PARA DEPORTISTAS, FAMILIAS E ADESTRADORES

SAÚDE, SEGURIDADE E XOGO LIMPO

Que contar ao adestrador e que facer se hai un accidente

IDEA CLAVE

Non ocultes lesións nin doenzas: avisa o adestrador. O CAS non ten protocolo propio de accidentes: segue o de Xogade ou o da licenza federativa (RRI, 5.9).

✓ FAI

- Avisa o adestrador ou a directiva de calquera problema de saúde que afecte ao deporte, teu ou dun menor (Código de Conduta, 4.1).
- Se tes unha dor que non pasa, cóntao antes de adestrar. Segue as indicacións médicas e informa das que afecten (Código de Conduta, 4.1).
- Accidente: se é urxencia ou dubidas, chama ao 112. Recomendámolo.
- Accidente: avisa axiña o adestrador ou adestradora responsable e, se é menor, a súa familia. Recomendámolo.
- Accidente: conta o que pasou á secretaría ese mesmo día. Recomendámolo.

✗ NON FAGAS

- Adestrar ou competir escondendo unha lesión (Código de Conduta, 4.1).
- Usar medios ou substancias ilícitas para mellorar os resultados: a dopaxe é falta moi grave (RRI, art. 10, falta 7).
- Presionar un menor para que compita lesionado (Código de Conduta, 4.3).

CASO

Antón leva dúas semanas cunha dor no xeonllo. Non quere perder a carreira do domingo en Sada, e cala.

Que debería facer Antón?

→ Contalo antes da carreira. O Código pide non ocultar doenzas que poidan poñer en risco a saúde (Código de Conduta, 4.1).

ONDE ESTÁ ESCRITO

Código de Conduta, 3: medidas disciplinarias · Código de Conduta, 4.1: saúde · Código de Conduta, 4.3: menores · Código de Conduta, 4.7: seguridade · Código de Conduta, 7.1: persoal contratado · RRI, 5.9: accidentes · RRI, 7.1.g: seguridade e hixiene · RRI, art. 10: dopaxe (falta 7)

Dúbidas: Pregúntalle ao teu adestrador ou adestradora, ou escribe á secretaría: cas.secretaria.club@gmail.com. Dopaxe ou outro risco grave, ou se só o podes contar de forma anónima: canle interna (Canle Responsable).

socios.clubatletismosada.com/post/guia-saude-e-xogo-limpo

Versión 1 · xaneiro 2027 · Club Atletismo Sada