



# INFORMAÇÕES ESSENCIAIS

**PARA JOGADORES**

2021/22

NÍVEL: **PROFISSIONAL E SEMIPROFISSIONAL**





**FOR ALL**

# ÍNDICE

## 4-15 Questões no relvado

- 4-8 Cartões amarelos
- 9-10 Cartões vermelhos
- 12 Ação retrospectiva
- 12 Árbitros e Árbitros Assistentes circundantes
- 12 Confrontos de massa
- 12 Reação a ter de ser retirar do campo
- 13 Engano bem-sucedido de um Árbitro e dos Árbitros Assistentes
- 13-14 Gestos/Celebrações de golos/Espetadores/Pirotécnica/Vestuário
- 14 Contactos úteis

## 16-21 Antidopagem

- 16 Testes de drogas
- 17 Sanções disciplinares
- 18 Medicação
- 18-19 Suplementos
- 19-20 Requisito de localização Whereabouts
- 20 Relatar dopagem
- 20-21 Regulamentos relativos a Drogas sociais
- 21 Contactos úteis

## 22 Intermediários

## 23-24 Integridade relacionada com apostas

- 23 Apostas
- 23 Informações privilegiadas

23-24 Resultados combinados (incluindo viciação e falseamento de resultados)

24 Ofensas cometidas noutros desportos

24 Contactos úteis

## 24-25 Comentários na imprensa e redes sociais

## 26-29 Discriminação

## 30 Proteção da criança

## 31 Informação adicional





# QUESTÕES NO RELVADO

## QUANTOS CARTÕES AMARELOS POSSO RECEBER ANTES DE ME SER ATRIBUÍDA UMA INTERDIÇÃO AUTOMÁTICA?

A acumulação de 5, 10, 15 ou 20 Cartões Amarelos em jogos da liga pode resultar numa interdição automática na sua liga relevante. Os Cartões Amarelos acumulados em campeonatos são tratados em separado e podem resultar numa interdição automática do campeonato no qual foram recebidos os Cartões Amarelos.

Os limites para receber uma sanção na sequência de uma acumulação de admoestações são enunciados nas tabelas abaixo.



### Premier League, EFL Leagues, National League, Women's Super League e Women's Championship:

COMPETIÇÃO NA QUAL ACUMULOU ADMOESTAÇÕES	NÚMERO DE ADMOESTAÇÕES ACUMULADAS	LIMITE (INCLUSIVE)	SUSPENSÃO AUTOMÁTICA PARA O NÚMERO DE ADMOESTAÇÕES	CAMPEONATOS AOS QUAIS SE APLICA A SUSPENSÃO/SANÇÃO AUTOMÁTICA
Premier League	5	19 jogos da Premier League	1 jogo	Premier League
	10	32 jogos da Premier League	2 jogos	
	15	Último dia da mesma temporada	3 jogos	
	20	Último dia da mesma temporada	Conforme determinado por uma Comissão Reguladora	
EFL Leagues	5	19 jogos da EFL League	1 jogo	EFL Leagues
	10	37 jogos da EFL League	2 jogos	
	15	Último dia da temporada da liga relevante antes dos jogos do Play-off	3 jogos	
	20	Último dia da temporada da liga relevante antes dos jogos do Play-off	Conforme determinado por uma Comissão Reguladora	
National League	5	23 jogos da National League	1 jogo	National League
	10	37 jogos da National League	2 jogos	
	15	Último dia da temporada da liga relevante antes dos jogos do Play-off	3 jogos	
	20	Último dia da temporada da liga relevante antes dos jogos do Play-off	Conforme determinado por uma Comissão Reguladora	

COMPETIÇÃO NA QUAL ACUMULOU ADMOESTAÇÕES	NÚMERO DE ADMOESTAÇÕES ACUMULADAS	LIMITE (INCLUSIVE)	SUSPENSÃO AUTOMÁTICA PARA O NÚMERO DE ADMOESTAÇÕES	CAMPEONATOS AOS QUAIS SE APLICA A SUSPENSÃO/SANÇÃO AUTOMÁTICA
FA WSL	5	N/A	1 jogo	FA WSL
	10		2 jogos	
	15		3 jogos	
	20		Conforme determinado por uma Comissão Reguladora	
FA WC	5	N/A	1 jogo	FA WC
	10		2 jogos	
	15		3 jogos	
	20		Conforme determinado por uma Comissão Reguladora	
FA Cup	4 (na qual o Clube do Jogador participe nas Eliminatórias ou na Primeira Ronda) e por cada duas admoestações adicionais	Sexta Ronda (Quartos-de-final)	1 jogo	FA Cup
	2 (na qual o Clube do Jogador participe nas Eliminatórias ou na Terceira Ronda) e por cada duas admoestações adicionais			
EFL Cup	2	Quartos-de-final	1 jogo	EFL Cup
	4			
EFL Trophy	2	Quartos-de-final	1 jogo	EFL Trophy
	4		2 jogos	
FA Trophy	2	Quartos-de-final	1 jogo	FA Trophy
	4			
	6			
Women's FA Cup	4 (na qual o Clube do Jogador participe na ou antes da Segunda Ronda) e por cada 2 admoestações adicionais	Quartos-de-final	1 jogo	Women's FA Cup
	2 (na qual o Clube do Jogador participe na ou depois da Terceira Ronda) e por cada 2 admoestações adicionais			
FA Women's League Cup	2 e por cada 2 admoestações adicionais	Quartos-de-final	1 jogo	FA Women's League Cup



SMITH  
**STRAKER**

**3**

**FIFA™**  
**REFEREE**  
**2020**



HEADS UP  
11 AUGUST 2020  
PENALTY CHASE



## Premier League, EFL Leagues e National League - Jogos não relacionados com a Equipa Principal

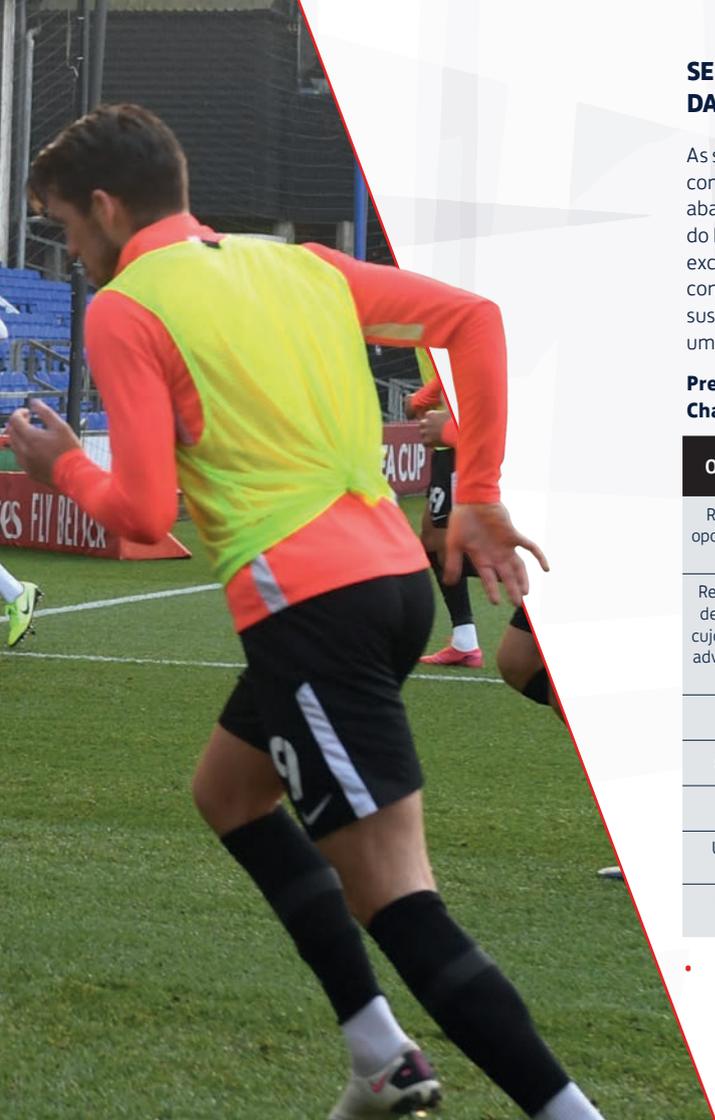
COMPETIÇÃO NA QUAL ACUMULOU ADMOESTAÇÕES	NÚMERO DE ADMOESTAÇÕES ACUMULADAS	LIMITE (ATÉ E INCLUINDO)	SUSPENSÃO/SANÇÃO AUTOMÁTICA	CAMPEONATOS AOS QUAIS SE APLICA A SUSPENSÃO/SANÇÃO AUTOMÁTICA
NFTM (excluindo EFL Trophy)	5	31 de dezembro	1 jogo	NFTM (excluindo EFL Trophy)
	10	Segundo domingo de abril	2 jogos	
	15	Último dia da mesma temporada	3 jogos	
	20	Último dia da mesma temporada	Conforme determinado por uma Comissão Reguladora	
EFL Trophy	2	Quartos-de-final	1 jogo	EFL Trophy
	4			

