



# PLANO DE GESTÃO DE RISCOS E SEGURANÇA

3ª Etapa do XXIII Campeonato de Orientação  
do Distrito Federal – 2019

Este documento é proposta de gestão de riscos e segurança para a 3ª Etapa do XXIII Campeonato de Orientação do Distrito Federal – 2019, que acontecerá no dia 22/09/2019. Tem por objetivo antecipar as ações de segurança a serem planejadas e executadas no evento de modo a preservar a saúde e integridade física dos atletas participantes. Esta versão deverá ser apreciada pelo Gestor de Segurança, pela Diretora da Prova e pelo Árbitro do Evento e FODF.

Patrícia e Suely  
Versão final



## Plano de Gestão de Riscos e Segurança

### 3ª Etapa do CODF 2019

---





## 1. APRESENTAÇÃO

O Clube de Orientação Tiradentes - COTi e a Federação de Orientação do Distrito Federal – FODF apresentam seu Plano de Gestão de Riscos e Segurança referente à 3ª Etapa do XXIII Campeonato de Orientação do Distrito Federal – 2019.

## 2. OBJETIVOS

O objetivo deste plano é antecipar as ações de segurança a serem planejadas e executadas no evento de modo a preservar a saúde e integridade física dos atletas participantes.

## 3. A INSTITUIÇÃO CEDENTE DO EVENTO

Federação de Orientação do Distrito Federal – FO-DF – CNPJ: 02.950.654/0001-01, pessoa jurídica de direito privado, de caráter esportivo, educacional e cultural, sem fins lucrativos, que tem como finalidade coordenar, em todo Distrito Federal, a prática desportiva da Orientação.

## 4. A INSTITUIÇÃO CESSIONÁRIA

Clube de Orientação Tiradentes – COTi – CNPJ 11.021.261/0001-04, entidade desportiva de natureza privada, sem fins econômicos, que é a entidade cessionária da 3ª Etapa do XXIII Campeonato de Orientação do Distrito Federal – 2019.

## 5. DADOS DO EVENTO

### a. Comissão Organizadora:

|                                       |   |
|---------------------------------------|---|
| Árbitro do Evento                     | Antônio José Paula da Silva (61) 98209-7263   |
| Diretora da Prova                     | Suely Gonçalves dos Santos (61) 98151-8991  |
| Diretora Administrativa               | Maria Inês da Silva Barros Azevedo (61) 99102-3443  |
| Diretor Técnico                       | Juarez Abrantes (61) 99234-3474   |
| Secretaria Geral                      | Maria Verônica da Silva Simões (61) 99399-9971  |
| Mapeador                              | Gilnei Weber e Gelson Andrei Togni, reambulado em 2019 por Antonio Dmeterko, Alberto Magno C Melo, Juarez Abrantes e Suely Santos |
| Traçadores de Percursos               | Antônio Dmeterko (61) 98114-6072  |
| Controlador de Partida                | Roberto da Silva Alves (61) 99645-0589  |
| Controlador de Chegada                | Maria Inês da Silva Barros Azevedo (61) 99102-3443  |
| Controlador de Apuração               | Nathaniel Pereira da Silva (99169-2222)   |
| Montadores de Percursos               | Antônio Dmeterko, Alberto Magno C Melo (61) 98138-7976, José Ferreira Barros e Juarez Abrantes                                    |
| Plano de Gestão de Riscos e Segurança | Patrícia dos Santos Carvalho  |



Ambulâncias contratadas a Islife Ltda. Uma ambulância deve ficar na arena de partida no Restaurante Rural Entre Lagos e outra deve ficar nas proximidades da administração da RM Clínica.

