

PROTOCOLO DE RECOMENDAÇÕES MÉDICAS
PARA TREINAMENTOS, VIAGENS E COMPETIÇÃO
DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19.

CONMEBOL COPA AMÉRICA 2021



- CONMEBOL -
COPA AMERICA
2021

ÍNDICE

Introdução.....	3
INFORMAÇÕES GERAIS	7
Diagnóstico	12
Tratamento e prevenção	15
PRIMEIRA PARTE: Treinamento - Operacional	19
Protocolo de atuação durante os treinamentos (centros de treinamentos – estádio)	20
Recomendações para as Delegações e Staff CONMEBOL	24
Testes de COVID-19	27
SEGUNDA PARTE: Recomendações para viagens	33
TERCEIRA PARTE: Durante a Competição	38
Bibliografia	41
Colaboradores	44

INTRODUÇÃO.

- CONMEBOL -
COPA AMERICA
2021

INTRODUÇÃO

O mundo, e conseqüentemente o esporte, está imerso numa situação inédita e excepcional à qual devemos responder de forma responsável, coordenada e planejada, tendo sempre como premissa a preservação da saúde como o bem mais precioso, razão pela qual a prevenção é de extrema importância.

Na CONMEBOL procuramos cuidar da saúde dos membros da família do futebol, de forma a minimizar os riscos de contágio a um nível médico aceitável. Por parte da Comissão Médica em conjunto com as Associações Membro, são disponibilizadas as seguintes RECOMENDAÇÕES, que deverão, em cada caso, ser ajustadas às leis e regulamentos sanitários de cada país.

Cada delegação deverá se adaptar às suas circunstâncias, levando em consideração que existem condições mínimas de segurança que todos devem cumprir.

Entendemos que a transmissão da COVID-19 não será eliminada em curto prazo, portanto devemos considerar possíveis surtos recorrentes nos próximos meses, uma vez que a COVID-19 é facilmente transmissível e possui um período de incubação muito curto, razão pela qual recomendamos a todos os membros da família do futebol sul-americano que tomem medidas extremas de prevenção.

É por tudo isso que a Comissão Médica da CONMEBOL disponibiliza, as recomendações a serem levadas em consideração sobre:

- Medidas de higiene e cuidados necessários
- Recomendações de atuação durante os treinamentos
- Recomendações de isolamento dos jogadores e técnicos
- Testes de COVID-19

GLOSSÁRIO DE PALAVRAS TÉCNICAS

Vírus: microrganismo muito simples que pode infectar células e causar doenças. Ele apenas se replica (se multiplica) dentro da célula infectada, portanto, não tem vida própria (tem uma vida útil muito curta fora do organismo infectado).

Cepa: conjunto de vírus que compartilham pelo menos uma característica ou variante genética comum.

SARS-CoV-2: vírus de cadeia simples que pertence à família dos coronavírus b, uma parte da grande família dos coronavírus, causa a doença por coronavírus COVID-19.

COVID-19: doença infecciosa descoberta mais recentemente causada pelo SARS-CoV-2. Tanto esse novo vírus quanto a doença que ele causa eram desconhecidos antes do início do surto em Wuhan (China), em dezembro de 2019. Os sintomas mais comuns da COVID-19 são febre, tosse seca e cansaço. Muitas pessoas infectadas são assintomáticas ou apresentam sintomas muito leves (80%). Uma em cada 5 pessoas apresenta um quadro grave, com dificuldade para respirar. A COVID-19 deve ser diagnosticada e avaliada combinando exames clínicos, de diagnóstico por imagem (TC de tórax), epidemiológicos e laboratoriais.

PCR: siglas, em inglês, de Reação em Cadeia da Polimerase (Polymerase chain reaction), baseada nas características de estabilidade ao calor de uma enzima polimerase; é um teste de laboratório para identificar fragmentos de material genético do SARS-CoV-2, mesmo que em quantidades muito pequenas.

RT-PCR: reação em cadeia da polimerase por transcriptase reversa. O RT-PCR é uma versão da técnica de PCR desenvolvida para a detecção de RNA (ácido ribonucleico). O RT-PCR é uma técnica rápida, pode ser determinada em pouco tempo e é baseada em dois processos diferentes: no primeiro produz DNA que será utilizado na segunda etapa.

RT-PCR é o teste de referência para a detecção do SARS-CoV-2 devido à sua capacidade de medir diretamente as partes do genoma viral, em vez de detectar biomarcadores de anticorpos ou antígenos.

Swab: bastão longo com algodão em uma extremidade (cotonete alongado), que é inserido até o fundo das narinas. O swab deve penetrar nas narinas e causar lacrimejamento nos pacientes. Também pode ser introduzido na boca e na faringe ou podem ser feitas coletas anais.

Antígeno: é uma partícula / fragmento / molécula que estimula o sistema imunológico e induz a produção de anticorpos para eliminar o patógeno, protegendo o organismo.

Falso positivo: seria o caso de uma pessoa com um teste positivo sem estar infectada pelo SARS-CoV-2.

Falso negativo: Seria um paciente que está infectado e padece da doença, mesmo que o teste realizado tenha resultado negativo.

INFORMAÇÕES GERAIS.

INFORMAÇÃO GERAL PARA LEVAR-SE EM CONSIDERAÇÃO

COVID-19 é uma doença respiratória identificada pela primeira vez em Wuhan, China, em dezembro de 2019, e de rápida propagação, tornando-se uma pandemia. Atualmente, várias cepas do mesmo vírus foram identificadas; a propagação continua a ser principalmente de pessoa para pessoa.

SINTOMAS COMUNES

Febre
Fatiga/cansancio
Dolores musculares
Dolor de garganta (odinofagia) y tos
Dolor de cabeza (cefalea)
Náuseas y vómitos
Diarrea
Pérdida del sentido del gusto y olfato

SINTOMAS GRAVES

Precisa atención médica urgente

Fiebre alta (>39 C°)
Dificultad respiratoria
Confusión
Pérdida del conocimiento

Os sintomas podem aparecer 1 a 14 dias após a exposição ao vírus, mas a maioria dos infectados desenvolve sintomas dentro de 5 a 7 dias após o contato.