Suspensões que sejam impostas para alcançar estes limiares nos Jogos de Competição da Equipa Principal bem como nos Jogos de Competição não relacionados com a Equipa Principal começarão imediatamente.

## National League North and South, Isthmian League, Northern Premier League e Southern League:

COMPETIÇÃO NA QUAL ACUMULOU ADMOESTAÇÕES	NÚMERO DE ADMOESTAÇÕES ACUMULADAS	LIMITE (ATÉ E INCLUINDO)	SUSPENSÃO/SANÇÃO AUTOMÁTICA	MULTA	CAMPEONATOS AOS QUAIS SE APLICA A SUSPENSÃO/SANÇÃO AUTOMÁTICA
a) National League (North and South Divisions), Isthmian League, Northern Premier League ou Southern League; e b) Competição da League Cup	5	30 de novembro	1 jogo	£20.00	a) Liga na qual a equipa do Jogador compete; e b) Competição da League Cup
	10	Segundo domingo de março	2 jogos		
	15	Último dia da temporada da liga relevante antes dos jogos do Play-off	3 jogos		
	20	Último dia da temporada da liga relevante antes dos jogos do Play-off	Conforme determinado por uma Comissão Reguladora		
FA Cup	4 e por cada 2 admoestações adicionais	Sexta Ronda (Quartos-de-final)	1 jogo	N/A	FA Cup apenas
FA Trophy	4 e por cada 2 admoestações adicionais	Quartos-de-final	1 jogo	N/A	FA Trophy apenas





## SE TIVER DE ME RETIRAR DO CAMPO, QUAL A DURAÇÃO DA MINHA SUSPENSÃO?



As suspensões na sequência de um Cartão Vermelho são aplicadas nas competições da Liga e da Taça de acordo com o indicado nas tabelas abaixo – porém, se a ofensa com retirada do campo ocorrer num jogo do EFL Trophy, a suspensão automática relevante deve ser servida exclusivamente em jogos do EFL Trophy, exceto se especificado em contrário pela FA. Os jogadores com uma segunda retirada do campo numa temporada terão uma suspensão adicional de um jogo para além das suspensões indicadas abaixo. Os jogadores com uma terceira retirada do campo terão uma suspensão adicional de dois jogos, etc.

### Premier League, EFL Leagues, National League, Women's Super League e Women's Championship:

OFENSA COM RETIRADA DO CAMPO	SUSPENSÃO AUTOMÁTICA	CAMPEONATOS AOS QUAIS SE APLICA A SUSPENSÃO/SANÇÃO AUTOMÁTICA
Recusar à equipa adversária um golo ou uma oportunidade óbvia de marcação de golo através de uma ofensa de jogada de mão	1 jogo	a) Liga relevante na qual o Clube equipa do Jogador compete;
Recusar um golo ou uma oportunidade óbvia de marcação de golo através a um oponente cujo movimento geral é na direção da baliza do adversário através de uma ofensa punível com um livre direto.	1 jogo	b) FA Cup;
Falta grave	3 jogos	c) EFL Cup (conforme aplicável);
Cuspir num adversário ou noutra pessoa	6 jogos	d) FA Trophy (conforme aplicável);
Conduta violenta	3 jogos	e) Women's FA Cup (conforme aplicável);
Utilizar linguagem e/ou gestos ofensivos, insultuosos ou abusivos	2 jogos	f) FA Women's League Cup (conforme aplicável).
Receber uma segunda admoestação no mesmo jogo	1 jogo	(Se a ofensa com retirada do campo ocorrer num jogo do EFL Trophy, a suspensão automática relevante deve ser servida exclusivamente em jogos do EFL Trophy, exceto se especificado em contrário pela FA)

- O período de suspensão começa imediatamente (exceto se o Clube tiver submetido uma reclamação de suspensão abusiva ou confusão de identificação).

## Premier League, EFL Leagues e National League - Jogos não relacionados com a Equipa Principal:

OFENSA COM RETIRADA DO CAMPO	SUSPENSÃO AUTOMÁTICA	CAMPEONATOS AOS QUAIS SE APLICA A SUSPENSÃO/SANÇÃO AUTOMÁTICA
Recusar à equipa adversária um golo ou uma oportunidade óbvia de marcação de golo através de uma ofensa de jogada de mão	1 jogo	Suspensão automática a ser servida exclusivamente em NFTM (excluindo o EFL Trophy) (EFL Trophy: Exceto se especificado pela Associação:  (a) se a ofensa com retirada do campo ocorrer num jogo do EFL Trophy, a suspensão automática relevante deve ser servida exclusivamente em jogos do EFL Trophy; e  (b) se a ofensa com retirada do campo ocorrer em qualquer outro NFTM, a suspensão automática relevante não pode ser servida em qualquer parte num jogo do EFL Trophy.
Recusar um golo ou uma oportunidade óbvia de marcação de golo através a um oponente cujo movimento geral é na direção da baliza do adversário através de uma ofensa punível com um livre direto.	1 jogo	
Falta grave	3 jogos	
Cuspir num adversário ou noutra pessoa	6 jogos	
Conduta violenta	3 jogos	
Utilizar linguagem e/ou gestos ofensivos, insultuosos ou abusivos	2 jogos	
Receber uma segunda admoestação no mesmo jogo	1 jogo	

## National League North and South, Isthmian League, Northern Premier League e Southern League:

OFENSA COM RETIRADA DO CAMPO	SUSPENSÃO AUTOMÁTICA	MULTA	CAMPEONATOS AOS QUAIS SE APLICA A SUSPENSÃO/SANÇÃO AUTOMÁTICA
Recusar à equipa adversária um golo ou uma oportunidade óbvia de marcação de golo através de uma ofensa de jogada de mão	1 jogo	£20	a) Liga na qual a equipa do Jogador compete;  b) Competição da League Cup na qual a equipa do Jogador compete;  c) FA Cup; e  d) FA Trophy.
Recusar um golo ou uma oportunidade óbvia de marcação de golo através a um oponente cujo movimento geral é na direção da baliza do adversário através de uma ofensa punível com um livre direto.	1 jogo		
Falta grave	3 jogos	£40	
Cuspir num adversário ou noutra pessoa	6 jogos		
Conduta violenta	3 jogos		
Utilizar linguagem e/ou gestos ofensivos, insultuosos ou abusivos	2 jogos	£30	
Receber uma segunda admoestação no mesmo jogo	1 jogo	£20	

