baixo
Federação Portuguesa de Golfe	Golfe	Baixo
Federação Portuguesa de Judo	Judo	Alto
Federação Portuguesa de Futebol	Futebol	Médio
	Futebol de Praia	Médio

	Futsal	Médio
Federação Portuguesa de Hoquei	Hoquei	Médio
Federação Portuguesa de Kickboxing e Muaythai	Kickboxing	Alto
	Muaythai	Alto
Federação Portuguesa de Lohan Tao Kempo	Kempo (kata / formas)	Baixo
	Kempo (kumite / combate)	Alto
Federação Portuguesa de Lutas Amadoras	Lutas Amadoras	Alto
Federação Portuguesa de Motonáutica	Motonáutica (aquabike)	Baixo
	Motonáutica (jet ski)	Baixo
<b>Federações Com Utilidade Pública Desportiva</b>	<b>Modalidades/disciplinas/vertentes*</b>	<b>Estratificação de risco</b>
Federação Portuguesa de Motonáutica	Motonáutica (powerboat)	Baixo
	Motonáutica (rádio-controlados)	Baixo
	Motonáutica (ski nautico)	Baixo
	Motonáutica (wakeboard)	Baixo
Federação Portuguesa de Natação	Natação (águas abertas)	Baixo
	Natação (saltos)	Baixo
	Natação Artística	Baixo
	Natação Pura (incluindo Masters)	Baixo
	Polo Aquático	Médio
Federação Portuguesa de Orientação	Orientação	Baixo
Federação Portuguesa de Padel	Padel	Baixo
Federação Portuguesa de Paraquedismo	Paraquedismo (precisão de aterragem)	Baixo
	Paraquedismo (voo de formação)	Baixo
	Paraquedismo (velocidade em queda livre)	Baixo
	Paraquedismo (freefly)	Baixo
Federação Portuguesa de Pentatlo Moderno	Pentatlo Moderno	Baixo
	Pentatlo Moderno (biatle)	Baixo
	Pentatlo Moderno (laser run)	Baixo
Federação Portuguesa de Pesca Desportiva	Pesca Desportiva	Baixo
Federação Portuguesa de Pesca Desportiva do Alto Mar	Pesca Desportiva do Alto Mar	Baixo
Federação Portuguesa de Petanca	Petanca	Baixo
Federação Portuguesa de Remo	Remo	Baixo
	Remo Indoor	Baixo
Federação Portuguesa de Rugby	Rugby (rugby de 7)	Alto
	Rugby (rugby de 15)	Alto

Federação Portuguesa de Surf	Surfing (body surf)	Baixo
	Surfing (bodyboard)	Baixo
	Surfing (kneeboard)	Baixo
	Surfing (longboard)	Baixo
	Surfing (skimboard)	Baixo
	Surfing (SUP)	Baixo
	Surfing (surf)	Baixo
	Surfing (town in e town out)	Baixo
Federação Portuguesa de Ténis	Ténis	Baixo
Federação Portuguesa de Ténis de Mesa	Ténis de Mesa	Baixo
Federação Portuguesa de Tiro	Tiro (benchrest)	Baixo
	Tiro (MLAIC)	Baixo
<b>Federações Com Utilidade Pública Desportiva</b>	<b>Modalidades/disciplinas/vertentes*</b>	<b>Estratificação de risco</b>
Federação Portuguesa de Tiro	Tiro (IPSC)	Baixo
	Tiro (ISSF - não Olímpico)	Baixo
	Tiro (ISSF - Olímpico)	Baixo
	Tiro (ISSF - precisão)	Baixo
	Tiro (WTF)	Baixo
Federação Portuguesa de Tiro com Arco	Tiro com Arco	Baixo
Federação Portuguesa de Tiro com Armas de Caça	Tiro com Armas de caça	Baixo
Federação Portuguesa de Vela	Kiteboard	Baixo
	Vela	Baixo
Federação Portuguesa de Voleibol	Voleibol	Médio
	Voleibol de Praia	Baixo
Federação Portuguesa de Voo Livre	Asa Delta	Baixo
	Paramotor	Baixo
	Parapente	Baixo
Federação Portuguesa de Xadrez	Xadrez	Baixo
Federação de Triatlo de Portugal	Triatlo	Baixo
<b>Federações SEM Utilidade Pública Desportiva com modalidades Olímpicas</b>	<b>Modalidades/disciplinas/ vertentes*</b>	<b>Estratificação de risco</b>
Federação de Halterofilismo de Portugal	Halterofilismo	Baixo
Federação Portuguesa de Basebol e Softbol	Basebol e Softbol	Baixo
Federação Portuguesa de Boxe	Boxe	Alto
Federação Portuguesa de	Taekwondo (kiorugy)	Alto

Taekwondo / Federação Portugal Taekwondo – PORTKD	Taekwondo (poomsae)	Baixo
<b>Outras Modalidades Desportivas abrangidas pelo Programa Nacional de Formação de Treinadores (Lei n.º 40/2012, de 28 de agosto, na sua atual redação)</b>	<b>Modalidades/disciplinas/vertentes*</b>	<b>Estratificação de risco</b>
	Shorinji kempo – vertentes com contacto físico: Combate, Defesa Pessoal	Alto
	Shorinji kempo – vertentes sem contacto físico: formas	Baixo
	Alex Ryu Jitsu – vertentes com contacto físico: Combate, Defesa Pessoal de Rua e Defesa Pessoal Militar/Policial	Alto
	Alex Ryu Jitsu – vertentes sem contacto físico: Meditação	Baixo
	ArtDo – vertentes com contacto físico: Combate, Defesa Pessoal e Policial	Alto
	ArtDo – vertentes sem contacto físico: Formas (Katas)	Baixo
	<b>Outras Modalidades Desportivas abrangidas pelo Programa Nacional de Formação de Treinadores (Lei n.º 40/2012, de 28 de agosto, na sua atual redação)</b>	<b>Modalidades/disciplinas/vertentes*</b>
Hapkido – vertentes com contacto físico: Combate, Defesa Pessoal e Policial		Alto
Hapkido – vertentes sem contacto físico: Formas Com e Sem Arma		Baixo
Jiu-Jitsu Brasileiro		Alto
Jujutsu		Alto
Krav Maga		Alto
Kung Do		Alto
Songahm – vertentes com contacto físico: Combate e Combate Wapons		Alto
Songahm – vertentes sem contacto físico: Formas, Formas com Arma e Performance		Baixo
Capoeira		Alto
Ultimate		Médio
Culturismo		Baixo

\*A estratificação de risco apresentada aplica-se a todas as práticas desportivas, de treino e competição, orientadas por treinadores detentores de Título Profissional de Treinador de Desporto válido.