QUANDO SUSPEITAR QUE CONTRAIU A COVID-19?

Apresentando quaisquer dos sintomas comuns ou não, principalmente se houve contato recente com uma pessoa com infecção confirmada.

Neste caso:

- Fique isolado e entre em contato com um médico que lhe dará as orientações necessárias.
- Evite o contato direto com outras pessoas, mesmo dentro de sua casa
- Tome cuidado com as medidas de higiene (lavar as mãos, desinfetar superfícies, etc.)

COMO ME CONTAGIEI?

O normal é ser infectado pelo contato com outra pessoa infectada pelo vírus. A doença se espalha principalmente de pessoa para pessoa através das gotículas que emitimos pelo nariz ou pela boca quando respiramos, falamos ou tossimos. Essas gotículas caem rapidamente nas superfícies e o contágio pode acontecer ao inalá-las ou tocá-las, e é por isso que é importante manter a distância de segurança de 2 metros e lavar as mãos frequentemente com água e sabão ou, na ausência de água, usar álcool (70%).

É possível contagiar-se com a COVID-19 a partir do contato próximo com uma pessoa que não apresente nenhum sintoma (assintomático), geralmente durante a primeira fase da doença.



Por contato estreito a uma pessoa infectada.



Através de pessoas infectadas ao tossir, espirrar ou falar.



Ao tocar objetos ou superfícies contaminadas e em seguida levar a mão à boca, ao nariz ou aos olhos.

QUE DEVO FAZER SE APRESENTO SINTOMAS COMPATÍVEIS COM A COVID-19?

- **Em caso de sintomas leves:** fique em casa, isole-se e alerta para seus sintomas. Avise seu médico e siga suas orientações. Acompanhe de perto seus sintomas.
- **Em caso de sintomas graves:** Procure imediatamente atendimento médico. Se tiver dificuldade para respirar ou sentir dor ou pressão no peito, deverá ir imediatamente a um posto de saúde ou hospital especializado.

QUE DEVO FAZER SE ESTIVE EM CONTATO PRÓXIMO COM ALGUÉM INFECTADO COM COVID-19 OU QUE TENHA SINTOMAS COMPATÍVEIS COM COVID-19?

Antes de qualquer coisa, isole-se.

- **Considera-se contato próximo ou estreito** quando tenha tido contato com uma pessoa diagnosticada com COVID-19 (ou sob suspeita) a uma distância inferior a 2 metros por mais de 15 minutos, na ausência de elementos de proteção individual (máscara).
- Se não apresenta sintomas, mas foi exposto a uma pessoa que apresenta sintomas, deverá isolar-se conforme estabelecem as autoridades sanitárias de seu país de origem/residência.

Recomenda-se realizar o teste RT-PCR entre os 5-7 dias após contato com o caso positivo.

EM QUE CONSISTE A QUARENTENA E/OU O ISOLAMENTO?

- **Quarentena:** é usada em referência a qualquer pessoa que tenha estado em contato com alguém infectado pelo vírus SARS-CoV-2, que é a causa do COVID-19, independentemente de a pessoa infectada apresentar sintomas ou não. A quarentena significa que essa pessoa permanece

separada das demais porque foi exposta ao vírus e pode estar infectada, e isso pode ocorrer em um local especialmente destinado a isso ou em sua própria casa.

Recomenda-se que o isolamento seja realizado da seguinte maneira:

- Ocupe um quarto individual, espaçoso e arejado, e de preferência com banheiro. Se isso não for possível, separe as camas ao menos a dois metros de distância uma da outra
- Use máscaras o tempo todo na presença de outras pessoas. Outras pessoas também deverão usar máscaras.
- Fique a pelo menos dois metros de distância de outras pessoas, incluindo membros de sua família.
- Controle seus sintomas diariamente.
- Fique em quarentena por 14 dias, mesmo que se sinta bem.
- Se tiver dificuldade para respirar, entre em contato com seu médico imediatamente.

As diretrizes nacionais de prevenção e isolamento sempre devem ser consultadas no caso de um teste de COVID-19 positivo.

DIAGNÓSTICO

TIPOS DE TESTES

Existem dois tipos de testes que podem ser realizados para o diagnóstico de COVID-19: teste de ácido nucleico ou PCR e teste de anticorpos ou sorologia.

- **PCR:** em inglês, de Reação em Cadeia da Polimerase (Polymerase chain reaction), é baseada nas características de estabilidade ao calor de uma enzima polimerase; é um teste de laboratório para identificar fragmentos de material genético de SARS-CoV-2, mesmo que em quantidades muito pequenas.
- **Sorologia:** é o estudo de anticorpos no soro sanguíneo. Os anticorpos fazem parte da resposta imunológica do corpo à infecção. Os anticorpos que atuam contra o SARS-CoV-2, o vírus que causa a COVID-19, geralmente podem ser detectados nas primeiras semanas de infecção. A presença de anticorpos indica que a pessoa estava infectada com SARS-CoV-2, independentemente de ter uma doença grave ou leve, ou que tenha apresentado sintomas ou não. Os estudos de soroprevalência são realizados para calcular a extensão da infecção, medida pelos níveis de anticorpos, em um determinado grupo populacional. A soroprevalência inicial de qualquer novo vírus, incluindo o SARS-CoV-2, em uma população é considerada baixa ou inexistente, uma vez que o vírus não circulou anteriormente.
- **Antígenos:** eles procuram proteínas específicas, chamadas "antígenos", na superfície do vírus SARS-CoV-2. Os testes de antígeno são usados em pessoas que apresentam sintomas de COVID-19.

É importante observar que os testes servem para estabelecer se uma pessoa está infectada, no entanto, NÃO indica a gravidade da infecção.

É NECESSÁRIO REPETIR O TESTE DE PCR PARA SAIR DO ISOLAMENTO OU DA QUARENTENA?

- No. Porém, se após o período de 14 dias os pacientes permanecerem sintomáticos por muito tempo, deverão procurar o médico que estabelecerá os protocolos a serem seguidos.

