



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE FUTEBOL

ANEXO 1

RECOMENDAÇÕES DA COMISSÃO NACIONAL DE MÉDICOS DO FUTEBOL SOBRE AS PARADAS MÉDICAS QUE SERÃO REALIZADAS NOS JOGOS DAS ONZE HORAS

Após reunião realizada por um grupo de especialistas junto à Diretoria de Competições na sede da CBF, ficou enunciada a seguinte determinação:

PARADA MÉDICA:

Fica determinado que, em todos os jogos realizados às onze horas, haverá **PARADAS MÉDICAS** com duração de 3 minutos cada, a primeira aos 30 e a segunda aos 75 minutos de jogo, tendo como referência os procedimentos adotados na Copa do Mundo FIFA 2014.

Objetivo:

O objetivo específico das **PARADAS MÉDICAS** nos jogos realizados neste horário das onze horas é de minimizar o estresse térmico dos atletas.

Recomendações médicas:

- 1) Durante as **PARADAS MÉDICAS** os atletas deverão ter acesso à:
 - a. Líquidos com ou sem eletrólitos para ingestão;
 - b. Líquidos para molhar regiões corporais;
 - c. Toalhas molhadas, esponjas ou similares para resfriamento corporal;
 - d. Carboidratos que podem ser servidos em forma de gel, líquido, ou frutas.
- 2) O clube poderá solicitar à CBF, a autorização especial para que mais **dois** profissionais de saúde possam entrar, exclusivamente para auxiliar durante os procedimentos das **PARADAS MÉDICAS**.

OUTROS ASPECTOS

Recomenda-se:

- 1) A escolha de vestimenta mais apropriada (cor, textura e propriedade de absorção de suor / evaporação), considerando as questões climáticas de incidência de sol e temperatura / umidade.
- 2) Troca do uniforme no intervalo da partida.
- 3) Aplicação das medidas descritas das **PARADAS MÉDICAS** também durante o intervalo da partida.

OBS1: Esta determinação não deverá ser aplicada em casos de:

- Temperatura abaixo de 28° C

- Ocorrência de chuva

OBS2: Todas estas recomendações são suportadas por literatura específica.

OBS 3: Esta orientação passa a valer a partir de sua publicação.

Rio de Janeiro, 26 de Agosto de 2015