- O período de suspensão começa 7 dias após a data da ofensa com retirada do campo (exceto se o Clube tiver submetido uma reclamação de suspensão abusiva ou confusão de identificação).
- A Senior County Cup não será tratada como um jogo da Equipa Principal e não pode ser utilizada para servir suspensões de jogos da Equipa Principal. Qualquer Transgressão na Senior County Cup será resolvida pela FA do Condado como uma Transgressão Não Relacionada com a Equipa Principal.
- Houve vários casos as temporadas recentes de Jogadores nas Eliminatórias 2-4 a jogarem jogos enquanto se encontram sob suspensão, especialmente na sequência de transferências para um Clube diferente, visto que desconheciam que eles tinham uma suspensão pendente de um Clube anterior. A este nível, o Jogador é responsável por garantir que está ciente de quaisquer suspensões.
- Se um Jogador jogar enquanto se encontra alvo de uma suspensão, tanto o Jogador como o Clube poderão ser sujeitos a medidas disciplinares. Estas podem ser sanções financeiras e suspensão adicional.





## O QUE ACONTECE SE O ÁRBITRO E OS ÁRBITROS ASSISTENTES NÃO VIREM UM INCIDENTE DE TRANSGRESSÃO?

- De salientar que a FA tem o poder de tomar medidas retrospectivas relacionadas com ofensas com retirada do campo que não tenham sido testemunhadas pelo Árbitro e os Árbitros Assistentes.
- Os jogadores correm o risco de interdição retrospectiva, especialmente nos casos em que um tal incidente seja filmado.
- A FA pode tomar medidas até mesmo quando um incidente tenha sido testemunhado ou sido alvo de ação por parte do Árbitro e os Árbitros Assistentes em casos muito graves ou invulgares. Em tais circunstâncias, podem resultar interdições prolongadas.

## O QUE ACONTECE SE EU E OS MEUS COLEGAS DE EQUIPA DISCORDARMOS DA DECISÃO DO ÁRBITRO E DOS ÁRBITROS ASSISTENTES?

- De salientar a necessidade de mostrar sempre o devido respeito pelo Árbitro e os Árbitros Assistentes.
- O Árbitro e os Árbitros Assistentes podem relatar incidentes, nos quais dois ou mais jogadores de um Clube tenham circundado um Árbitro e os Árbitros Assistentes de uma maneira conflituosa e isto pode originar uma sanção disciplinar.
- O Clube poderá ter de pagar uma multa avultada na eventualidade de uma acusação aceite ou comprovada e no caso de reincidências, sendo que as sanções podem então tornar-se consideravelmente maiores.

## O QUE ACONTECE NA EVENTUALIDADE DE UMA LUTA ENTRE JOGADORES ADVERSÁRIOS OU O ÁRBITRO E OS ÁRBITROS ASSISTENTES?

- O Árbitro e os Árbitros Assistentes podem relatar incidentes, nos quais dois ou mais jogadores ou Representantes do Clube estiveram envolvidos numa confrontação com jogadores adversários ou Representantes do Clube adversário.
- Estes incidentes são considerados Confrontações de Massas e podem originar uma acusação.
- Uma vez mais, o Clube poderá ter de pagar uma multa avultada na eventualidade de uma acusação ser comprovada, e no caso de reincidências, sendo que as sanções podem então tornar-se consideravelmente maiores.

## O QUE ACONTECE SE ME FOR PEDIDO QUE ME RETIRE DO CAMPO E REAJA IRADAMENTE À DECISÃO?

- De salientar a necessidade de respeitar a decisão do Árbitro e dos Árbitros Assistentes mesmo que discorde da mesma.
- Em particular, de salientar que uma recusa em sair do campo depois de a sua retirada do mesmo ter sido solicitada ou um atraso em tal retirada ou uma má reação a uma tal decisão pode originar uma sanção disciplinar e sanções adicionais para além de qualquer interdição recebida na sequência de um Cartão Vermelho.





## QUE PUNIÇÃO ME PODE SER APLICADA SE ME ATIRAR PARA O CHÃO OU FINGIR UMA LESÃO?

- A FA pode tomar medidas disciplinares retrospectivas em situações nas quais um árbitro tenha sido enganado por um ato de simulação claro (como atirar-se para o chão ou fingir uma lesão) e, como resultado direto de tal ação, à equipa do jogador infrator tenha:
  - sido atribuído um penáti; e/ou tenha sido ordenada a retirada do campo de um jogador adversário quando o ato de simulação tenha originado um Cartão Vermelho direto ou tenha causada uma das duas admoestações que originaram a retirada do campo).
- Os jogadores correm um risco específico de interdição retrospectiva, especialmente nos casos em que um tal incidente seja filmado.
- Em casos aceites ou comprovados de simulação ou fingimento de lesão, o jogador receberá uma suspensão de dois jogos.

## PORQUE DEVO SER CUIDADOSO COM OS GESTOS QUE FAÇO NO CAMPO DE JOGO OU OS COMENTÁRIOS PARA A TELEVISÃO?

- Exerça os devidos cuidados ao fazer quaisquer gestos. Um gesto abusivo, insultuoso ou incorreto pode fazer com que o árbitro o mande retirar-se do campo e/ou uma medida disciplinar retrospectiva. É importante salientar que uma medida disciplinar pode ser tomada no caso de gestos que tenham um significado negativo ou incorreto noutro país ou parte do mundo, independentemente de ser possível que tais gestos não sejam amplamente conhecidos em Inglaterra.
- De salientar que qualquer tipo de linguagem ou comportamento abusivo, insultuoso ou incorreto que a FA considere que tenha sido dirigido para uma câmara de televisão pode ser alvo de uma medida disciplinar.

## PORQUE POSSO SER PUNIDO POR FESTEJAR DEPOIS DE MARCA UM GOLO?

- Os festejos que sejam considerados inflamatórios ou que possam causar tumulto na audiência, podem originar uma medida disciplinar e potenciais interdições de jogos.



## COMO DEVO REAGIR SE UM ADEPTO ENTRAR NO CAMPO DE JOGO?

- De salientar que nunca deve abordar nenhum espetador que entre no campo de jogo.
- Os supervisores do campo são responsáveis por lidar com tais incidentes. De igual modo, nunca deve tentar interferir em quaisquer assuntos que os supervisores do campo ou a polícia estejam a resolver visto que isto pode frequentemente causar problemas adicionais.

## O QUE DEVO FAZER SE UM DISPOSITIVO PIROTÉCNICO FOR ATIRADO PARA O CAMPO?

- Na eventualidade de qualquer dispositivo pirotécnico ser atirado para o campo, deve **afastar-se consideravelmente do mesmo e não deve tentar remover o dispositivo** visto que tais assuntos serão resolvidos por supervisores da segurança do campo.

## POSSO REVELAR UMA MENSAGEM DEBAIXO DA T-SHIRT?

- A Lei 4 das Leis IFAB do Jogo declara que os Jogadores não devem revelar roupas interiores com quaisquer slogans ou publicidade. O equipamento de jogo básico obrigatório não deve quaisquer slogans, declarações ou imagens políticos, religiosos ou pessoais. Se violar as disposições desta Lei, isso pode ser relatado e você e/ou a sua equipa podem ser sujeitos a uma penalização.