**b. Cronograma de atividades**

| Data             | Horário       | Atividade  | Local   |
|------------------|---------------|--|---|
| 21 Set 19<br>SAB | 08:00 – 17:00 | Montagem dos percursos e preparação da arena               | Restaurante Rural Entre Lagos – Sobradinho e RM Clínica |
| 22 Set 19<br>DOM | 06:00 – 08:00 | Montagem e conferência dos percursos e preparação da arena | Restaurante Rural Entre Lagos - Sobradinho              |
|                  | 08:00 – 11:00 | Chegada dos atletas  | Restaurante Rural Entre Lagos - Sobradinho              |
|                  | 08:30         | Cerimônia de Abertura                                      | Restaurante Rural Entre Lagos - Sobradinho              |
|                  | 09:00 – 13:00 | Percurso Tradicional e Encerramento                        | Restaurante Rural Entre Lagos - Sobradinho              |

## 6. AÇÕES DE SEGURANÇA

As ações de segurança encontram-se declinadas no quadro a seguir:

| PLANILHA CONTROLE DE GESTÃO DE RISCOS E SEGURANÇA |   |   |                           |   |  |
|---|---|---|---------------------------|---|--|
| Atividade   | Perigo  | Danos   | Probabilidade de do Risco | Controle Operacional  | Tratamento   |
| Percursos   | Ataque de abelhas e/ou vespas e/ou marimbondos. | Ferroadas, desconforto, inchaços localizados, alergias. | Baixo                     | Controle da organização, Equipe de saúde em condições de chegar até o ferido, medicamentos apropriados para o atendimento, evacuação. | Isolamento de locais onde tenham abelhas com fita zebraada, Identificação no mapa dos locais de perigo como área perigosa. |



| PLANILHA CONTROLE DE GESTÃO DE RISCOS E SEGURANÇA |                                |   |                        |  |  |
|---|--------------------------------|---|------------------------|--|--|
| Atividade   | Perigo                         | Danos   | Probabilidade do Risco | Controle Operacional   | Tratamento   |
| Percursos   | Insolação.                     | Dor de cabeça, tontura, transpiração excessiva, queimaduras causadas pelo sol, desidratação, febre, convulsão, danos cerebrais. | Médio                  | Pontos de água espalhados pela área.<br><br>Informações nos boletins e na abertura do evento no dia da competição. | Usar protetor solar FPS 30 ou mais, beber água 2 horas antes da competição, durante e depois da competição (não alcoólico).<br><br>Consuma alimentos leves (frutas e verduras).<br><br>Remover o atleta para local fresco, ventilar a roupa, recostar o atleta mantendo a cabeça elevada, oferecer água ou líquido não alcoólico, borrifar água no corpo, aplicar compressas de água fria na testa, pescoço, axilas e virilhas, banho frio ou roupas encharcadas, levar para o hospital. |
|   | Carrapatos                     | Picadas, desconforto, inchaços localizados, alergias  | Alta                   | Divulgação nos boletins do evento e na abertura da competição no dia do evento.                                    | O atleta deverá fazer a prevenção de praxe aos alérgicos.  |
|   | Picadas de animais peçonhentos | Picadas, desconforto, inchaços localizados, alergias  | Baixa                  | Comunicação com equipe de saúde para pronto atendimento  | Atendimento pela ambulância e/ou deslocamento para o hospital  |
|   | Travessia de ruas e estradas.  | Escoriações, entorses, fraturas, concussões.  | Baixo                  | Comunicação com equipe de saúde para pronto atendimento  | Aviso prévio aos atletas e motoristas que trafegarem no local.   |



| PLANILHA CONTROLE DE GESTÃO DE RISCOS E SEGURANÇA |   |   |                        |  |   |
|---|---|---|------------------------|--|---|
| Atividade   | Perigo  | Danos   | Probabilidade do Risco | Controle Operacional   | Tratamento  |
| <b>Per<br/>curs<br/>os</b>                        | Pisar em buracos ou tropeçar em objetos e/ou arames farpados. | Escoriações arranhões, perfurações, lesões.                         | Médio                  | No traçado de percursos evitar áreas de riscos   | Orientar os atletas a usarem caneleiras, observar onde pisa, em especial nas áreas abertas com capim..  |
|   | Queda em pedras   | Quedas, escorregões, graves fraturas, luxações, morte.              | Alta                   | Sinalização na área perigosa, identificação de área perigosa no mapa                   | Isolamento com fita zebraada na área, sem passagem de rotas no local  |
|   | Área pedregosa  | Escorregões e quedas em penhascos, pedras soltas e/ou escorregadias | Alta                   | Áreas de concentração de pedras indicadas no mapa.                                     | Usar uniforme e calçado adequado, caneleira,<br><br>Atendimento pela ambulância e/ou deslocamento para o hospital   |
|   | Travessia de linha d'água                                     | Afogamentos   | Baixo                  | Controladores nos locais de passagem.  | Passagem obrigatória pelos pontos indicados no mapa.  |
|   | Charcos e nascentes   | Atoleiro, buraco  | Médio                  | Áreas sinalizadas no mapa, percursos desviados das nascentes.                          | Afundamento parcial dos pés, risco de queda em nascentes.<br><br>Amarrar bem o calçado, desviar dos charcos e nascentes.<br><br>Não beber água diretamente das nascentes. |
|   | Queda em barrancos  | Graves fraturas, morte  | Baixa                  | Sinalização com fita zebraada na área perigosa, identificação de área perigosa no mapa | Isolamento com fita zebraada na área, sem passagem de rotas no local  |
|   | Espinhos (tipo cipó – unha de gato)                           | Arranhões   | Médio                  | Para categorias A e E  | Usar uniforme completo, desviar das plantas com espinhos.   |