No caso de pessoas que desenvolverem novos sintomas de COVID-19, estas deverão realizar um novo teste; particularmente se os anticorpos contra COVID-19 permanecerem negativos.

TRATAMENTO E PREVENÇÃO

O tratamento de pacientes que não necessitam de internação hospitalar consiste no uso de medicamentos para controle dos sintomas, como antitérmicos para controle da febre, analgésicos para dor, antitussígeno para a tosse, e todos devem ser indicados por médicos. É extremamente importante repousar e hidratar-se durante o transcurso da doença.

Recomenda-se contar com um oxímetro para medir a saturação de oxigênio (ou nível de oxigênio no sangue), principalmente em casos de pacientes com dificuldade respiratória, ainda que leve. Recomenda-se atendimento médico imediato se a saturação de oxigênio for < 94%.

Pacientes com sintomas graves ou com baixa saturação de oxigênio devem procurar atendimento nos hospitais.

Existem várias vacinas para prevenir a infecção por COVID-19.

Informe-se através de fontes confiáveis:

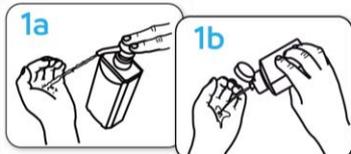


PREVENÇÃO.

PRIMERA BARRERA DE PROTECCIÓN: LAVADO DE MANOS

Como desinfetar as mãos?

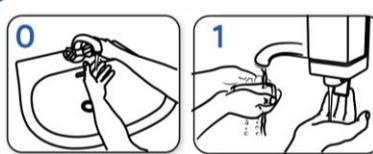
Com um gel à base de 70% -
90% ÁLCOOL



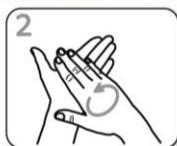
Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies

Como lavar as mãos?

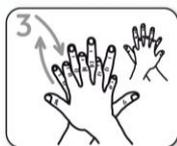
Com água e sabão



Mójese las manos con agua
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos



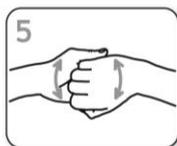
Frótese las palmas de las manos entre si



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos

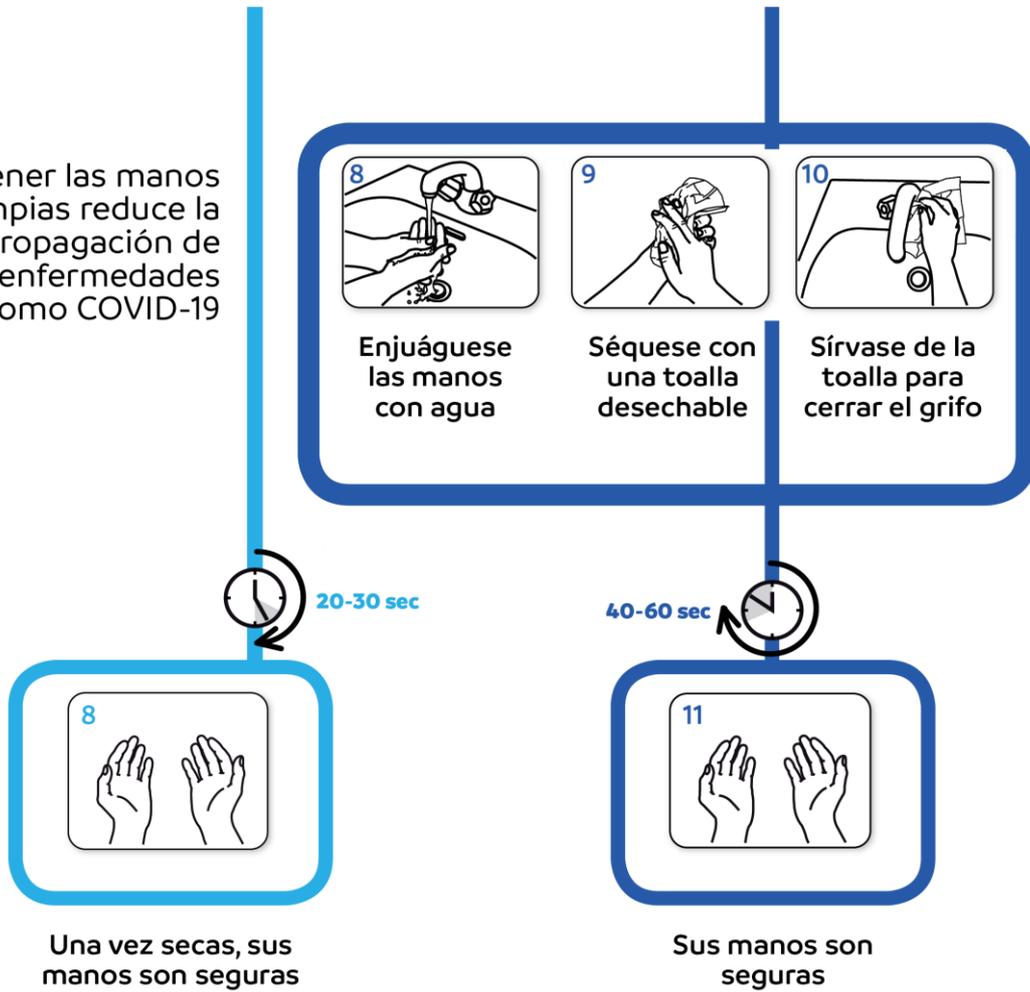


Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa



Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19



OUTRAS BARREIRAS DE PROTEÇÃO



Uso de máscaras



Uso de luvas



Uso de proteção facial



Uso de óculos



Uso de jalecos

COMO RETIRAR OS ELEMENTOS DE PROTEÇÃO PESSOAL (EPP)?

- Evite sua contaminação, a de outras pessoas e a do seu entorno.
- Retire primeiro os elementos más contaminantes.

Passo 1



Retire as luvas e depois o jaleco.

Passo 2



Higienize as mãos.

Passo 3



Retire a proteção ocular, de trás para frente.

