



CÓDIGO DE ÉTICA

Aprovado em reunião de direção em 1 de outubro de 2019

ÍNDICE

PREÂMBULO	1
ARTIGO 1º - ÂMBITO E APLICAÇÃO	2
ARTIGO 2º - DEFINIÇÕES	3
ARTIGO 3º - FINALIDADE	5
ARTIGO 4º - RESPEITO PELOS DIREITOS HUMANOS E PELA DIGNIDADE HUMANA.....	6
ARTIGO 5º - RESPONSABILIDADE E PADRÃO DE CONDUTA DOS AGENTES GIMNICOS E DAS INSTITUIÇÕES	7
ARTIGO 6º - RESPONSABILIDADE E PADRÃO DE CONDUTA DOS TREINADORES	9
ARTIGO 7º - RESPONSABILIDADE E PADRÃO DE CONDUTA DOS PAIS TREINADORES	10
ARTIGO 8º - RESPONSABILIDADE E PADRÃO DE CONDUTA DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE	11
ARTIGO 9º - RESPONSABILIDADE E PADRÃO DE CONDUTA DOS PAIS.....	12
ARTIGO 10º - PROCEDIMENTOS DISCIPLINARES.....	13
ARTIGO 11º - INFRAÇÕES EM FLAGRANTE DELITO	13
ARTIGO 12º - ENTRADA EM VIGOR.....	15

PREÂMBULO

A Federação de Ginástica de Portugal (FGP), é a entidade portuguesa, responsável pela regulamentação e gestão da Ginástica nacional e, por estes motivos, considera prioritária a sua intervenção junto de todos os agentes gímnicos relativamente ao imperativo de que todos os intervenientes, ajam na estrita observância dos princípios da ética e do jogo justo (*fair play*).

As normas éticas incluídas e enquadradas neste código, são padrões nacionais e internacionais de referência nestas questões, e todas as organizações desportivas e os agentes desportivos, têm a responsabilidade de promover uma cultura de segurança e respeito para que os ginastas possam treinar e competir em ambientes livres de assédio, abusos, drogas, corrupção e violência.

A prática de atividade física é natural e essencial ao desenvolvimento da criança e do adolescente, mas quando a atividade desportiva organizada, como a Ginástica nas suas múltiplas disciplinas, vai qualitativa e/ou quantitativamente para além dessas necessidades naturais e essenciais, atenções especiais, acompanhadas de medidas cautelares, devem ser implementadas dentro de uma rede mais vasta de apoio da criança e do adolescente. De fato, a infância e a adolescência são períodos de crescimento físico, mental e biológico, durante o qual o corpo desenvolve as estruturas, competências e desempenhos necessários para a vida adulta. Por isso, são idades muito favoráveis à aprendizagem física e intelectual, mas também correspondem a períodos de fragilidade física e mental, que exigem a tomada consciente de precauções e de medidas protetivas. Daí que um destaque particular seja dado no presente regulamento à criança-ginasta e ao adolescente-ginasta.

Estas precauções fundamentam-se em princípios éticos e morais, baseiam-se no respeito pelas crianças e pelos adolescentes, com o objetivo de contribuir para o desenvolvimento harmonioso, físico e mental, do jovem ginasta, o que ajudará a que atinjam a idade adulta nas melhores condições, tornando-se bons ginastas e excelentes pessoas.

Neste contexto, o presente Código de Ética da FGP, posiciona-se como a primeira barreira de proteção dos ginastas, numa modalidade que requer uma elevada frequência de treinos em idades muito jovens, no caso dos ginastas com ambições competitivas, o que exige de todos, e em particular

da FGP uma vigilância permanente, a sinalização precoce de abusos e a capacidade de resolução exemplar desses casos.

Todos os agentes gímnicos envolvidos na formação de jovens ginastas devem pugnar para que o objetivo da prática desportiva em idades de formação não seja a obtenção de resultados desportivos, mas sim o desenvolvimento harmonioso e saudável das suas capacidades motoras, físicas e técnicas.

Todos os ginastas, treinadores e juízes, bem como todas as pessoas presentes nas competições e eventos da FGP, devem cumprir os princípios estabelecidos abaixo e estão vinculados ao presente Código de Ética.