| PLANILHA CONTROLE DE GESTÃO DE RISCOS E SEGURANÇA |                                     |           |                        |                       |   |
|---|-------------------------------------|-----------|------------------------|-----------------------|---|
| Atividade   | Perigo                              | Danos     | Probabilidade do Risco | Controle Operacional  | Tratamento  |
| Percurso  | Espinhos (tipo cipó – unha de gato) | Arranhões | Médio                  | Para categorias A e E | Usar uniforme completo, desviar das plantas com espinhos. |
|   |                                     |           |                        |                       |   |

## 7. DESENVOLVIMENTO DO PLANO

### 7.1- APOIOS EXISTENTES NO LOCAL DO EVENTO

Uma Unidade de Resgate (UR) localizada próximo a arena de chegada e uma Unidade de Resgate (UR) localizada próximo ao portão principal da RM Clínica.

### 7.2- APOIOS EXISTENTES NAS CIDADES PRÓXIMAS

#### **Hospital Regional do Paranoá**

Quadra 2, conjunto K, lote 1, Setor Hospitalar – CEP: 71.570-130

Telefone: (61) 2017-1550

Diretora: Christie

#### **Diretoria de Vigilância Epidemiológica**

Endereço: Setor Recreativo Parque Norte – SRPN, Estacionamento 5 – Salas 01 a 16 - Asa Norte, Brasília – DF. CEP 70.070-701

Telefone: 2017-1056

E-mail: [divep.gatea@saude.df.gov.br](mailto:divep.gatea@saude.df.gov.br)

Diretor: Delmason Soares Barbosa de Carvalho



**20º Batalhão da Polícia Militar**

Área Especial Q 33 Administração do Paranoá Lote 1 - Paranoá, Brasília – DF,  
CEP 71.297-303

Telefone: (61) 3910-1800 ou **190**

E-mail: 20bpm.pmdf@ gmail.com

**6º Delegacia de Polícia**

Quadra 33 AES/N – Paranoá, Brasília – DF. CEP: 71.573-303

Telefone: (61) 3207-6759 / 3207-6751 / 3207-6793 / 3207-6731 ou **197**

**10º GBM - Corpo de Bombeiro**

Quadra 33, Lote 03, Paranoá, Brasília – DF. CEP 71.570-010

Telefone: (61) 3901-2940 e 3901-2941 ou **193**

– 7.3 - POSIÇÃO DAS EQUIPES DE APOIO

**a) Dia 22 de setembro de 2019 – 08:00 – 14:00 horas**

- carro do Chefe de Equipe Percursos: junto à Ambulância.
- Equipe de percursos e resgate: na chegada do percurso.
- Equipe de Segurança: circulando pela área do mapa.
- Ambulâncias: no estacionamento do Restaurante Rural Entre Lagos e da RM Clínica.

7.4 – PROCEDIMENTOS GERAIS DAS EQUIPES DE APOIO

**a) Acidente leve**

Verificar se o atleta tem condições de prosseguir no percurso, caso contrário providenciar a evacuação.