## CONTACTOS ÚTEIS

Se tiver quaisquer dúvidas ou questões relacionadas com problemas no campo, contacte-nos através de:

[footballmatters@TheFA.com](mailto:footballmatters@TheFA.com)





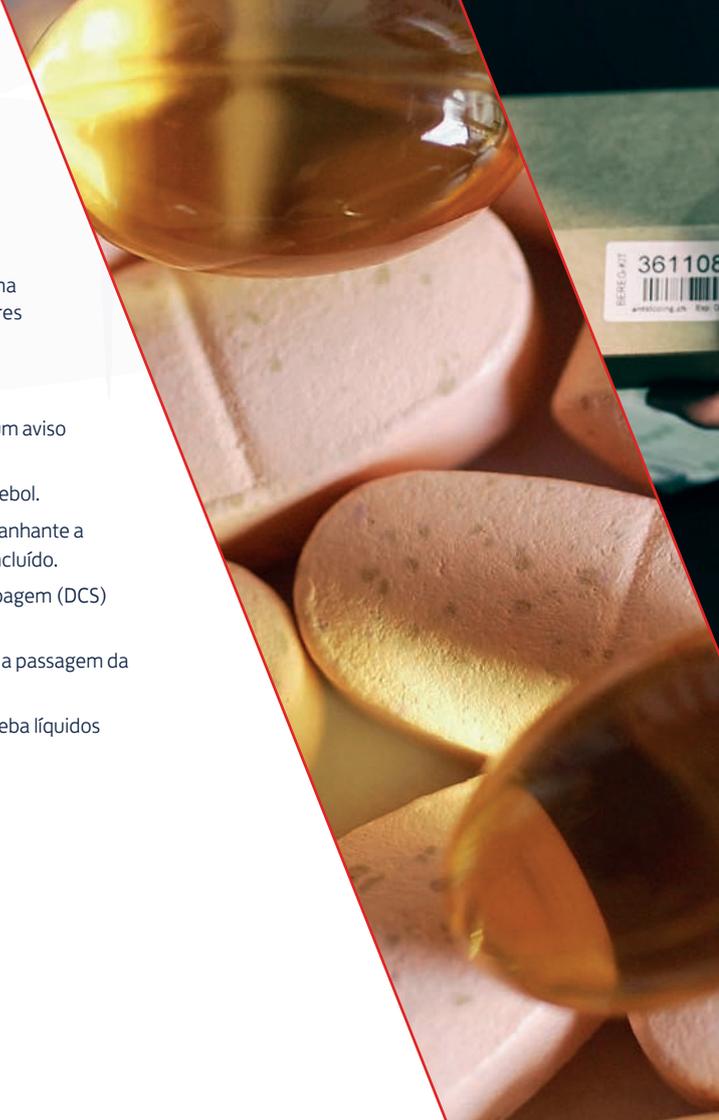
# ANTIDOPAGEM

## O QUE DEVO SABER ACERCA DOS TESTES DE DROGAS NO ÂMBITO DA ANTIDOPAGEM?

É possível que efetue testes de drogas a qualquer altura e em qualquer local, incluindo depois de um jogo, numa sessão de treino ou em casa. Ser-lhe-á pedido que forneça uma amostra de urina e/ou sangue e pode efetuar múltiplos testes durante a temporada. Além disso, o Programa de Testes Antidopagem da FA incorpora um Passaporte Biológico do Atleta (ABP) e os Jogadores podem ser selecionados para análises sanguíneas regularmente ao longo da temporada.

Factos chave acerca da realização de testes

- Todos os testes serão efetuados sem aviso prévio. Isto significa que não será fornecido nenhum aviso prévio do teste.
- Não recuse a realização do teste visto que isso pode originar uma suspensão de 4 anos de futebol.
- Deve permanecer em frente ao Responsável pelo Controlo da Dopagem (DCO) ou do Acompanhante a partir do momento da notificação de que foi selecionado para testes até o processo estar concluído.
- Se for selecionado para um teste de drogas, é obrigado a relatar à Estação de Controlo da Dopagem (DCS) imediatamente.
- Ser-lhe-á pedido que remova vestuário suficiente para permitir ao DCO observar diretamente a passagem da urina do corpo para o recipiente de colheita.
- Se a amostra estiver demasiado diluída, terá então de fornecer uma amostra adicional. Não beba líquidos excessivamente visto que isso pode originar a diluição adicional das amostras fornecidas.
- Tenha sempre respeito pelos Responsáveis pelo Controlo da Dopagem durante o processo.





## POSSO SER ALVO DE PROCESSOS?

Algumas das coisas relativamente às quais pode ser alvo a sanções disciplinares relacionadas com os testes de drogas são:

- a presença de uma substância proibida na sua amostra.
- evitar a colheita de amostras, recusa em ou incapacidade de fornecer uma amostra.
- incapacidade em ir imediatamente à DCS.
- utilizar linguagem ou comportamento abusivo ou insultuoso com um Responsável pelo Controlo da Dopagem.
- manipular ou interferir com o processo de testes de drogas.

Adicionalmente, pode ser alvo de sanções disciplinares relacionadas com outras ofensas antidopagem incluindo:

- utilizar uma substância proibida.
- ter uma substância proibida em sua posse.
- tráfego ou administração de uma substância proibida.
- auxiliar outra pessoa a violar os Regulamentos Antidopagem.
- associar-se a Pessoal de Apoio a Jogador que estejam a cumprir uma interdição relacionada com uma ofensa antidopagem.
- atos que ameacem ou procurem intimidar terceiros para os desencorajar a partilhar informação sobre a dopagem (também designado como denúncia de irregularidades), ou retaliar contra terceiros por fazerem isso.

Qualquer violação dos Regulamentos Antidopagem constitui uma violação grave e pode originar um período significativo de suspensão, por exemplo, recusar realizar um teste de drogas pode originar uma suspensão de 4 anos no caso de uma primeira ofensa.

## COMO POSSO VERIFICAR SE ESTOU AUTORIZADO A TOMAR UM DETERMINADO MEDICAMENTO?

Os medicamentos utilizados no quotidiano podem conter substâncias proibidas. Isto inclui medicamentos receitados por um médico e os medicamentos de venda livre numa farmácia ou na área de saúde de um supermercado. Exemplos disto incluem alguns medicamentos para constipações e gripes. Além disso, deve estar ciente de que a toma de determinados inaladores de asma está proibida ou só é permitida até um determinado limiar.

### CONSULTE SEMPRE O MÉDICO DO CLUBE ANTES DE TOMAR QUALQUER MEDICAMENTO E CONSULTE [WWW.GLOBALDRO.COM](http://WWW.GLOBALDRO.COM)

Se tiver uma condição médica legítima e precisar de tomar uma substância proibida ou um método banido, terá de solicitar uma Isenção de Utilização Terapêutica (TUE). Isto só se será aceite se não houver quaisquer outros medicamentos ou tratamentos autorizados adequados que possam ser utilizados, e existe um processo rigoroso e detalhado para determinar isto. Encontra-se disponível informação adicional sobre o processo TUE na secção antidopagem do Web site da FA, e pode utilizar o UK Anti-Doping TUE Wizard para determinar se precisa de solicitar uma TUE, e onde deve submeter o seu pedido.

## QUAIS SÃO OS RISCOS RELACIONADOS COM A TOMA DE SUPLEMENTOS?

Por causa das exigências físicas do futebol, os Jogadores podem sentir-se tentados a tomar suplementos como parte da sua dieta. A FA não recomenda aos Jogadores a toma de suplementos, mas se optar por tomar suplementos é importante estar ciente dos riscos.