Inclui-se também neste código um conjunto de valores e princípios orientadores para os pais dos ginastas considerando que apesar de não serem regulados pela FGP, são um pilar imprescindível e fundamental na criação de uma cultura de valores éticos nos filhos e na deteção precoce e comunicação de sinais de distúrbios do sono e alimentares, consumo de substâncias dopantes, drogas e medicamentos, fadiga, sobrecarga de treinos, dor, *bullying* e assédio.

ARTIGO 1º - ÂMBITO E APLICAÇÃO

1. O presente Código de Ética estabelece um conjunto de princípios e valores em matéria de ética que devem observar nas decisões, comportamentos e atitudes destinadas a instruir e a responsabilizar todos os agentes gímnicos, incluindo ginastas, treinadores, juízes, profissionais de saúde, dirigentes de clubes, funcionários e colaboradores de outras entidades que colaborem com a FGP.
2. As normas éticas incluídas e enquadradas neste código, aplicam-se a todos os agentes gímnicos, sem prejuízo de outras normas de conduta decorrentes da lei geral.
3. A prática de atividade física é natural e essencial ao desenvolvimento da criança e do adolescente, mas quando a atividade desportiva organizada, como a Ginástica nas suas múltiplas disciplinas, vai qualitativa e/ou quantitativamente para além dessas necessidades naturais e essenciais, atenções especiais, acompanhadas de medidas cautelares, devem ser implementadas dentro de uma rede mais vasta de apoio da criança e do

adolescente. Estas precauções fundamentam-se em princípios éticos e morais, baseiam-se no respeito pelas crianças e pelos adolescentes, com o objetivo de contribuírem para o desenvolvimento harmonioso, físico e mental, do jovem ginasta, o que ajudará a que atinjam a idade adulta nas melhores condições, tornando-se bons ginastas e excelentes pessoas.

4. Neste contexto, o presente Código de Ética da FGP, posiciona-se como a primeira barreira de proteção dos ginastas, numa modalidade que requer uma elevada frequência de treinos em idades muito jovens, no caso dos ginastas com ambições competitivas, o que exige de todos, e em particular da FGP uma vigilância permanente, a sinalização precoce de abusos e a capacidade de resolução exemplar desses casos.
5. O Código de Ética aplica-se especificamente a quaisquer incidentes de assédio, abuso, violência, discriminação, dopagem, manipulação de resultados desportivos ou corrupção, que ocorram durante atividades reguladas ou coorganizadas pela FGP, ou com elas estejam relacionados, ou sempre que os agentes gímnicos representem a FGP e Portugal em eventos, estágios e competições no estrangeiro.
6. Este Código é aplicável a todas as disciplinas da Ginástica e a todos os níveis da prática gímnica, desde a infância à senioridade, das classes de lazer e de representação de Ginástica para Todos às classes de formação das disciplinas competitivas, até aos ginastas que integram as seleções nacionais, estão incluídos no regime de Alto Rendimento do Instituto Português do Desporto e da Juventude (IPDJ) ou integrados nas Esperanças Olímpicas e no Projeto Olímpico do Comité Olímpico de Portugal.

ARTIGO 2º - DEFINIÇÕES

1. Importa ter em consideração que, para além de um conjunto de valores de cidadania, comuns a todos os cidadãos, há valias que, pela sua natureza, são inerentes à prática desportiva, nomeadamente: o respeito pelas regras e pelo adversário, juízes, o “jogo justo” (*fair play*), a tolerância, a amizade, a verdade, a aceitação da pontuação e do resultado, o reconhecimento da dignidade da pessoa humana, o saber ser e estar, a resiliência, a disciplina, a socialização, os hábitos de vida saudável, a interajuda, a responsabilidade, a honestidade, a humildade, a lealdade, o respeito pelo corpo, a imparcialidade, a cooperação e a

promoção da inclusão social em todas as vertentes;