Passo 4



Retire a máscara cirúrgica ou o respirador de trás para frente.
adelante.

Passo 5



Higienize as mãos.

Não esqueça: lave as mãos com água e sabão várias vezes e aplique regularmente um gel desinfetante para as mãos à base de álcool. Evite tocar em seus olhos, boca ou nariz.

QUANTO TEMPO SOBREVIVE O VÍRUS DA COVID-19 NAS SUPERFÍCIES?

Os produtos desinfetantes podem matar o vírus, eliminando a possibilidade de infecção pelo contato com essas superfícies.

As superfícies podem ser facilmente limpas com desinfetantes domésticos comuns que destroem o vírus. O vírus da COVID-19 pode sobreviver por até 72 horas em superfícies de plástico e aço inoxidável, menos de 4 horas em superfícies de cobre e menos de 24 horas em superfícies de papelão.

PROTEJA OUTROS DA DOENÇA



Evita o **contato** estreito com outras pessoas sem proteção, especialmente se têm tosse e febre.



Evita **cuspir** em público.



Se tem febre, tosse e dificuldade para respirar, **procura atendimento médico** imediato e compartilha seu histórico de deslocamentos com seu médico.

- **Fortalecer** o sistema imunológico
- **7 ou mais horas de sono** ao dia
- **Apoio psicológico** para evitar estados de ansiedade
- **Alimentação adequada**, de acordo com a pessoa autorizada do clube.
- **Vacinação tri ou tetravalente (influenza)** de todo o pessoal. Esta medida previne o quadro de influenza, seguido por um quadro de coronavírus, que agravaria a situação do infectado e o risco de complicações.
- **Sempre manter a distância social (mínimo 2 metros)**
-

PRIMEIRA PARTE
TREINAMENTOS.

PROTOCOLO DE ATUAÇÃO DURANTE OS TREINAMENTOS

CONTROLE MÉDICO

- O médico manterá um controle diário dos sintomas do grupo. É obrigatório tirar a temperatura do jogador antes de subir no ônibus para o treinamento ou ao chegar ao local do mesmo. Jogadores com mais de 37.4 °C não serão admitidos para treinamento.
- O médico conhecerá o estado físico e de saúde de cada jogador. Ele estudará as condições de risco de contágio em casa e, quando for o caso, o estilo de vida que deve ser mudado. O jogador torna-se, a partir do momento em que entra em contato com outras pessoas, um potencial transmissor.
- Cada médico da delegação terá um mecanismo de comunicação, para que os jogadores de futebol possam relatar os sintomas a qualquer momento.

MEDIDAS HIGIÊNICAS RECOMENDADAS EM TODAS AS INSTALAÇÕES ESPORTIVAS

QUEM PODE PARTICIPAR?

Será permitida a entrada nos Centros de Treinamento exclusivamente do pessoal que integra cada delegação. Para as equipes que utilizam seus próprios Centros de Treinamento, recomenda-se que o menor número de pessoas frequente as instalações esportivas.

Recomenda-se também suspender as visitas e impedir a entrada de terceiros e de pessoas em maior risco nas instalações esportivas. Siga as recomendações do Ministério da Saúde e do Ministério do Trabalho do país.

Qualquer pessoa que participe do treinamento ou da partida deve estar em boas condições de saúde, sem apresentar quaisquer sintomas compatíveis com COVID-19 e não ter estado em contato próximo com uma pessoa com COVID-19. Da mesma forma, sugere-se que na presença de quaisquer sintomas compatíveis o médico da equipe seja consultado e se abstenha de comparecer à instalação.

MEDIDAS DE PREVENÇÃO PARA A ENTRADA NAS INSTALAÇÕES ESPORTIVAS

- A desinfecção antes e depois de cada treinamento é imprescindível. Recomenda-se desinfetar com hipoclorito de sódio, na forma de água sanitária ou lixívia. A concentração mínima para desinfecção é de 0,5%.
- Antes de entrar nas instalações, a temperatura será medida com um termômetro infravermelho e NÃO poderão entrar pessoas com temperatura superior a 37,4°C.
- Deve-se lavar bem as mãos e depois aplicar álcool a 70%, seja líquido ou gel.
- Não será permitida a entrada sem máscara, que deve cobrir o queixo, a boca e o nariz *.
- Deve ser mantida uma distância mínima de 2 metros entre as pessoas, o maior tempo possível.
- As portas das instalações, na medida do possível, serão deixadas abertas para evitar tocar nas maçanetas ou fechos.
- As pessoas que estão em isolamento domiciliar devido a um diagnóstico de COVID-19 ou por contato estreito de caso de COVID-19 não poderão entrar nas instalações esportivas, nem aqueles que apresentarem sintomas como tosse, febre, dificuldade respiratória, dores de garganta, dores musculares, alterações do paladar ou do olfato ou que pertençam aos grupos considerados de risco.

REUTILIZAÇÃO E TROCA DAS MÁSCARAS

- No caso de máscaras individuais (descartáveis), deverão ser trocadas se estiverem visivelmente úmidas.
- No caso de máscaras reutilizáveis, elas deverão ser lavadas após cada uso, com água quente e elementos desinfetantes.

TREINAMENTO

Recomenda-se:

- Evitar o uso de vestiários e contato com terceiros que estejam fora do seu grupo de treinamento. Para isso, você deve ir ao treinamento com o uniforme correspondente e, ao final, voltar para casa com a mesma roupa, sem tomar banho.
- Os roupeiros deverão entregar a cada jogador, em uma sacola fechada, as roupas que serão utilizadas para os treinamentos dos dias posteriores, e o jogador deverá devolver a roupa suja em uma sacola devidamente fechada, para serem lavadas.
- As roupas sujas serão lavadas na Equipe seguindo o protocolo de lavagem em alta temperatura (entre 60 e 90°C) e sabão usual. O pessoal da lavanderia, em todos os momentos, deve utilizar os elementos estabelecidos pelas autoridades competentes e que estejam na segunda barreira de proteção.
- Dispor de fornecimento de água, alimentos e material necessários para o treinamento e evitar entradas e saídas desnecessárias.
- A hidratação correta deve ser garantida, durante e após o treinamento. Recomenda-se o uso de frascos de hidratação individuais e não compartilhar infusões (mate, tereré) e/ou nenhum tipo de alimentos ou utensílios.