As empresas de suplementos não têm sido, no essencial, regulamentadas – o que significa que é possível que nunca saiba exatamente o que está a tomar. Determinou-se que alguns produtos contêm substâncias proibidas que não estejam listadas no rótulo e pode haver uma substância proibida no suplemento.

### AVALIAR A NECESSIDADE

A FA recomenda que os Jogadores desenvolvam a sua dieta, estilo de vida e formação antes de considerar a toma de quaisquer suplementos. Deve avaliar a necessidade de tomar um suplemento específico consultando um nutricionista registado ou o Médico do Clube antes de o tomar.

### AVALIAR O RISCO

Se decidir tomar suplementos, deve então certificar-se de que minimiza o risco de resultados positivos dos testes na sequência da toma de um suplemento contaminado. Consulte [www.informed-sport.com](http://www.informed-sport.com), que indica um processo de testes e acreditação para suplementos e lista os produtos que foram submetidos ao Programa de Desporto Informado por número de lote.\*

\* A FA não aceita qualquer responsabilidade pelo conteúdo de suplementos aprovados pelo Programa de Desporto Informado ou por quaisquer outras organizações. A responsabilidade objetiva aplica-se e os Jogadores podem incorrer numa interdição na sequência da toma de um suplemento contaminado.



## AVALIAR AS CONSEQUÊNCIAS

Na eventualidade de um resultado positivo de um teste para uma substância proibida presente num suplemento poderá ser alvo de uma interdição do futebol de até quatro anos no caso de uma primeira ofensa.

**"VOCÊ É SEMPRE RESPONSÁVEL POR TUDO NO SEU CORPO – A IGNORÂNCIA NÃO CONSTITUI UMA DEFESA. UM RESULTADO POSITIVO DE TESTE POR CAUSA DE UM SUPLEMENTO CONTAMINADO PODE ORIGINAR UM PERÍODO DE SUSPENSÃO SIGNIFICATIVO."**

## O QUE DEVO SABER ACERCA DO REQUISITO DE LOCALIZAÇÃO WHEREABOUTS? (PREMIER LEAGUE E ENGLISH FOOTBALL LEAGUE)

Todos os Jogadores da Premier League e da English Football League (EFL) precisam de estar cientes dos seus requisitos de localização Whereabouts.

Deve notificar a FA se faltar a uma sessão de treinos ou tiver de sair cedo ou chegar tarde à mesma.

### DE SALIENTAR:

1. Deve notificar a FA antes da sessão de treinos caso vá faltar ou chegar tarde à mesma.
2. Deve notificar a FA se tiver de sair cedo de uma sessão de treinos, indicado claramente que vai sair mais cedo.
3. Quando notificar a FA deve indicar:
  - a. nome completo,
  - b. o seu Clube,
  - c. um endereço, incluindo código postal, e
  - d. uma hora durante a qual está disponível para fins de teste (no endereço).
4. O intervalo de tempo deve ser pelo menos duas horas após a notificação da FA da sua ausência e deve ser entre as 0600 e as 2300; por ex., se notificar a FA às 09:00, então o intervalo de tempo poderá começar às 11:00.
5. Certifique-se de que está presente na morada indicada durante uma hora.
6. Se for participar em atividades do Clube noutra instalação que não aquela onde é realizada a sessão de treinos agendada do Clube, deve notificar a FA antes da sessão de treinos e, em qualquer circunstância, antes de sair da instalação original (se aplicável) para a nova localização, indicando a instalação de treinos alternativa e hora.

**SE NÃO CUMPRIR OS REQUISITOS LISTADOS ANTERIORMENTE, PODE INCORRER NUMA PENALIZAÇÃO DE TESTE NÃO CUMPRIDO. SE TIVER TRÊS PENALIZAÇÕES DE TESTE NÃO CUMPRIDOS NUM PERÍODO SUCESSIVO DE 12 MESES, SERÁ SUSPENSO DO FUTEBOL DURANTE, PELO MENOS, 12 MESES.**

**PODE SER TESTADO A QUALQUER ALTURA E EM QUALQUER LUGAR, INDEPENDENTEMENTE DE TER ESTADO AUSENTE DOS TREINOS NESSE DIA. ISTO INCLUI SER TESTADO EM CASA A QUALQUER ALTURA. OS CLUBES SÃO OBRIGADOS A FORNECER À FA UMA LISTA DE MORADAS ONDE CADA UM DOS SEUS JOGADORES RESIDEM HABITUALMENTE.**

### **QUEM DEVO CONTACTAR SE QUISER RELATAR DOPAGEM NO FUTEBOL?**

A proteção de um desporto puro depende de todos desempenharem o seu papel. Fale se achar que algo está errado – independentemente de quão pequeno pareça. Existem quatro maneiras de falar. Pode partilhar as suas preocupações através do WhatsApp 07587 634711, do e-mail [protectyoursport@reportdoping.com](mailto:protectyoursport@reportdoping.com), online (pesquisa: Protect Your Sport/Proteger o seu desporto) ou do telefone número 08000 32 23 32.

Se quiser contactar a FA diretamente, envie um e-mail para [anti-doping@TheFA.com](mailto:anti-doping@TheFA.com).

### **REGULAMENTOS RELATIVOS A DROGAS SOCIAIS**

Para além dos testes antidopagem, a FA realiza também um programa de testes de drogas sociais.

A partir da época de 2021/22, o programa de testes de drogas sociais da FA será realizado completamente em separado do programa antidopagem. Os testes serão realizados por uma agência externa com um Responsável pela Supervisão da FA presente para facilitar a fácil realização do processo.

As 'drogas sociais', incluindo cocaína, ecstasy (MDMA) e canábis, são sempre proibidas pela FDA. Um resultado positivo num teste de uma droga social num dia que não seja de jogo (ou seja, durante os treinos) constitui uma violação dos Regulamentos relativos a Drogas Sociais da FA e pode originar uma multa (no caso de uma primeira ofensa). Contudo, a recusa em ou incapacidade de fornecer uma amostra e completar o teste pode resultar numa suspensão de 4-12 meses.

### **QUAIS SÃO AS PRINCIPAIS ALTERAÇÕES?**

- Os testes ao cabelo serão o método principal de recolha de amostras, originando um maior janelas de deteção e um processo de recolha mais rápido.
- Por vezes, poderá ser recolhida urina.
- O número de testes será espalhado de uma maneira mais equitativa pelas ligas profissionais.
- Tempo de resposta significativamente mais rápido dos resultados das amostras.
- Aumento do foco na educação e reabilitação.

### **QUAIS AS SANÇÕES RELATIVAMENTE ÀS DROGAS SOCIAIS?**

- No caso de uma primeira ofensa, um Jogador receberá um aviso, multa e terá de realizar um curso obrigatório de educação e/ou aconselhamento/tratamento.
- No caso de uma segunda ofensa ou ofensa subsequente, um Jogador receberá uma suspensão de três meses reduzida para um mês se o Jogador concordar em completar um curso de educação e/ou aconselhamento/tratamento.





- No caso de uma recusa de teste ou evasão à recolha da amostra, será imposta uma suspensão de 4 a 12 meses de duração.
- Consulte os Regulamentos relativos a Drogas Sociais da FA.

De salientar que um resultado positivo num teste de qualquer substância proibida, incluindo uma droga social, num dia de jogo constitui uma violação dos Regulamentos relativos a Drogas Sociais da FA e pode originar uma suspensão de 2-4 anos no caso de uma primeira ofensa.