- a) Ética desportiva: apreciação que distingue o comportamento correto e o incorreto, em todas as suas facetas, mas sobretudo como meio de prevenção dos fenómenos sociais que atentem contra a essência do desporto, como a violência, a dopagem, o racismo, a xenofobia, a discriminação social e todos os atos e/ou omissões que desvirtuem a verdade desportiva;
 - b) “Jogo justo” (fair play): significa no desporto muito mais do que o simples respeitar das regras. Abrange as noções de amizade, de respeito pelo outro e de espírito desportivo. É um modo de estar e não simplesmente um comportamento. O conceito abrange a problemática da luta contra a fraude, o recurso à astúcia dentro do respeito das regras, contra o doping, contra a violência (tanto física como verbal), contra o assédio e os abusos sexuais de crianças, jovens e mulheres, contra a exploração, contra a desigualdade de oportunidades, contra a comercialização excessiva e contra a corrupção;
 - c) Agentes desportivos: praticantes, treinadores, juízes, profissionais de saúde, dirigentes e técnicos das entidades desportivas.
 - d) Outros agentes desportivos: jornalistas, fotógrafos, educadores e encarregados de educação;
 - e) Espírito desportivo: respeitar códigos, regulamentos, honrar a palavra dada e os compromissos assumidos, rejeitar o recurso a quaisquer meios ou métodos ilegais no sentido de vencer ou de obter vantagem, bem assim como, repudiar comportamentos ou atitudes antidesportivas, junto daqueles que prevariarem ou que influenciem terceiros nesse sentido;
 - f) Familiar próximo: entende-se por *familiar próximo*, conforme decisão do Comité Executivo da Federação Internacional de Ginástica (FIG): (i) pessoas que são ou foram casadas, vivem em união de facto, ou que coabitam com o ginasta; (ii) pessoas relacionadas com o ginasta por laços de nascimento ou por casamento em linha direta ou colateral, nomeadamente: avós, pais, tios, irmãos, filhos, netos, sobrinhos e primos.
2. O assédio e abuso podem ser expressos de várias formas, que podem ocorrer em combinação ou isoladas:
- f) Abuso psicológico: qualquer ato indesejado, incluindo confinamento, isolamento, agressão verbal, humilhação, intimidação, infantilização ou qualquer outro trato que possa afrontar o senso individual de identidade, dignidade e autoestima;
 - g) Abuso físico: qualquer ato deliberado e indesejável que cause

traumatismo ou lesão. Tais atos incluem atividade física inadequada (por exemplo, à idade da(o) ginasta ou forçada (por exemplo, em ginastas lesionados), consumo forçado de medicamentos, suplementos, álcool, etc., ou práticas de dopagem forçadas;

- h) Assédio sexual: qualquer conduta indesejada e indesejável de natureza sexual, verbal, não-verbal ou física. O assédio sexual pode assumir a forma de abuso sexual;
- i) Abuso sexual: conduta de natureza sexual, sem contato ou com contato, sem consentimento ou realizado sob coação ou manipulação da vítima;
- j) Negligência: significa a falha de um(a) treinador(a) ou de outro agente desportivo, em fornecer um nível mínimo de cuidado ao ginasta, que lhe possa criar um risco iminente ou causar dano;
- k) Assédio moral: comportamento intencional, geralmente repetido, que fere outro indivíduo ou grupo;
- l) Praxes: comportamentos que atingem muitos grupos sociais, incluindo ginastas individuais, como forma de iniciar um(a) ginasta numa equipa, com a justificação da sua aceitação pelos seus pares e integração na equipa;
- m) Má prática: comportamentos ou omissões que podem não ser danosos a curto-prazo, mas que estão abaixo dos padrões estabelecidos no presente Código de Ética. Estas más práticas podem conduzir a suspeições sobre a motivação dos agentes desportivos, mesmo quando não haja intencionalidade, por exemplo, ficar sozinho com menores de idade, contactos excessivos ou em zonas do corpo inadequadas, etc.

ARTIGO 3º - FINALIDADE

O principal objetivo do Código de Ética é garantir que todos os agentes gímnicos, e qualquer outro interveniente em eventos de Ginástica, possam fazê-lo sem receio de assédio ou de qualquer tipo de abuso. Os principais objetivos da FGP com a sua implementação e monitorização são:

1. Assegurar que na Ginástica, todas as formas de violência, dopagem, abusos ou corrupção, são inaceitáveis, detetáveis e não serão tolerados;
2. Permitir que qualquer pessoa que tenha testemunhado ou sofrido assédio, abuso, violência ou discriminação, relate o incidente sem receio de sofrer retaliações;
3. Garantir a resposta adequada e coordenada a quaisquer incidentes de

assédio, abuso, violência ou discriminação, ocorridos durante a participação gímnica, ou relacionados com ela, em Portugal ou no estrangeiro;

4. Implementar medidas efetivas que mitiguem a probabilidade de ocorrência destas situações e desencadeiem alertas precoces quando aconteçam.