- O depósito de materiais será desinfetado e também, na medida do possível, o material utilizado nas sessões de treinamentos.
- Médicos, fisioterapeutas e massagistas devem ser divididos de acordo com os grupos de treinamento.
- Os funcionários só entrarão nas áreas de sua competência.
- Terminado o treinamento, as instalações serão desinfetadas e todas as instalações serão ventiladas.
- À disposição de cada membro da equipe deverá haver dispensadores com álcool 70° ou géis desinfetantes e bastante sabão nos vestiários e pias.

RECOMENDAÇÕES

As recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS), do Centro de Prevenção e Controle de Doenças dos Estados Unidos (CDC) e da Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) estabelecem que “As precauções relacionadas à transmissão (incluindo isolamento) e a rota de cuidado do COVID-19 serão deixadas de lado” quando:

- Tenham passado 10 dias desde que o teste deu positivo, mais um mínimo de 3 dias sem sintomas (febre e/ou sintomas respiratórios, sem uso de antitérmicos e com melhora evidente de outros sintomas) no caso de pacientes sintomáticos.
- Tenham passado 10 dias desde que o teste (RT-PCR (+) para RNA do SARS-CoV-2) deu positivo para pacientes assintomáticos.

Cabe ressaltar que esta diretriz se aplica apenas às Delegações Oficiais da CONMEBOL (delegados, árbitros, médicos, funcionários), fato que não implica a outros membros das delegações, funcionários da Zona 1 (campo de jogo), Zona 2 (vestiários) e Zona 5 (VIP/VVIP) do estádio procederem desta forma.

O protocolo que estabelece a autorização de viagem e a condição de livre trânsito nos países deverá estar de acordo com as normas sanitárias de cada país, por isso deve ser enviada uma nota informativa à CONMEBOL e uma solicitação às autoridades sanitárias do país visitante, que é a única autoridade competente para autorizar a entrada dos jogadores.

PRECAUÇÕES

- Apenas pessoas gravemente doentes com replicação viral persistente após 10 dias de isolamento (com base no teste RT-PCR de swab nasofaríngeo em tempo

real) podem justificar a extensão da duração do isolamento e a manutenção da vigilância do paciente.

- Não é recomendado repetir o teste em pessoas com diagnóstico de COVID-19 sintomático que permanecem assintomáticas após a recuperação, exceto para suspender o isolamento ou em pessoas muito imunossuprimidas. Nestes casos, é recomendável consultar especialistas para determinar os próximos passos a seguir e testes alternativos.
- O isolamento é recomendado quando os sintomas aparecem dentro de 14 dias após o contato com uma pessoa próxima infectada.

NORMAS DE ISOLAMENTO DE PESSOAS CONTAMINADAS OU COM SUSPEITA DE CONTÁGIO

Pessoas com sintomas (paciente) não poderão comparecer às sessões de treinamento e locais de competição e deverão:

- Comunicar imediatamente o médico da Equipe e o responsável de área
- Cumprir estritamente o período de isolamento estabelecido, de acordo com a norma do país correspondente. Recomenda-se que, tanto quanto possível, seja em um quarto privado com boa ventilação.
- Os utensílios domésticos (pratos, talheres, copos, toalhas, etc.) utilizados pelo infectado devem ser limpos e desinfetados com solução contendo cloro após cada uso. A pessoa que o assista deverá tomar todas as precauções (uso dos elementos de proteção da barreira dois) para evitar o contágio.
- O veículo utilizado pelo paciente deve ser desinfetado com solução contendo cloro e deve ser ventilado, portanto, recomendamos deixar as janelas do veículo abertas.

- Uma pessoa sadia, sem doenças pré-existentes ou de base, ou que não esteja entre as pessoas do grupo de risco deve cuidar do paciente. Pacientes assintomáticos devem consultar seu médico sobre a realização de atividades físicas.
- Todos os utensílios utilizados pelos pacientes deverão obedecer a rígidas normas de higiene e ser de seu uso exclusivo.
- Deve-se ter cuidado com as toalhas e roupas de cama, que deverão ser lavadas em altas temperaturas para a desinfecção, e na troca das mesmas recomenda-se que não sejam agitadas, para evitar a propagação do vírus no ambiente.

TESTES DE COVID-19.

REALIZAÇÃO DOS TESTES DE COVID-19

OBRIGATORIEDADE DE REALIZAÇÃO DE TESTES DE COVID-19 ANTES DE CADA VIAGEM

1. Para todas as competições organizadas pela CONMEBOL, os testes de PCR da COVID-19 (RT-PCR, nasofaríngeo e orofaríngeo em tempo real) devem ser realizados por todos os membros da DELEGAÇÃO OFICIAL (Delegações de Equipes, Staff da CONMEBOL e Equipe de Árbitros) isolando qualquer membro da delegação com suspeita de contágio.
2. Todas as equipes participantes das competições oficiais da CONMEBOL deverão seguir rigorosamente as recomendações publicadas sobre viagens, deslocamentos e treinamentos, bem como os protocolos sanitários estabelecidos pelas autoridades de cada país. As delegações deverão consultar os processos migratórios de entrada em cada país.
3. Todos os membros das delegações e staff local deverão realizar o referido teste 48 horas antes do dia da partida, de acordo com o calendário estabelecido e comunicado pela Comissão Médica.
4. Além das delegações oficiais, todo o pessoal incluído na ZONA 1, ZONA 2 e ZONA 5 do estádio (Árbitros, Oficiais de Partida, Médicos, Oficial Antidoping, Staff, Pessoal Operacional, VIP e VVIP), locais ou que venham de outros países/cidades para a partida, também devem realizar o teste 48 horas antes do dia da partida.
5. Para a viagem e entrada no país sede, deverá portar um registro dos testes realizados e dos respectivos resultados impressos, caso a autoridade sanitária do país de destino o solicitar.
6. Qualquer caso positivo dentro das delegações oficiais, de qualquer membro, deve ser comunicado imediatamente à Comissão Médica da CONMEBOL.