## **ONDE POSSO ENCONTRAR INFORMAÇÃO ADICIONAL SOBRE ANTIDOPAGEM E DROGAS SOCIAIS?**

### **VÍDEOS ANTIDOPAGEM DA FA**

Para obter informação adicional sobre tudo supra mencionada, uma série de breves vídeos educacionais sobre antidopagem encontram-se no Web site da FA em [www.TheFA.com/anti-doping](http://www.TheFA.com/anti-doping)

### **CONTACTOS ÚTEIS:**

#### **FA ANTI-DOPING TEAM**

Tel.: 0800 169 1863 ext. 4334

#### **FA Whereabouts**

Número SMS: 07800 140062

#### **FA Whereabouts**

e-mail: [whereabouts@TheFA.com](mailto:whereabouts@TheFA.com)

#### **FA Whereabouts**

Tel.: 0844 980 8210

(serviço de mensagens disponível 24 horas por dia)

#### **Relatar dopagem no futebol:**

Tel.: 08000 32 23 32

Se precisar de falar confidencialmente com alguém acerca de drogas sociais, pode contactar a Sporting Chance Clinic através do:

Tel.: 0870 220 0714 e-mail: [info@sportingchanceclinc.com](mailto:info@sportingchanceclinc.com)

### **WEB SITES**

[www.TheFA.com/anti-doping](http://www.TheFA.com/anti-doping) – acesso a todos os recursos educacionais antidopagem

[www.globaldro.com](http://www.globaldro.com) – para verificar a medicação. Este endereço da Web pode ser utilizado em dispositivos móveis para que possa verificar o estado da medicação em viagem

[www.wada-ama.org/](http://www.wada-ama.org/) – para consultar a versão mais recente da Lista proibida

[www.informed-sport.com](http://www.informed-sport.com) – fornece um processo de teste e acreditação para suplementos\*

<https://www.ukad.org.uk/tue-application> – para solicitar uma TUE

\* A FA suporta o Programa de Desporto Informado, porém a FA não aceita qualquer responsabilidade pelo conteúdo ou suplementos testados pelo Programa de Desporto Informado ou programas de acreditação semelhantes.

# INTERMEDIÁRIOS

## O QUE DEVO SABER ACERCA DOS INTERMEDIÁRIOS?

Não tem de utilizar um Intermediário para o representar mas se optar por utilizar um, esse Intermediário deve estar registado na FA.

Se estabelecer um Contrato de Representação exclusivo com um Intermediário, não deve assinar outro contrato com um Intermediário diferente.

Só pode ser representado por um Intermediário quando estiver no ano do seu 16º aniversário e um Intermediário só pode ser pago por o representar quando fizer 18 anos.

Os Intermediários que pretendam representar Jogadores com menos de 18 anos de idade precisam de obter uma autorização adicional da FA. É contra os Regulamentos ter alguém sem a devida autorização a representá-lo se não tiver menos de 18 anos de idade. Um Intermediário não o pode contactar antes do seu 18º aniversário sem autorização de um progenitor ou guardião. O progenitor ou guardião deve também fornecer um consentimento assinado se optar por assinar um Contrato de Representação com um Intermediário.

Uma lista de todos os Intermediários Registados na FA encontra-se disponível em [TheFA.com](http://TheFA.com).

A lista confirma também se a FA autorizou o Intermediário a representar pessoas com menos de 18 anos de idade.

Deve ter um Contrato de Representação com o Intermediário. Certifique-se de que lhe é entregue uma cópia desse contrato e que a mesma está assinada pelo Intermediário e datada. Deve ler atentamente as disposições do contrato e consultar um advogado, se necessário. O contrato com o seu Intermediário pode durar apenas um período máximo de 2 anos (exceto se tiver sido estabelecido enquanto estava a jogar no estrangeiro).

**SE TIVER QUAISQUER DÚVIDAS SOBRE OS INTERMEDIÁRIOS, CONTACTE-NOS ATRAVÉS DO NÚMERO 0844 980 8213 OU DO E-MAIL: [INTERMEDIARIES.QUERIES@THEFA.COM](mailto:INTERMEDIARIES.QUERIES@THEFA.COM). PARA OBTER INFORMAÇÃO ADICIONAL, VISITE [WWW.THEFA.COM/FOOTBALL-RULES-GOVERNANCE/POLICIES/INTERMEDIARIES](http://WWW.THEFA.COM/FOOTBALL-RULES-GOVERNANCE/POLICIES/INTERMEDIARIES)**

# INTEGRIDADE RELACIONADA COM APOSTAS

## QUAIS SÃO AS REGRAS RELATIVAS A APOSTAS?

Não está autorizado a efetuar apostas relativamente a qualquer parte do futebol a nível mundial – isto inclui apostas sobre qualquer jogo ou competição, eventos num jogo ou competição ou sobre qualquer outro assunto futebolístico (como o próximo treinador, mercados ou transferências). De salientar que eventos na área técnica são considerados parte de um jogo e a realização de apostas em mercados de novidades ligados ao jogo é também proibido.

Não está autorizado a pedir ou instruir terceiros a efetuar qualquer uma das apostas acima indicadas em seu nome.

A regra aplica-se a apostas efetuadas em pessoa, pelo telefone, online ou até mesmo com amigos.

Os operadores de apostas são obrigados a relatar quaisquer apostas efetuadas em violação das regras da FA à FA bem como à Comissão de Jogo. Pode também pesquisar o seu histórico de apostas.

Os Jogadores não estão autorizados a entrarem envolvidos em anúncios de TV/Rádio para empresas de apostas que encorajem a realização de apostas sobre mercados futebolísticos. Os Jogadores devem solicitar aconselhamento antes de se envolverem em qualquer tipo de anúncios sobre apostas que não o patrocínio da camisola.

O programa Sporting Chance oferece ajuda e apoio a Jogadores que estejam a lidar com vícios de apostas e adição e pode ser contactado através do e-mail: [info@sportingchanceclinic.com](mailto:info@sportingchanceclinic.com)

## PORQUE DEVO TER CUIDADO AO PARTILHAR INFORMAÇÃO CONFIDENCIAL?

Informação confidencial é informação da qual tem conhecimento por causa da sua posição no jogo que não está disponível publicamente – por exemplo, tal informação pode ser uma notícia de uma lesão ou formação da equipa.

Não está autorizado a transmitir informação confidencial a terceiros que utilizem depois tal informação em apostas.

Será considerado que transmitiu informação confidencial por qualquer meio, por ex., verbalmente, mensagem de texto ou outra mensagem instantânea, e-mail, em publicações por escrito ou nas redes sociais.

## SE FOR ABORDADO PARA COMBINAR O RESULTADO DE UM JOGO?

Combinar o resultado de um jogo é organizar antecipadamente o resultado ou realização de um jogo ou competição, ou qualquer evento num jogo ou competição, e isto pode incluir um incidente na área técnica.

Combinar o resultado de um jogo é proibido e é tratado de uma maneira extremamente séria.

Além disso, oferecer ou aceitar (ou até mesmo concordar em oferecer ou aceitar) qualquer recompensa ou suborno relacionado de qualquer maneira com a influência do resultado ou a realização de um jogo ou competição ou qualquer evento num jogo ou competição é de maneira semelhante interdito e grave.

Se tentar combinar o resultado de um jogo é provável que seja apanhado e seja alvo de uma ação por parte da FA.

Se tal for provado, é provável que origine uma suspensão significativa e, em alguns casos, uma interdição vitalícia. As ofensas relacionadas com o combinar do resultado de um jogo podem também ser sujeitas a investigação criminal e um processo criminal.