ARTIGO 4º - RESPEITO PELOS DIREITOS HUMANOS E PELA DIGNIDADE HUMANA

O artigo 19º da “Convenção sobre os Direitos da Criança” da Organização das Nações Unidas, consagra o direito de todas as crianças (definidas como menores de 18 anos de idade) de serem protegidas contra a violência. Neste âmbito, a FGP compromete-se a colocar a segurança e o bem-estar dos ginastas, no centro das suas preocupações. Assim:

1. O respeito pelos direitos humanos e pela dignidade da pessoa é um requisito fundamental durante todas as competições e eventos de Ginástica, bem assim como durante os treinos e processos de preparação desportiva.
2. Não será permitida discriminação de qualquer tipo, incluindo raça, cor, sexo, orientação sexual, idioma, religião, opinião política ou outra, origem nacional ou social, nascimento, portador de deficiência, atributos físicos, capacidade atlética ou qualquer outra característica.
3. Todo o doping é absolutamente proibido e os ginastas têm o direito de ser protegidos contra o uso de drogas. Todos os princípios enunciados no regime jurídico da luta contra a dopagem, regulados pela Autoridade Antidopagem de Portugal (ADoP), devem ser escrupulosamente cumpridos.
4. Todas as formas de violência não acidental que incluam assédio sexual, abuso sexual, abuso físico, abuso psicológico e negligência não são toleradas, e serão alvo de processo disciplinar.
5. A FGP, e os seus agentes, nomeadamente as AT e os clubes, garantem condições de prática desportiva seguras e apropriadas e, proporcionam aos ginastas uma assistência médica adequada ao seu bem-estar físico e psicológico.

6. Aos eventos e competições para os escalões etários mais jovens, benjamins e infantis, é dedicada uma atenção redobrada, tal como nos cursos de formação de treinadores, juízes e dirigentes, de modo a criar culturas de treino e de competição que promovam a segurança e a saúde dos ginastas.
7. Os agentes gímnicos devem demonstrar sensibilidade e respeito mútuo, e abster-se de qualquer comportamento potencialmente ofensivo para com os outros.

ARTIGO 5º - RESPONSABILIDADE E PADRÃO DE CONDUTA DOS AGENTES GIMNICOS E DAS INSTITUIÇÕES

1. Cabe aos agentes gímnicos:

- g) Sensibilizar todos os intervenientes nas atividades gímnicas para a importância da adoção de comportamentos leais e éticos, explicando os malefícios da dopagem, da corrupção desportiva, das condutas violentas e agressivas, do assédio, do abuso e da discriminação.
- h) Ter um comportamento público que seja um modelo positivo;
- i) Fazer da saúde, da segurança e do bem-estar dos ginastas a prioridade, com primazia sobre os aspetos desportivos;
- j) Dar conhecimento à FGP de comportamentos que possam ser considerados desleais ou antiéticos;
- k) Sempre que for possível, um *familiar próximo* a um ginasta em competição não deve ajuizar esse ginasta ou os seus colegas (par, grupo, equipa, etc.) em qualquer evento sancionado pela FGP. Em caso de potencial conflito de interesses, o Presidente da FGP deve ser informado, para que sejam tomadas as medidas necessárias e apropriadas. Entende-se por *familiar próximo*, conforme decisão do Comité Executivo da Federação Internacional de Ginástica (FIG): (i) pessoas que são ou foram casadas, vivem em união de facto, ou que coabitam com o ginasta; (ii) pessoas relacionadas com o ginasta por laços de nascimento ou por casamento em linha direta ou colateral, nomeadamente: avós, pais, tios, irmãos, filhos, netos, sobrinhos e primos.
- l) Não se envolver, permitir, tolerar ou ignorar episódios de assédio, abuso, violência, discriminação, dopagem, manipulação de resultados desportivos ou corrupção;

m) Qualquer agente gímico tem o dever de comunicar à FGP, suspeitas fundamentadas de casos de assédio, abuso, violência, discriminação, dopagem, manipulação de resultados desportivos ou corrupção, quer ocorrido no passado quer durante a época desportiva em decurso.