7. A Comissão Médica da CONMEBOL estará em contato direto com o Chefe Médico de cada Equipe, Coordenadores Médicos da Sede, Oficial Médico COVID e Médico Árbitro, os quais serão responsáveis por relatar qualquer situação médica.
8. As condições de saúde das pessoas que trabalham em: Zona 3 - Áreas Públicas, Zona 4 - Áreas Operacionais, Zona 6 - Tribuna de Imprensa, Zona 7 - Centro de Imprensa e Zona 8 - Área de Broadcast do Estádio serão verificadas através do Grupo de Controle da COVID-19 com controle de temperatura e entrega de resultado NEGATIVO de um teste (RT-PCR, nasofaríngeo em tempo real) **48 horas antes da partida.**

ENVIO DE RESULTADOS DE TESTES DE COVID-19

Para informações detalhadas sobre o zoneamento do estádio e a quantidade de pessoas posicionadas ou com acesso a cada uma das zonas, consulte o Protocolo de Operações.

DELEGAÇÃO:

Os resultados dos testes RT-PCR da COVID-19 de até 65 membros da delegação oficial deverão ser inseridos na plataforma habilitada pela Comissão Médica da CONMEBOL <http://portalmedico.conmebol.com/> em até 24 horas antes do início da partida. Para as equipes que irão treinar fora do país sede, estas deverão realizá-lo antes da viagem.

STAFF E OPERAÇÕES DA EQUIPE LOCAL COM ACESSO À ZONA 1, 2 e

5 (maquiadores, equipes médicas, equipes de limpeza, manutenção e administração do estádio, gandulas, manutenção do gramado, segurança privada e polícia) devem ser enviados para o e-mail results@conmebol.com até 24 horas antes do dia da partida.

Em nenhum caso os testes podem ter sido realizados com mais de 48 horas antes do dia da partida.

RESULTADOS

As pessoas que testem (+) seguirão as recomendações das autoridades sanitárias do país sede. Além disso, todos os contatos próximos (próximos) serão isolados imediatamente e o teste de COVID-19 poderá ser solicitado para todos os contatos estreitos.

Pessoas que testem (-) poderão assistir aos treinamentos, bem como fazer parte das delegações oficiais da Equipe.

A CONMEBOL poderá solicitar testes complementares antes das partidas ou durante os períodos de treinamento, os quais serão previamente coordenados com a Comissão Técnica.

O não cumprimento de qualquer um dos deveres e obrigações estabelecidos acima constituirá uma infração disciplinar. Caso algum jogador ou oficial se recuse a fazer o teste de COVID-19, este não poderá participar da Competição.

FORMATO DO RESULTADO ENVIADO PELO LABORATÓRIO

O resultado do Laboratório deve ter as seguintes características:

- Papel timbrado
- Nome completo do paciente
- Número do documento de identidade ou passaporte do paciente
- Deve indicar a data da coleta da amostra
- Deve indicar a hora da coleta da amostra
- Deve indicar o tipo de teste (RT-PCR)
- Deve indicar o método da coleta da amostra (Nasofaríngeo ou Orofaríngeo).

Assinatura do médico/laboratorista/bioquímico responsável.

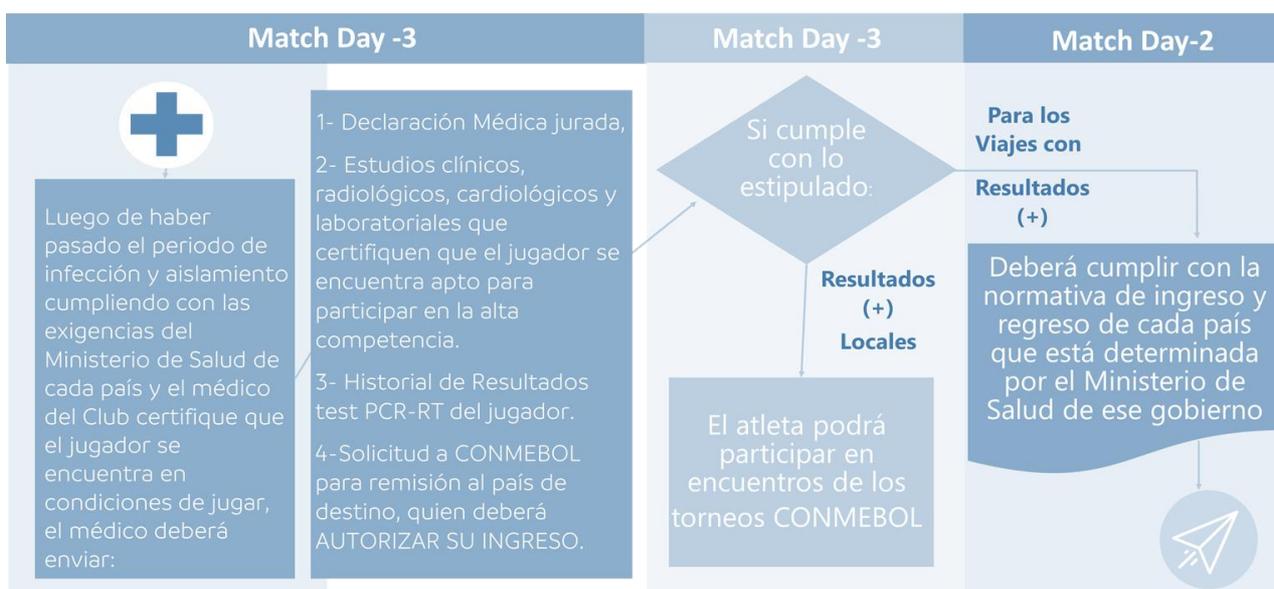
ATUAÇÃO SEGUNDO OS RESULTADOS DO TESTE

CENÁRIO 1: Caso Positivo - viagem entre sedes



CENÁRIO 2:

Retorno às atividades esportivas/profissionais para a delegação e oficiais da CONMEBOL após a COVID-19 (assintomáticos).