## COMO REPORTO UMA ABORDAGEM RELATIVA A COMBINAR O RESULTADO DE UM JOGO?

Se for abordado para combinar o resultado de um jogo ou suspeitar que um colega ou alguém que conhece foi abordado para combinar o resultado de um jogo ou está envolvido na tentativa de combinação do resultado de um jogo, deve então relatar tal situação imediatamente à FA através do número de telefone ou e-mail indicado no lado oposto.

### A FA PODERÁ INICIAR UM PROCESSO CONTRA SI SE NÃO RELATAR TAL INFORMAÇÃO.

#### Ofensas cometidas noutros desportos

A FA pode tomar uma medida disciplinar contra si se outro organismo disciplinar de outro desporto determinar que cometeu uma ofensa relacionada com apostas ou combinar de resultados de jogos o âmbito das regras desse desporto.

#### CONTACTOS ÚTEIS

Se tiver quaisquer dúvidas ou quiser enviar um relatório, pode-nos contactar através da secção Apostas e Integridade do Web site [TheFA.com](https://www.thefa.com), ou contactar:

E-mail: [integrity@TheFA.com](mailto:integrity@TheFA.com)

Telefone: 0208 795 9640

## COMENTÁRIOS NA IMPRENSA E REDES SOCIAIS

### PORQUE DEVO TER CUIDADO COM O QUE PUBLICO NAS REDES SOCIAIS OU DIGO À IMPRENSA??

**TODOS OS COMENTÁRIOS À IMPRENSA E PUBLICAÇÕES EM REDES SOCIAIS, COMO TWITTER, FACEBOOK, TIKTOK, SNAPCHAT E INSTAGRAM, PODEM SER SUJEITOS À JURISDIÇÃO DISCIPLINAR DA FA.**

#### COISAS QUE NÃO DEVE FAZER:

- Utilizar linguagem ou imagens ameaçadoras, indecentes, abusivas ou insultuosas.
- Utilizar linguagem discriminatória.
- Insinuar preconceitos ou atacar a integridade do Árbitro e dos Árbitros Assistentes.
- Efetuar qualquer comentário acerca do Árbitro e dos Árbitros Assistentes designados antes de um jogo.
- Ser pessoalmente ofensivo acerca do Árbitro e dos Árbitros Assistentes.

Eis alguns exemplos de coisas que podem ser alvo de processos.

Podem ser iniciados processos contra si relacionados com quaisquer comentários ou publicações que possam causar danos aos interesses mais amplos do futebol ou prejudicar a reputação do jogo.

**QUAISQUER DÚVIDAS DEVEM SER ENCAMINHADAS PARA [FOOTBALLMATTERS@THEFA.COM](mailto:FOOTBALLMATTERS@THEFA.COM)**





## DE SALIENTAR:

- Fazer um retweet é considerado como a publicação de um comentário pessoal.
- Você é sempre responsável por todo o conteúdo presente na sua conta independentemente de o ter publicado ou não.
- Utilize apenas palavras, frases e imagens das quais tenha certeza a certeza absoluta sobre o seu significado – a ignorância não será uma desculpa.
- Os seus comentários podem afetar a sua carreira no futuro.
- Remova quaisquer publicações incorretas o mais depressa possível.
- Você é responsável por todo o conteúdo presente na sua conta incluindo publicações antigas, que já nem se lembre que ainda estão na sua conta. Deve assim certificar-se de que remove todas as publicações que possam violar as Regras da FA.
- Tenha cuidado com as publicações nas quais coloca um "gosto".

**AS SANÇÕES PARA ESTAS OFENSAS PODEM SER FINANCEIRAS E/OU SUSPENSÕES DE JOGOS.**

## CONTACTOS ÚTEIS

Se tiver quaisquer dúvidas ou questões relacionadas com comentários na imprensa ou problemas relativos às redes sociais, contacte-nos através de: [footballmatters@TheFA.com](mailto:footballmatters@TheFA.com)

# DISCRIMINAÇÃO

## O QUE É ABUSO DISCRIMINATÓRIO?

**ABUSO DISCRIMINATÓRIO INCLUI UMA REFERÊNCIA, EXPRESSA OU IMPLÍCITA, A UM OU MAIS DOS SEGUINTE:**

- Origem étnica
- Cor
- Raça
- Nacionalidade
- Religião ou crença
- Sexo
- Mudança de sexo
- Orientação sexual
- Deficiência

## POSSO SER ALVO DE PROCESSOS POR MENSAGENS ENVIADAS EM PRIVADO OU FORA DO AMBIENTE DO FUTEBOL?

Os Jogadores devem estar cientes de que linguagem ou conteúdo discriminatório pode resultar numa medida disciplinar mesmo no caso de uma partilha através de uma mensagem 'privada' – Por exemplo, por SMS, e-mail, mensagens privadas nas redes sociais ou mensagem WhatsApp. A FA pode também tomar medidas devido a linguagem ou comportamento discriminatório que ocorra fora do contexto do futebol – por exemplo, utilizar linguagem discriminatória durante uma saída. Além disso, qualquer Clube ou Participante deve relatar quaisquer alegações ou discriminação relatada num Clube, quer esteja a ser resolvida através de um processo interno, tribunal de trabalho ou não.





## O QUE DEVO FAZER SE VIR OU OUVIR ABUSO DISCRIMINATÓRIO?

**SE VOCÊ OU OUTRO JOGADOR FOR SUJEITO A ABUSO DISCRIMINATÓRIO NUM JOGO POR PARTE DOS ADEPTOS OU DE OUTRO PARTICIPANTE, DEVE RELATAR A SITUAÇÃO AO ÁRBITRO OU ÁRBITRO ASSISTENTE O MAIS DEPRESSA POSSÍVEL E CUMPRIR OS PROTOCOLOS DO DIA DO JOGOS LISTADOS ABAIXO:**

### DISCRIMINAÇÃO PELOS ADEPTOS

- Em primeira instância, deve relatar o incidente ao árbitro.
- O árbitro deve relatar o incidente ao responsável pela segurança do clube anfitrião (ou representante responsável do clube anfitrião) e à polícia através do Quarto Árbitro. (Se não for designado nenhum Quarto Árbitro, o árbitro interromper o jogo e relatar o incidente a um membro da gestão de segurança do clube anfitrião e indicar o incidente com um Árbitro Assistente.)
- A polícia e o responsável pela segurança devem procurar identificar a pessoa ou pessoas responsáveis e tomar as medidas apropriadas enquanto o jogo continua.
- Se, dentro do período de tempo acordado pelo responsável pela segurança e o árbitro, o problema continuar, o árbitro (em consulta com a polícia e o responsável pela segurança/representante do clube anfitrião) pode remover os jogadores do campo e suspender o jogo, permitindo à polícia e responsável pela segurança/representante do clube anfitrião uma oportunidade adicional para lidar com o problema.
- Se não for possível resolver o assunto de maneira satisfatória e o bem-estar de quaisquer participantes, no que diz respeito à ameaça de abuso continuado, o árbitro deve considerar abandonar o jogo.
- Qualquer decisão de suspender ou abandonar um jogo deve ser tomada pelo árbitro após plena consulta da polícia, responsável pela segurança e (dependendo do determinado)
  - o Premier League Match Centre; ou
  - o Departamento de Serviços Futebolísticos EFL ou Diretor de Serviços e Deveres; ou
  - o Representante do clube anfitrião, e após consulta com os treinadores e capitães das equipas.