**b) Acidente grave**

Em caso de acidente grave (que a vítima perca a capacidade de locomoção), o atleta deverá ser socorrido por uma comissão composta por cinco pessoas, formada

Quadra 04 Sul, Bloco B, lote 07, Brazlândia, Brasília – DF, CEP 72715-542

Fone: (61)98151-8991 Suely - E-mail: contato@coti.org.br



pelo Chefe Equipe Percursos, dois socorristas e dois membros equipe. O Chefe Equipe possui a atribuição de organizar a ação, prover os recursos materiais e humanos e a comunicação aos BOMBEIROS, para transporte da vítima ao hospital.

Atendimento a vítima: O Chefe Equipe deverá manter a calma e avaliar a situação antes do início das ações de socorro, a fim de verificar possíveis riscos e perigos adicionais que possam estar presentes no cenário e a possibilidade de a vítima ainda estar viva, de acordo com a gravidade da lesão (Ex.: Esmagamento do crânio indicativo de óbito); após avaliação circunstancial o Chefe Equipe deverá acionar o CORPO DE BOMBEIROS.

Os socorristas deverão iniciar as ações por meio da avaliação preliminar da vítima, observando existência de deformidades indicativas de ossos quebrados, danos na coluna, hemorragias, perfurações ou esmagamento de órgãos, presença dos sinais vitais, etc. priorizando as manobras de reanimação cardiopulmonar, contenção de hemorragias, imobilização de membros e transporte da vítima, nessa ordem ou conforme o caso;

Transporte da vítima: após a prestação dos primeiros socorros imediatos, a vítima deverá ser colocada na maca de emergência e transportada até o local de acesso da ambulância da entidade de socorro, se for o caso;

Após a chegada da entidade de socorro, o Chefe Equipe deverá cessar as ações de socorro, entregar a vítima aos cuidados dos paramédicos e informar rapidamente as circunstâncias do sinistro, bem como, informar qual hospital a unidade de socorro levará o acidentado.

Em seguida, o Chefe Equipe deverá informar a ocorrência aos familiares do acidentado e dirigir-se a unidade hospitalar informada a fim de prestar a ajuda necessária a vítima e seus familiares;

### **c. Acidente fatal**

No caso de ocorrência de acidente fatal, Chefe Equipe deverá articular-se da seguinte forma:

Isolar o local diretamente relacionado ao acidente, preservando suas características, até a liberação pela autoridade policial competente, conforme legislação em vigor;



Comunicar o acidente de imediato aos organismos competentes nos níveis Federal, Estadual e Municipal;

Providenciar, com a máxima urgência, para que os familiares sejam notificados do ocorrido, fornecendo o devido apoio social;

A instituição de uma comissão de investigação, em até 48 (quarenta e oito) horas, após o acidente, para, no prazo máximo de 15 (quinze) dias, identificar as causas e recomendar medidas que se façam necessárias para evitar acidentes semelhantes fica a cargo da CBO;

Elaborar um relatório contendo, no mínimo: -Descrição do acidente; -Local preciso, com croquis; -Dados relativos às pessoas acidentadas; -Causas imediatas e básicas; -Providências a serem tomadas, visando prevenir repetição;

Garantir à comissão, autoridade e autonomia suficientes para conduzir as investigações sem quaisquer restrições.

## 7.4 – PROCEDIMENTOS ESPECÍFICOS DAS EQUIPES DE APOIO

### a) Acidente com abelhas

Na maioria das vezes, a picada da abelha não é grave. Ela causa apenas um pouco de dor, coceira e inchaço. No entanto, é importante tomar alguns cuidados para que a situação não se torne mais grave.

Diferente dos outros insetos, como mosquito, marimbondo e vespa, as abelhas deixam o ferrão nas suas vítimas logo após a picada. Na hora de socorrer, é importante retirá-lo e fazer o curativo adequadamente.

Confira a seguir como proceder em casos de picada de abelha:

- Lave a região picada com água gelada.
- Com a ajuda de uma pinça ou agulha, remova o ferrão da abelha.
- Aplique gelo envolto a um pedaço de tecido no local da picada para diminuir o inchaço. Deixe agir por 20 minutos.