2. São obrigações específicas dos ginastas, além das enunciadas no nº 1 do artigo 5º, primar por condutas irrepreensíveis no treino e em competição, sempre que sejam convocados para representar a FGP e Portugal, nomeadamente:

- a) Não recorrer a substâncias dopantes;
- b) Não consumir drogas recreativas;
- c) Adequar o regime de sono e descanso, à dinâmica de treinos e aos objetivos desportivos acordados com a Direção Técnica da disciplina;
- d) Adequar o regime alimentar, à dinâmica de treinos e aos objetivos desportivos acordados com a Direção Técnica da disciplina;
- e) Não consumir álcool;
- f) Não fumar;
- g) Não ter condutas violentas e agressivas nem discriminatórias;
- h) Não assediar, abusar ou exercer *bullying* sobre colegas;
- i) Não planear nem participar em praxes dos novos ginastas;
- j) Usar o equipamento nacional, com os logótipos dos patrocinadores da FGP, sempre que estejam em representação nacional, incluindo conferências de imprensa e entrevistas para os media;
- k) Não inserir nas redes sociais fotografias com outro equipamento e/ou com equipamento desportivo que promova outros patrocinadores;
- l) Cumprir as indicações de chefes de delegação, treinadores e profissionais de saúde durante as representações nacionais em estágios e em competições, nacionais e internacionais.

3. São obrigações das instituições:

- a) Agir em conformidade sempre que um agente gímico comunique um episódio de assédio, abuso, violência ou discriminação.
- b) Assegurar que nenhum dos seus agentes gímicos, incluindo o pessoal técnico de apoio, infringe a Lei Antidopagem no Desporto;
- c) Garantir que os exames complementares de diagnóstico e as terapias dos ginastas são prescritas por médicos;
- d) Salvaguardar que a medicação e os suplementos nutricionais tomados pelos ginastas integrados nas equipas/seleções nacionais e no Alto Rendimento, são do conhecimento do médico da FGP.

ARTIGO 6º - RESPONSABILIDADE E PADRÃO DE CONDOTA DOS TREINADORES

Considerando que o treinador é uma figura nuclear no desenvolvimento físico, intelectual e desportivo do jovem ginasta e posteriormente no ambiente competitivo e no alto rendimento, e que no caso das carreiras competitivas prolongadas é percebido pelos ginastas como uma segunda mãe/pai, é crucial enquadrar adequadamente o seu papel e permanecer alerta a certos aspetos mentais e emocionais, de modo a salvaguardar uma boa relação treinador-ginasta dentro de limites adequados e sadios. Neste contexto o treinador deve:

1. Possuir competências técnicas específicas da disciplina da Ginástica que treina, e competências gerais educacionais, psicológicas e organizacionais, apropriadas ao desenvolvimento do jovem ginasta;
2. Conhecer as limitações fisiológicas, os riscos para a saúde, as necessidades energéticas e as exigências de saúde de um corpo em crescimento;
3. Ter formação específica para treinar jovens ginastas.
4. Estar atento a alterações comportamentais, sinais de fadiga, e qualquer dor reconhecida diretamente ou comunicada indiretamente pelo ginasta.
5. Garantir que todo o treino de crianças deve ser gerido e praticado abaixo do limiar de dor.
6. Planear períodos de descanso apropriados aos ginastas e atividades de lazer complementares;
7. Colaborar com equipas pluridisciplinares que integrem médicos, fisioterapeutas, nutricionistas e psicólogos, em situações de rotina e de urgência, e cumprir as suas instruções e recomendações;
8. Ser capaz de cancelar um treino ou de anular a participação numa competição em defesa da saúde e do bem-estar do ginasta;
9. Assegurar tempos livres e com a família diários ou regulares, no caso de ginastas que preparem competições em Centros de Estágios, no país ou no estrangeiro, de modo a evitar excesso de dependência ou obsessão;
10. Ter, em todos os momentos, uma postura e abordagem ética que respeitem a identidade física e moral do ginasta;
11. Manter uma conduta exemplar e sem a menor ambiguidade;
12. Proteger, no que estiver ao seu alcance, o ginasta dos riscos associados à celebridade e à influência das Mídias sociais;

