



IV Campeonato Metropolitano de Orientação de Brasília

CMOB 2026

PLANO DE GESTÃO DE RISCOS E SEGURANÇA (PGRS)

TODOS OS PARTICIPANTES DO IV CAMPEONATO METROPOLITANO DE ORIENTAÇÃO DE BRASÍLIA – CMOB 2026, NA CONDIÇÃO DE ATLETA, FAMILIARES OU INTEGRANTES DA COMISSÃO ORGANIZADORA, **DEVERÃO** TOMAR CONHECIMENTO DO PLANO DE GESTÃO DE RISCOS E SEGURANÇA E SUAS ORIENTAÇÕES.

RESSALTA-SE QUE É **OBRIGAÇÃO DO ATLETA CONHECER** AS REGRAS DA MODALIDADE, COM ESPECIAL ATENÇÃO AS ÁREAS PERIGOSAS OU PROIBIDAS, E COMO ESTAS SÃO REPRESENTADAS POR MEIO DAS SIMBOLOGIAS ESPECÍFICAS DA MODALIDADE.

COMO DIVULGADO EM BOLETINS, INFORMATIVOS E MÍDIAS SOCIAIS, AS REGIÕES DA COMPETIÇÃO APRESENTAM ÁREAS COM CARACTERÍSTICAS ESPECIAIS DA ÁREA RURAL E NATURAL, COMO “**VALAS, CERCAS, GADO, ANIMAIS SILVESTRES, PEDRAS, BURACOS, BARRANCOS E VIAS PÚBLICAS NÃO INTERDITADAS PARA O TRÂNSITO DE VEÍCULOS**”, DEVENDO SER REDOBRADA A ATENÇÃO NAS SIMBOLOGIAS EMPREGADAS E O RESPEITO ABSOLUTO ÀS ÁREAS PERIGOSAS E PROIBIDAS.

BRASÍLIA - DF, 7 DE JULHO DE 2026.

1. APRESENTAÇÃO

A Federação de Orientação do Distrito Federal – FODF e o Projeto Se Orienta DF apresentam o Plano de Gestão de Riscos e Segurança vigente para o **IV Campeonato Metropolitano de Orientação de Brasília – CMOB 2026**.

2. OBJETIVOS

- a. Mitigar os riscos à segurança dos participantes (atletas e comissão organizadora) na Etapa referenciada; e
- b. Padronizar condutas e procedimentos a serem adotados pelos participantes em casos de acidentes, efetivo ou potencial, que possam ocorrer no evento.

3. RESPONSABILIDADES

a. Federação de Orientação do Distrito Federal – FODF

Estabelecer regras gerais para a gestão de segurança nos eventos (oficiais e não oficiais) da modalidade Orientação;

Fiscalizar, por intermédio do Árbitro, o cumprimento do Plano de Gestão de Riscos e Segurança; e

Solicitar à CBO, em caso de acidente fatal, a nomeação de uma Comissão de Investigação para apuração de acidentes, garantindo a independência dos trabalhos, atribuindo responsabilidades com fundamento no relatório apresentado.

b. Comissão Organizadora (Projeto Se Orienta DF)

Estabelecer regras específicas para a gestão de segurança do evento, considerando o tipo de competição e suas condicionantes;

Publicar, como anexo ao Boletim Informativo, o Plano de Gestão de Riscos e Segurança do evento, considerando as especificidades do evento;

Elaborar e publicar um Informativo de Segurança, reunindo as principais informações deste plano, incluindo imagens e mostras do mapa; e

Designar o Gestor de Segurança do evento.

c. Atletas

Conhecer e cumprir o Plano de Gestão de Riscos e Segurança;

Prestar os primeiros socorros ao acidente, caso tenha condições de fazê-lo, ou informar à organização do evento o ocorrido;

Conhecer as especificações dos mapas de Orientação ISSOM e ISSprOM, em especial aquelas que tratam de áreas proibidas ou perigosas para a prática da modalidade;

Conhecer e respeitar o traçado do percurso, em especial as especificações que

representam situações e obstáculos, naturais ou artificiais, que coloquem ou possam colocar em risco a segurança do competidor (penhascos, cursos d'água, vias de tráfego de veículos, dentre outros);

Conhecer e respeitar suas condições físicas e biológicas quanto à execução do percurso, não se colocando em situação que possa oferecer risco à sua integridade física;

Cumprir a regra que trata da responsabilidade pelo seguro pessoal regra 6.6 – ROP 2026; e

Cumprir todas as orientações específicas quanto à segurança emitidas pela organização do evento, caso existam.