SEGUNDA PARTE
RECOMENDAÇÕES PARA AS VIAGENS.

RECOMENDAÇÕES PARA VIAGENS

ANTES DAS VIAGENS

O protocolo de testes mencionado deve ser cumprido. Para as Delegações Oficiais que participam do evento, Delegações das Equipes, Staff da CONMEBOL e Staff de Árbitros) é altamente recomendável que ingressem ao país sede com certificado de vacinação contra COVID-19.

A CONMEBOL disponibilizou a cada Associação Membro doses da vacina CORONAVAC, para serem aplicadas a toda a delegação participante.

As Delegações Oficiais que ingressarem no país anfitrião cumprirão os requisitos de entrada estipulados e terão um Seguro Médico em vigor durante o período da competição.

DESLOCAMENTO PARA O HOTEL E AEROPORTOS

- Antes de entrar no ônibus para ir ao aeroporto, ou aos treinamentos fora do seu país de residência, deverá ser realizada a mesma avaliação médica que é realizada antes dos treinamentos/jogos (controle clínico pelo médico da equipe).
- O veículo, antes do embarque dos passageiros, deve ser submetido a uma rígida desinfecção interna e, caso não seja feita por funcionários da Equipe, deve-se verificar que a mesma tenha sido feita. A desinfecção será realizada de acordo com as normas vigentes do respectivo país.
- Todos os que embarcarem no veículo deverão usar máscara e protetor facial.
- Para manter a distância dentro do veículo, é recomendável, nos ônibus, usar os assentos da janela, deixando o restante dos assentos livres.

HOSPEDAGEM NO HOTEL

Para efeitos de segurança sanitária são feitas as seguintes recomendações:

- Durante a estadia no hotel, fora do quarto, devem usar proteção facial e máscara.
- Os quartos devem ser devidamente desinfetados antes de serem ocupados, de acordo com os regulamentos administrativos aplicáveis. (*)
- Na chegada ao hotel, se possível, os atletas devem ter seus quartos designados e dirigir-se diretamente a eles. (*)

RECOMENDA-SE

- Quartos individuais para todos os integrantes da delegação.
- Todos os quartos no mesmo andar, na medida do possível.

EVITAR

- Deslocamentos desnecessários pelo hotel e locais onde possa haver aglomeração, bem como contato com estranhos à delegação.
- O uso de elevadores, na medida do possível. No caso de sua utilização, respeite a quantidade máxima autorizada pela autoridade competente, e evite estar de frente com terceiros.
- Serviço de limpeza por parte dos funcionários do hotel. (*)

As refeições (café da manhã, almoço, lanche e jantar) deverão ser em áreas isoladas e exclusivas para cada delegação, respeitando a distância de 2 metros entre terceiros.

Recomenda-se evitar refeições tipo buffet. As equipes deverão seguir as medidas de segurança estabelecidas por sua comissão técnica e nutricional. (*)

(*) Solicitamos às Equipes um controle rigoroso do cumprimento das medidas recomendadas.

DURANTE AS VIAGENS AÉREAS

- Desde a chegada ao aeroporto, e durante todo o voo, os integrantes da delegação deverão permanecer com máscara e proteção facial.
- Deverão seguir estritamente as orientações das autoridades sanitárias do aeroporto.

RECOMENDA-SE, NA MEDIDA DO POSSÍVEL:

- Solicitar às autoridades aeroportuárias embarque isolado ou solicitar prioridade de embarque.
- Respeitar a distância mínima de 2 metros entre cada pessoa.
- Lavar as mãos recorrentemente.

Fornecer a cada membro da delegação álcool gel (não superior a 100 ml) e/ou lenços umedecidos com álcool para uso durante o voo (levar em consideração as medidas de segurança do aeroporto quanto ao uso de álcool gel).

TERCEIRA PARTE
DURANTE A COMPETIÇÃO.

RECOMENDAÇÕES PARA AS PARTIDAS OFICIAIS

DISPOSIÇÕES ESPECÍFICAS PARA AS PARTIDAS DURANTE A COMPETIÇÃO

DURANTE A PARTIDA

- Proibição para Jogadores e Oficiais de cuspir e assoar o nariz antes, durante e depois da partida na área de competição (campo de jogo, banco reserva).
- Proibição para Jogadores e Oficiais de beijar a bola antes, durante e depois da partida.
- Obrigatoriedade para Jogadores e Oficiais de submeterem-se aos controles de temperatura antes da partida.
- Obrigatoriedade para Jogadores e Oficiais de usar garrafas individuais de água ou bebidas isotônicas.
- Proibição de trocar/presentear camisetas (novas/usadas) ou qualquer outra parte da roupa com rivais, companheiros de equipe ou qualquer outra pessoa.
- Proibição de troca de flâmulas e/ou presentes entre Jogadores e Oficiais.
- Caso seja habilitada a entrevista com o técnico, flash interview e/ou coletiva de imprensa pós-jogo, deverá ser utilizada máscara ou protetor facial, exceto no caso em que for respeitado o distanciamento social de 2 metros, situação em que não será necessário o uso de máscara ou protetor facial apenas no caso dos entrevistados (jogador e técnico).

NOS HOTÉIS E CENTROS DE TREINAMENTOS

- É proibido aos membros da Delegação (tanto jogadores como dirigentes) sair do hotel e/ou centros de treinamento, a menos que seja em condições previamente acordadas e organizadas e não implique o contato com ninguém de fora da sua Delegação*.
- É proibido aos membros da Delegação (tanto jogadores como oficiais) receberem visitas de terceiros em hotéis e/ou centros de treinamentos*.

(*) A violação destes parágrafos acarretará na imposição das seguintes sanções ao Jogador e/ou Oficial, pela Comissão Disciplinar da CONMEBOL:

- Pela primeira infração: multa não inferior a USD 15.000.
- Por uma segunda infração ou subsequente: multa não inferior a USD 30.000.
- Em casos graves, as equipes serão categoricamente responsáveis pelo comportamento de seus jogadores e oficiais e estão sujeitas a sanções.