13. Aceitar o final de uma carreira desportiva, esteja ela ainda numa fase inicial ou consolidada, se o ginasta não tiver o talento e a resiliência necessária ou se as tiver esgotado, por condicionalismos físicos ou psicológicos impeditivos da continuidade do treino e/ou da competição, ou se o ginasta tiver estabelecido outras prioridades;
14. Facilitar e ajudar, a sua transferência para outras disciplinas da Ginástica ou para outras modalidades desportivas;
15. Transmitir e promover, através da sua atitude e discurso, os valores morais, sociais e éticos da Ginástica e do Desporto.

ARTIGO 7º - RESPONSABILIDADE E PADRÃO DE CONDUTA DOS PAIS TREINADORES

Uma situação que ocorre com alguma frequência em Portugal e que é transversal a todas as disciplinas da Ginástica é a existência de pais treinadores de ginastas. Neste âmbito, os pais treinadores não devem:

1. Isolar-se do contexto organizacional em que trabalham e no qual os filhos treinam (clube, associação de ginástica, federação);
2. Alhear-se das obrigações e das regras administrativas, técnicas e médicas dessas organizações;
3. Desvalorizar a relevância do desenvolvimento de espírito de equipa nos ginastas.
4. Permitir que a relação desportiva mãe/pai treinador-filho ginasta condicione o dia-a-dia familiar. O ginasta deve poder desfrutar de uma vida familiar desligada do desgaste emocional do treino, das competições e dos resultados desportivos.

ARTIGO 8º - RESPONSABILIDADE E PADRÃO DE CONDOTA DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE

1. A equipa de profissionais de saúde - médico, psicólogo, fisioterapeuta, massagista, preparador físico, nutricionista, etc. -, deve estar familiarizada com a Ginástica e as suas especificidades técnicas, mecânicas e fisiológicas, e dominar as temáticas do crescimento e do desenvolvimento psicomotor da criança.
2. Deve respeitar:
 - a. as limitações e necessidades fisiológicas, psicológicas, sociais e de saúde da infância, e da adolescência;
 - b. as limitações articulares e biomecânicas do jovem ginasta;
 - c. a fragilidade das áreas de crescimento articular e as patologias associadas;
 - d. os requisitos diários de recuperação fisiológica, bem como após doença ou lesão;
 - e. as boas práticas médicas, evitando o uso indevido de medicamentos e considerando a possibilidade de toxicidade por uso excessivo, particularmente, durante o crescimento do ginasta;
 - f. as regras médicas e legais e os princípios éticos que são garantes da proteção da saúde do ginasta.
3. Integrar-se e participar ativamente na tríade família do ginasta-treinador do ginasta-médico/profissional de saúde do ginasta.
4. Providenciar que o ginasta faça anualmente um check up desportivo para identificar fragilidades, diagnosticar sobrecarga de treino e avaliar riscos. Tais observações permitirão aos profissionais de saúde estabelecer planos terapêuticos e de reabilitação, e aos treinadores ajustar o regime de treino quantitativa e qualitativamente.
5. Identificar, através de exames físicos, imagiológicos e testes, fatores de risco temporários ou permanentes, totais ou parciais, que contraindiquem a prática da Ginástica;
6. Diagnosticar sinais de fadiga, excesso de treino ou dor;
7. Desenvolver estratégias preventivas nos domínios da preparação física, técnica e mental dos ginastas de elite;
8. Assessorar os ginastas na adoção de estilos de vida saudável, incluindo descanso adequado, sono e nutrição;
9. Participar em ações de natureza educacional, para combater o tabagismo, o consumo de drogas, o abuso de medicação e o doping;

10. Fornecer as terapias mais adequadas para todos os traumatismos e doenças, particularmente aquelas que possam afetar áreas em crescimento;
11. Certificar-se que as suas instruções são bem comunicadas e seguidas pelos ginastas de modo consciente e rigoroso;
12. Alertar as autoridades apropriadas sobre todas as formas de maus-tratos identificados diretamente ou através de exames médicos ou psicológicos;
13. Colaborar em ações de deteção de talentos;
14. Colaborar em competições de acesso a níveis de elite e a seleções;
15. Vetar a participação de um ginasta num estágio, controlo ou numa competição com justificação clínica;
16. Limitar a prescrição e administração de analgésicos, anti-inflamatórios e suplementos, sobretudo quando usados para mitigar condições atribuíveis à prática desportiva. Tais prescrições devem ser excecionais e reservadas para casos que exijam abordagens terapêuticas.