4. DADOS DO EVENTO

a. Comissão Organizadora

FUNÇÃO	NOME	TELEFONE
Diretor Geral do Evento	JOSÉ FERREIRA DE BARROS	(61) 99666-7523
Diretor Técnico	HUMBERTO RIZZI DE AZEVEDO	(61) 99807-1096
Árbitro de Partida	BIANCA VILELA DE ALMEIDA	(61) 99246-1441
Árbitro de Chegada	THAIANE MACHADO R. DO PRADO	(61) 99123-1550
Mapeador e Traçador de Percursos	MARCO AURÉLIO T. DA COSTA	(61) 98311-3264
Montadores de Percursos	WESLEY OLIVEIRA FONSECA e ANTÔNIO JOSÉ PAULA DA SILVA	(61) 99845-5608 (61) 98209-7263
Gestor de Segurança	SIMEÃO F. SOUZA NETO	(61) 98209-5118

b. Programação do evento

Data	Horário	Atividade	Local
10 JUL 26	O dia todo	Montagem do evento	Cidade Eclética, Santo Antônio do Descoberto, GO
11 JUL 26	5:00 – 8:00h	Montagem do evento	
	8:00h	Limite para a montagem do evento e pronto para a verificação do Árbitro da Prova	
	8:20h	Cerimônia de abertura	
	9:00h	Partida dos primeiros atletas	
12 JUL 26	5:00 – 8:00h	Montagem do evento	
	8:00h	Limite para a montagem do evento e pronto para a verificação do Árbitro da Prova	
	9:00h	Partida dos primeiros atletas	
	12:00	Cerimônia de premiação e encerramento	

c. Árbitra

- Titular: CBO nº 4.471 **ALMIRA RODRIGUES DO PRADO TEIXEIRA** – (61) 98117-7832

5. REGRAS GERAIS DE SEGURANÇA

a. Acidentes com abelhas

✓ Na maioria das vezes, a picada de 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 grave; e

✓ 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 anti-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 zebra; e

✓ **Importante:** os atletas possuidores de alergia à ferroada de abelhas deverão conduzir seus remédios.

b. Acidentes 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; e
- ✓ 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.

6. PROCEDIMENTOS GERAIS DA COMISSÃO DE GESTÃO DE RISCOS

a. São listados, a seguir, procedimentos em casos de acidente

1) Acidente leve:

- ✓ Verificar se o atleta tem condições de prosseguir no percurso, caso contrário providenciar a evacuação; e
- ✓ O Socorro poderá ser efetuado por outro atleta, desde que seja possível acompanhar e dar apoio na locomoção.

2) Acidente grave:

- ✓ Em caso de acidente grave (que a vítima perca a capacidade de locomoção), o atleta deverá ser socorrido por uma Comissão de Apoio ao Gestor composta por 4 (quatro) pessoas, formada pelo Chefe da Equipe de Percursos, 1 (um) socorrista (da ambulância) e 2 (dois) membros da equipe de percursos;

O Gestor de Segurança possui a atribuição de organizar a ação, prover os recursos materiais e humanos e a comunicação à equipe da **Secretaria de Saúde de Santo Antônio do Descoberto**, para transporte da vítima ao hospital e preenchimento das fichas de acidente e ficha de baixa (dados da vítima, hospital e acompanhante);

- ✓ Atendimento a vítima: o Gestor de Segurança, ou a primeira pessoa que tiver contato com o acidentado, 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 e conforme o nível da gravidade o CORPO DE BOMBEIROS poderá ser acionado;

✓ O socorrista deverá 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, 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 ou veículo de socorro, se for o caso;

✓ Após a chegada ao Ponto de Atendimento da Arena, o Gestor de Segurança deverá cessar as ações de socorro, entregar a vítima aos cuidados da equipe de saúde e informar rapidamente as circunstâncias do sinistro ao Diretor Geral do Evento;

✓ O Diretor Geral do Evento deverá providenciar a elaboração da ficha de acidente e ficha de baixa (dados da vítima, hospital e acompanhante); e

✓ Com a maior brevidade possível, o Diretor Geral do Evento deverá informar a ocorrência aos familiares do acidentado, designando um representante para dirigir-se a unidade hospitalar informada a fim de prestar a ajuda necessária a vítima e seus familiares.

3) Acidente fatal:

✓ No caso de ocorrência de acidente fatal, o Chefe da Equipe de Percursos que é integrante da Comissão de Apoio ao Gestor, por conhecer a área terá a necessidade ir até o local do acidente, onde deverá adotar os seguintes procedimentos:

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

✓ Comunicar o acidente ao Diretor Geral que, por sua vez e de imediato, comunicará aos organismos competentes nos níveis Federal, Estadual e Municipal;

✓ O Diretor Geral do Evento providenciará, com a máxima urgência, para que os familiares sejam notificados do ocorrido, fornecendo o devido apoio social;

✓ A instituição de uma Comissão de Investigação, a ser nomeada pela CBO, em até 48 (quarenta e oito) horas, após o acidente, para, no prazo máximo de 15 (quinze) dias, identificar as causas do acidente, apurar as responsabilidades e recomendações a serem observadas a fim de mitigar eventos futuros; e

✓ O relatório da Comissão de Investigação deverá conter, no mínimo:

- Descrição do acidente;

- Local preciso, com fotografias, vídeo, croqui, dentre outros meios de representação da dinâmica do acidente;

- Dados relativos à(s) pessoa(s) acidentada(s);
- Causas imediatas e básicas; e
- Recomendações a serem observadas para aperfeiçoamento da gestão de riscos na prática da modalidade.

b. Áreas Perigosas

As áreas com potencial perigo de acidentes aos atletas serão demarcadas no terreno com fitas zebradas e também estarão representadas no mapa.