As instruções sobre o operacional da partida constarão do Protocolo de Operações, sendo obrigatório seu cumprimento.

BIBLIOGRAFIA.

BIBLIOGRAFIA

1. Ammar A, Brach M, Trabelsi K, et al. Effects of COVID-19 Home Confinement on Eating Behaviour and Physical Activity: Results of the ECLB-COVID19 International Online Survey. *Nutrients*. 2020; 12:1583. (Artigo livre na internet)
2. Chen P, Mao L, Nassis GP, Harmer P, Ainsworth BE, Li F. Coronavirus disease (COVID-19): The need to maintain regular physical activity while taking precautions. *J Sport Health Sci*. 2020; 9:103-104.
3. Hughes D, Saw R, Perera NKP, Mooney M, Wallett A, Cooke J, Coatsworth N, Broderick C.J The Australian Institute of Sport framework for rebooting sport in a COVID-19 environment. *Sci Med Sport*. 2020; 23:639-663. (Artigo disponível)
4. Kannan S, Shaik Syed Ali P, Sheeza A, Hemalatha K. COVID-19 (Novel Coronavirus 2019) - recent trends. *Eur Rev Med Pharmacol Sci*. 2020; 24:2006-2011.
5. Borges do Nascimento IJ, Cacic N, Abdulazeem HM, von Groote TC, et al. Novel Coronavirus Infection (COVID-19) in Humans: A Scoping Review and Meta-Analysis. *J Clin Med*. 2020; 9:941. (Artigo livre na internet)
6. Yeo TJ. Sport and exercise during and beyond the COVID-19 pandemic. *Eur J Prev Cardiol*. 2020; 27:1239-1241.
7. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/duration-isolation.html>
8. Böger B, Fachi MM, Vilhena RO, et al. Systematic review with meta-analysis of the accuracy of diagnostic tests for COVID-19. *Am J Infect Control*. 2021 Jan;49(1):21-29.
9. Chakraborty C, Sharma AR, Sharma G, Bhattacharya M, Lee SS. SARS-CoV-2 causing pneumonia-associated respiratory disorder (COVID-19): diagnostic and proposed therapeutic options. *Eur Rev Med Pharmacol Sci*. 2020 Apr;24(7):4016-4026.
10. Dao TL, Hoang VT, Gautret P. Recurrence of SARS-CoV-2 viral RNA in recovered COVID-19 patients: a narrative review. *Eur J Clin Microbiol Infect Dis*. 2021 Jan;40(1):13-25.
11. Dramé M, Tabue Teguo M, Proye E, et al. Should RT-PCR be considered a gold standard in the diagnosis of COVID-19? *J Med Virol*. 2020; 92:2312-2313.

12. Hoang VT, Dao TL, Gautret P. Recurrence of positive SARS-CoV-2 in patients recovered from COVID-19. *J Med Virol.* 2020; 92:2366-2367.
13. Hong KH, Lee SW, Kim TS, et al. Guidelines for Laboratory Diagnosis of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) in Korea. *Ann Lab Med.* 2020 Sep;40(5):351-360.
14. Islam KU, Iqbal J. An Update on Molecular Diagnostics for COVID-19. *Front Cell Infect Microbiol.* 2020 Nov 10;10:560616.
15. Kang H, Wang Y, Tong Z, Liu X. Retest positive for SARS-CoV-2 RNA of "recovered" patients with COVID-19: Persistence, sampling issues, or re-infection? *J Med Virol.* 2020 Nov;92(11):2263-2265.
16. Long C, Xu H, Shen Q, et al. Diagnosis of the Coronavirus disease (COVID-19): rRT-PCR or CT? *Eur J Radiol.* 2020 May;126:108961.
17. Shyu D, Dorroh J, Holtmeyer C, et al. Laboratory Tests for COVID-19: A Review of Peer-Reviewed Publications and Implications for Clinical Use. *Mo Med.* 2020 May-Jun;117(3):184-195.
18. Tang YW, Schmitz JE, Persing DH, Stratton CW. Laboratory Diagnosis of COVID-19: Current Issues and Challenges. *J Clin Microbiol.* 2020 May 26;58(6):e00512-20.
19. Wan DY, Luo XY, Dong W, Zhang ZW. Current practice and potential strategy in diagnosing COVID-19. *Eur Rev Med Pharmacol Sci.* 2020 Apr;24(8):4548-4553.
20. Yüce M, Filiztekin E, Özkaya KG. COVID-19 diagnosis -A review of current methods. *Biosens Bioelectron.* 2021 Jan 15;172:112752.
21. Woelfel R, Corman VM, Guggemons W, et al. Clinical presentation and virological assessment of hospitalized cases of coronavirus disease 2019 in a travel-associated transmission cluster. *medRxiv.* 2020. 2020.2003.2005.20030502.
22. European Centre for Disease Prevention and Control. Guidance for discharge and ending isolation in the context of widespread community transmission of COVID-19-first update. Disponible en: <https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/covid-19-guidance>
23. <https://www.who.int/es/news-room/q-a-detail>

COLABORADORES DAS RECOMENDAÇÕES

Osvaldo Pangrazio - Presidente da Comissão Médica da CONMEBOL

Daniel Martínez - ARGENTINA

Donato Villani - ARGENTINA

Jaime Espinoza - BOLÍVIA

Jorge Pagura - BRASIL

Rodrigo Lasmar - BRASIL

Sergio Wey - BRASIL

Fernando Yañez - CHILE

Fernando Radice - CHILE

Gustavo Pineda - COLÔMBIA

Francisco Forriol - ESPANHA

Carlos Vela - EQUADOR

Patricio Maldonado - EQUADOR

Verónica Dioverti - ESTADOS UNIDOS

Ariel Fretes - PARAGUAI

Luis Mussi - PARAGUAI

Daniel Pineda - PARAGUAI

Raúl Huaman - PARAGUAI

Alberto Pan - URUGUAI

Matilde Miralles - URUGUAI

Javier Peralta - VENEZUELA

Juan Carlos Romero - VENEZUELA



- CONMEBOL -
COPA AMERICA
2021