Quando não estiver presente polícia no estádio, a responsabilidade da tomada inicial de decisões pertence ao responsável pela segurança, incluindo informar a polícia. Quando o responsável pela segurança ou a polícia não estiver presente, a tomada inicial de decisões deve ser efetuada em consulta entre o árbitro e o representante do clube anfitrião.

Caso se trate de um jogo da UEFA, aplica-se então um protocolo de 3 passos ligeiramente diferente – visite [UEFA.com](http://UEFA.com) para obter informação adicional.

Nos casos em que haja provas claras de cânticos discriminatórios em massa num estádio por parte dos adeptos de um dado Clube (ou seja, não por parte de um ou dois adeptos individuais), será então tomada uma medida disciplinar formal. Em circunstâncias nas quais a FA seja informada que um adepto individual (ou um pequeno número de indivíduos) está a entoar abuso discriminatório num estádio, a FA investigará as ações tomadas pelo Clube para lidar com o abuso para determinar se deve tomar uma medida disciplinar formal.

## DISCRIMINAÇÃO PELOS PARTICIPANTES

- O incidente deve ser, em primeira instância, relatado ao Árbitro o mais depressa possível.
- O Árbitro tomará notas completas sobre quaisquer discussões o mais depressa possível.
- O Árbitro e os Árbitros Assistentes podem ser informados de incidentes que eles próprios não testemunharam no decurso de um jogo. Se isto ocorrer, o Árbitro deve assegurar a tomada de notas completas na altura. Uma vez mais, isto pode envolver a utilização do sistema de comunicação para garantir que o Quarto Árbitro tem um registo completo das palavras usadas.
- Logo após a conclusão do jogo, o Árbitro deve convidar a pessoa que submeteu a alegação, acompanhada de um membro do seu clube, para o vestiário do Árbitro. O árbitro deve confirmar com o jogador quais foram as palavras exatas utilizadas na alegação para que haja uma certeza sobre o que está a ser relatado.
- Na sequência desta reunião, o Árbitro deve convidar então a pessoa que é o sujeito da alegação, igualmente acompanhada por um membro do seu clube, para o vestiário do Árbitro. O Árbitro deve informar este jogador da natureza da alegação. Se o jogador efetuar quaisquer comentários, estes devem ser registados.
- Um relatório de incidente extraordinário será então submetido à FA para fins de investigação.





A sanção de uma ofensa de abuso discriminatório no relvado para um participante (por exemplo, um jogador para outro jogador) varia entre **uma suspensão durante 6 e 12 jogos** e educação obrigatória, mais uma possível multa. No caso de um incidente suficientemente grave, é possível a imposição de uma sanção superior a 12 jogos.

### **QUE OUTRAS MANEIRAS EXISTEM PARA RELATAR SITUAÇÕES DE DISCRIMINAÇÃO?**

Se vir ou ouvir discriminação no campo, no campo de treinos ou nas bancadas, contacte-nos para relatar a situação:

Contacte a FA através do e-mail: [integrity@TheFA.com](mailto:integrity@TheFA.com)

Em alternativa, contacte o programa Kick It Out: [info@kickitout.org](mailto:info@kickitout.org)

Podem também transferir a app Kick It Out para relatar situações de Transgressão.

### **QUE DEVO FAZER SE RECEBER ABUSO DISCRIMINATÓRIO NAS REDES SOCIAIS?**

Se vir uma publicação nas redes sociais que considerar ser discriminatória, pode-a relatar ao Web site ou à plataforma onde foi publicado. Todas as plataformas têm equipas designadas que analisam relatos e tomam decisões relativas à remoção de publicações. É também aconselhável que relate a situação ao seu clube e/ou liga também.

# PROTEÇÃO DA CRIANÇA

## COMO DEVO AJUDAR A PROTEGER AS CRIANÇAS NO FUTEBOL?

As crianças e os jovens (com menos de 18 anos de idade) admiram naturalmente os jogadores de futebol; como tal, o seu comportamento tem uma influência e um impacto poderosos.

Pode entrar em contacto com jovens com menos de 18 anos de idade de muitas maneiras; como jogadores, fãs, em visitas a escolas ou hospitais, programas comunitários ou socialmente em cafés e clubes.

A proteção das crianças e jovens, dentro e fora do campo, é responsabilidade de todos nós. É importante que esteja alerta para não colocar uma criança ou jovem ou até mesmo você em perigo.

A FA investiga todas as preocupações com proteção, e dependendo da natureza das preocupações, as investigações podem envolver o Clube, a liga, a polícia e as autoridades locais.

Para se proteger a si e jovens com menos de 18 anos de idade, certifique-se de que está sempre acompanhado quando apresentações e tem os devidos cuidados no que diz respeito a contactos pessoais com jovens com menos de 18 anos de idade – por ex., ao assinar t-shirts, utilizar as redes sociais e tirar fotografias.

## COISAS QUE NÃO DEVE FAZER:

- Fornecer os seus detalhes de contacto pessoal nas redes sociais.
- Aceitar jovens com menos de 18 anos de idade como 'amigos' nas suas páginas das redes sociais ou encetar conversas.
- Ficar sozinho com fãs com menos de 18 anos de idade.
- Beber álcool antes ou durante o trabalho ou numa apresentação com jovens com menos de 18 anos de idade.
- Fazer comentários ou ações sexualmente sugestivos na cara de jovens com menos de 18 anos de idade ou através de SMS, telefone, computador ou redes sociais – até mesmo a brincar.
- Tocar em crianças de maneira inapropriada.
- Utilizar linguagem ofensiva ou discriminatória ou fazer gestos abusivos.
- Dar prendas pessoais a jovens com menos de 18 anos de idade.

Fale com o seu Clube se tiver quaisquer dúvidas ou preocupações acerca da proteção.

Responsável Designado pela Proteção ou contacte-nos através de: [safeguarding.children@TheFA.com](mailto:safeguarding.children@TheFA.com)





# ONDE POSSO CONSULTAR INFORMAÇÃO ADICIONAL?

Este panfleto foi elaborado para fornecer orientações úteis acerca de algumas questões disciplinares da Temporada 2021-22 aos Jogadores de Clubes da Premier League, English Football League, National League, FA Women's Super League, FA Women's Championship, National League (North and South), Isthmian League, Northern Premier League e Southern League.

Os Jogadores estão sujeitos às Regras e Regulamentos da FA, os quais devem ser consultados para obter as disposições completas relacionadas com os assuntos indicados neste panfleto.

Regras e Regulamentos prevalecem na eventualidade de qualquer inconsistência entre estas orientações e as disposições das Regras e Regulamentos.

## WEB SITE DE REGRAS E REGULAMENTOS

Para obter informação adicional sobre qualquer uma destas áreas, visite: [www.TheFA.com/football-rules-governance](http://www.TheFA.com/football-rules-governance)

## APP ESSENTIAL INFORMATION FOR PLAYERS (INFORMAÇÃO ESSENCIAL PARA JOGADORES)

Uma versão destas orientações numa app gratuita juntamente com conteúdo vídeo adicional encontra-se disponível na App Store (IOS) ou Google Play (Android).

## PROFESSIONAL FOOTBALLERS ASSOCIATION (ASSOCIAÇÃO DE FUTEBOLISTAS PROFISSIONAIS)

Se quiser discutir alguma destas questões com a PFA, pode contactá-la através de:

E-mail: [info@thepfa.co.uk](mailto:info@thepfa.co.uk)

Telefone: 0161 236 0575



**FOR ALL**

The Football Association  
Wembley Stadium  
London HA9 0WS  
**T:** +44 (0)800 169 1863  
**F:** +44 (0)800 169 1864  
**W:** [TheFA.com](http://TheFA.com)