• Também é possível aplicar uma pomada cicatrizante ou inflamatória para tratar a picada. O local deve secar sem nenhum tipo de cobertura.



Quando uma pessoa tem alergia à abelha, a situação muda de figura. Ela deve ser levada imediatamente ao hospital para que os procedimentos de emergência sejam tomados pela equipe médica.

Os principais sintomas de reação alérgica são: inchaço dos tecidos da garganta, boca ou rosto, respiração ofegante, dificuldades para respirar, batimentos acelerados, tontura, inquietação, urticárias em outras áreas do corpo e queda repentina da pressão sanguínea.

Isolar a área com fita zebraada.

Os atletas alérgicos deverão conduzir apitos e seus remédios.

#### **b) Acidente com animais peçonhentos**

- Não fazer sucção do veneno;
- Não espremer o local da picada;
- Não dar nada alcoólico, querosene ou fumo para o acidentado;
- Não fazer torniquete, impedindo a circulação do sangue: isso pode causar gangrena ou necrose local;
- Não cortar ou queimar o local da ferida;
- Não fazer aplicação de folhas, pó de café ou terra sobre a ferida, sob o risco de infecção;
- Manter a pessoa em repouso, evitando o seu movimento para que não favoreça a absorção do veneno;
- Manter a região picada no mesmo nível do coração ou, se possível, abaixo dele;
- Localizar a marca da picada e limpar o local com água e sabão ou soro fisiológico;
- Cobrir o local com um pano limpo;
- Remover anéis, pulseiras e outros objetos que possam prender a circulação sanguínea, em caso de inchaço do membro afetado;
- Levar a pessoa imediatamente para o pronto-socorro mais próximo ou ligar para o serviço de emergência;
- Tentar identificar que tipo de animal atacou a vítima, observando cor, tamanho e características dele;
- Se possível, levar o animal causador do acidente para identificação;



➤ No caso de acidentes causados por escorpiões, aranha-armadeira e viúva-negra, recomenda-se fazer compressas mornas no local e analgésicos para alívio da dor.

## 7 - REGISTROS DE ACIDENTES

Os registros de acidentes serão feitos na Ficha conforme modelo abaixo:

| FICHA REGISTRO DE ACIDENTES |                      |                      |                                    |                   |  |
|-----------------------------|----------------------|----------------------|------------------------------------|-------------------|--|
| Evento:                     |                      |                      | Organizador:                       |                   |  |
| Data:                       |                      |                      | Local:                             |                   |  |
| Nr                          | Atividade            | GDH                  | Fato                               | Envolvidos        | Descrição Detalhada  |
| 01                          | Prova Tradicional    | 20/08/17<br>às 10:32 | Escorregão de atleta em galho seco | Atleta 22222 João | No momento em que o atleta 22222 João realizava seu percurso na prova tradicional, ao descer pela encosta que existe entre os pontos 2 e 3 de seu percurso, veio a escorregar e cair no chão, sofrendo escoriações leves. Foi socorrido pela equipe de apoio e encaminhado a equipe médica no qual foi medicado. O atleta foi liberado para continuar na competição. Segue anexo mapa para melhor entendimento |
| 02                          | Percurso Tradicional | 20/08/17<br>às 11:20 | Atleta com corte no joelho         | Atleta 22222 João | O atleta 22222 João sofreu um corte no seu Joelho direito em uma cerca de arame quando foi transpor o obstáculo, entre o ponto 1 e 2 de seu percurso. Foi atendido pela equipe médica e encaminhado ao Hospital da cidade para a realização de sutura.   |

## 9. - CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente Plano deve ser de conhecimento de todos da Comissão Organizadora.

Os atletas devem estar cientes da “Regra 42- Os competidores que participam de uma prova são responsáveis pelos riscos e acidentes que venham a sofrer no deslocamento,



## Plano de Gestão de Riscos e Segurança

### 3ª Etapa do CODF 2019

---

---

concentração e execução dos percursos. O seguro contra acidentes é de responsabilidade do atleta ou do clube a que ele pertence”.

---

Antonio Dmeterko – Gestor de Segurança

---

Suely Gonçalves dos Santos – Diretor de Prova

---

José Antônio Paula da Silva – Árbitro do Evento