Essas áreas representam locais críticos de segurança que, caso não sejam respeitadas as especificações do mapa, do traçado do percurso e as recomendações gerais deste Plano, podem representar um potencial risco para a integridade dos participantes do evento.

7. DESENVOLVIMENTO DO PLANO

a. Apoios existentes nos locais do evento

1) Dias 11 e 12 de julho de 2026 – Percursos:

a) Uma ambulância com motorista/socorrista e um(a) profissional de enfermagem posicionado(a) na arena, próximo a chegada – a cargo da **Secretaria de Saúde de Santo Antônio do Descoberto**;

b) Equipe de Percursos e Resgate: na chegada do percurso (em condições de ser acionada e rapidamente entrar em ação);

c) Equipe de Segurança: na Arena ou circulando na área do mapa;

d) Veículo do Gestor de Segurança: junto à Ambulância; e

e) Em caso de necessidade de remoção do acidentado, a Organização do evento decidirá quanto à continuidade, ou não, da competição, caso não tenha outra equipe de pronto atendimento disponível no local da competição.

A ambulância presente na área da competição será da Secretaria de Saúde de Santo Antônio do Descoberto.

b. Apoios existente nas cidades próximas (hospitais de referência)

Hospital Municipal Dom Luiz Fernandes, Santo Antônio do Descoberto: R. 15, 1 - Quadra 65 – Centro - (61) 3626-5661

UPA Santo Antônio do Descoberto: R. Dr. Benedito de Paiva e Silva, 518 - Mansões Bittencourt.

Pronto Socorro Hospital de Base (Asa Sul): St. Médico Hospitalar Sul Área Especial Quadra 101 - Asa Sul, Brasília – DF - (61) 3550-8900 (**ortopedia** e traumatologia)

CIATOX Brasília – incidentes com animais peçonhentos (Soro para lagarta, cobra)

Telefone: 0800 644-6774, (61) 99288-9358, 0800 722-6001, 3325-6773, 3225-6512

E-mail: ciatdf@saude.df.gov.br

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: 3323-9492

E-mail: divep@saude.df.gov.br

c. Serviços de Segurança Pública

Polícia Militar de Goiás (PMGO)

52º BPM: (61) 3626-1138

Emergências: 190

Polícia Civil de Goiás (PCGO)

Delegacia de Polícia de Santo Antônio do Descoberto: (61) 3626-0421

Emergência e denúncias: 197

Corpo de Bombeiros Militar de GO (CBMGO)

3º PBMGO (61) 3606-1649

Emergência: 193

8. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os atletas devem estar cientes das ROP 2026.

Apêndice 5 - GESTÃO DE RISCO E SEGURANÇA EM COMPETIÇÕES

1.3 – “Os competidores que participam da prova são responsáveis pelos riscos e acidentes que venham a sofrer no deslocamento, concentração e execução dos percursos. O seguro contra acidentes é de responsabilidade do atleta ou do clube a que ele pertence”.

Telefones úteis, em caso de emergência.

Serviço	Telefone
Bombeiros	193
SAMU	192
Polícia Militar	190
Polícia Rodoviária Federal	191
Centro de Atendimento à Mulher	180

Brasília - DF, 7 de julho de 2026.

SIMEÃO FERNANDES SOUZA NETO – CBO 9.797

Gestor de Segurança

JOSÉ FERREIRA DE BARROS – CBO nº 471

Diretor Geral do IV CMOB

Aprovado:

ALMIRA RODRIGUES DO PRADO TEIXEIRA – CBO nº 4.471

Árbitra do IV CMOB

Anexo A – FICHA REGISTRO 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 Floresta	11/07/26 às 9:10h	Queda com lesão	Atleta 00000 Fulano de Tal	No momento em que o atleta Atleta 00000 Fulano de Tal realizava seu percurso na prova tradicional, ao correr pela trilha entre os pontos X e Y, caiu e torceu o tornolezo, tendo a partir de tal fato, impossibilitado de continuar seu deslocamento no decorrer do percurso. O (a) atleta foi atendido pela equipe de apoio médico e encaminhado ao Hospital xxxxxx Segue anexo mapa para melhor entendimento (detalhar o fato conforme relato do(a) atleta e/ou testemunhas do fato.
02	Prova Floresta	12/07/26 às 10:00h	Queda com lesão	Atleta 00000 Fulano de Tal	No momento em que o atleta Atleta 00000 Fulano de Tal realizava seu percurso na prova tradicional, ao correr pela trilha entre os pontos X e Y, caiu e torceu o tornolezo, tendo a partir de tal fato, impossibilitado de continuar seu deslocamento no decorrer do percurso. O (a) atleta foi atendido pela equipe de apoio médico e encaminhado ao Hospital xxxxxx Segue anexo mapa para melhor entendimento (detalhar o fato conforme relato do(a) atleta e/ou testemunhas do fato.

Anexo B – QUADRO DESCRITIVO DO PGS – SITUAÇÕES GERAIS

PERIGO Características	Dano	Probabilidade	Controle Operacional	Tratamento
Relevo (penhascos intransponíveis, barrancos íngremes, buracos fundos e área pedregosa)	Quedas, entorses, fraturas múltiplas e lesões graves, podendo ser fatais.	Baixa	Alertar atletas, identificação de área perigosa no mapa.	Buracos perigosos: todos isolados com fita zebrada. Demais áreas: sinalizar para o resgate as áreas prováveis de ocorrência. Divulgação aos atletas em boletim informativo.
Área pedregosa (pedras soltas e ou escorregadias)	Pisar em buracos ou tropeçar em objetos. Escoriações, entorses ou fraturas.	Média	Alertar atletas, fazer uso de calçado adequado, usar artifício esportivo para evitar entorses.	Com os símbolos específicos no Mapa.
Abelhas, carrapatos (ataque de abelhas e marimbondos e outros insetos - pouca incidência na área)	Ferroadas, desconforto, alergias, inchaço, choque anafilático. Alergia e coceiras.	Média	Abelha: identificar no mapa, não cruzar a área com o percurso. Carrapatos: prevenção de praxe aos alérgicos.	Medicamentos apropriados para atendimento e evacuação. Os alérgicos deverão portar apitos e seus medicamentos. Equipe de saúde em condições de chegar até o ferido.
Área aberta com capim (pisar em buracos ou tropeçar em objetos)	Escoriações, entorses, quedas ou fraturas.	Baixa	Alertar atletas (observar onde pisa).	Com os símbolos específicos no Mapa.

Espinhos (em cipós e vegetação rasteira)	Arranhões, principalmente em região descoberta pela vestimenta.	Baixa	Alertar atletas.	Uso de caneleira; cobrir toda a perna; uso de manga comprida; prender os cabelos; evitar uso de brincos; usar óculos.
Relevo (penhascos intransponíveis, barrancos íngremes, buracos fundos e área pedregosa)	Quedas, entorses, fraturas múltiplas e lesões graves, podendo ser fatais.	Média	Alertar atletas, identificação de área perigosa no mapa.	Buracos perigosos: todos isolados com fita zebrada. Demais áreas: sinalizar para o resgate as áreas prováveis de ocorrência. Divulgação aos atletas em boletim informativo.
Animais peçonhentos (aranha, escorpião, cobra)	Desconforto, alergias, inchaço, choque anafilático.	Baixa	Alertar atletas.	Equipe de percurso em pontos estratégicos para receber alerta dos atletas. Recomenda-se atenção.
Cercas (arame farpado)	Arranhões; rasgar a vestimenta	Média	Alertar atletas.	Uso de caneleira; redobrar a atenção em deslocamentos ao longo das cercas e ao transpô-las.
Insolação ou Intermação (efeitos do calor)	Principal característica é a desidratação, que deve ser revertida o mais rápido possível.	Baixa	Pontos de abastecimen to a cada 20 minutos de percurso.	Hidratação com soros fisiológicos.
Hipotermia (efeito do frio)	Tremores, pele fria, dificuldade para respirar e	Baixíssima	Uso de agasalhos e bom	Aquecer o organismo imediatamente;

	bradicardia. Confusão mental, fala lenta e confusa, fraqueza.		aquecimento na concentraçã o	cobrir a pessoa com cobertores e mantas térmicas, principalmente nas extremidades e retirar qualquer roupa molhada.
Gado (vacas com bezerros ou gado bravo)	Perseguição ao atleta.	Baixa	Prender o gado mais agressivo em currais reservados.	Orientar os atletas para desviar/desbordar de animais que porventura ofereçam risco.
Vias movimentadas	Atropelamento.	Baixa	Sinalizar ponto de passagem.	Equipe de percurso, organização, alerta em pontos estratégicos. Recomendações para ter atenção na travessia ou deslocamento ao longo da via. Sempre que possível, evitar o deslocamento no mesmo sentido dos veículos.