ARTIGO 9º - RESPONSABILIDADE E PADRÃO DE CONDUTA DOS PAIS

As funções e responsabilidades dos pais ou de quem tenha a responsabilidade parental dos ginastas são as seguintes:

1. No início, orientar os filhos na escolha da disciplina gímnica e do nível de prática;
2. Durante o percurso desportivo, respeitar o desejo dos filhos de se tornarem campeões, ou não.
3. Esta orientação deve convergir no respeito pelos interesses da criança e das suas necessidades físicas, psicológicas, culturais, educacionais e outras, a curto, médio e longo prazo, e não os interesses dos pais, que podem projetar nos filhos o seu desejo de sucesso, interesses mediáticos ou proveitos financeiros.
4. Colaborar com os treinadores disponibilizando ajuda, apoio e vigiando a saúde dos seus filhos, particularmente nos seguintes aspetos:
 - a. Capacidade de tolerar o regime de treinos num corpo em crescimento, observando e apontando episódios de fadiga ou outros sintomas físicos;
 - b. Promover um estilo de vida saudável encorajando períodos de sono e de descanso adequados, e uma dieta equilibrada;

- c. Partilhar com os treinadores históricos de doenças e de toma regular de medicamentos para aliviar fadiga, inflamação ou dor.
- d. Alertar os treinadores para sinais de dor física, indicativos de que o regime de treinos não está a ser bem tolerado.
- e. Informar a Direção do Clube ou a FGP de suspeitas ou evidências de *bullying*, abuso físico, psicológico ou sexual, de modo a que sejam ativados de imediato, mecanismos de proteção ativa do ginasta e de investigação de agentes prevaricadores;
- f. Promover no seio da família uma cultura contra a dopagem, o consumo de álcool, de tabaco e de drogas.

ARTIGO 10º - PROCEDIMENTOS DISCIPLINARES

1. Qualquer infração ao Código de Ética será analisada pelo Conselho de Disciplina da FGP, nos casos de natureza desportiva;
2. Quaisquer procedimentos disciplinares, incluindo o direito de recurso, serão instruídos e conduzidos de acordo com o Regulamento Disciplinar da FGP.
3. A FGP fornecerá apoio e esclarecimentos jurídicos, para garantir que todos os intervenientes entendam os procedimentos disciplinares e de recurso, especialmente quando estiverem envolvidos menores de idade.

ARTIGO 11º - INFRAÇÕES EM FLAGRANTE DELITO

1. Sempre que ocorram flagrantes delitos, durante eventos da FGP, ou coorganizados pela FGP, testemunhados por seis ou mais testemunhas, os infratores serão de imediato retirados do recinto desportivo, independentemente de diligências futuras que possam culminar em processo disciplinar ou de participação ao ministério público.
2. No caso específico de ginastas, além de retirados do recinto desportivo:
 - a) As suas notas e classificações na competição ou menções no evento de GpT, serão anuladas e eliminadas do caderno de resultados da competição ou do evento de GpT;

- b) No âmbito de procedimento disciplinar O (a) ginasta poderá ser impedido (a) de participar em competições ou eventos de GpT nacionais durante um período máximo de 1 ano, sendo suspenso (a) preventivamente durante a instrução do processo disciplinar;
 - c) Os ginastas das seleções nacionais, júnior e sénior, perderão de imediato esse estatuto. Poderão adicionalmente ser impedidos de participar em estágios e em competições em representação do país durante um período máximo de 2 anos, sendo suspensos preventivamente durante a instrução do procedimento disciplinar;
 - d) Os ginastas beneficiários de bolsas, prémios ou apoios da FGP, perderão de imediato todos esses benefícios, deixando de ser elegíveis para o Programa de Bolsas, Prémios e Apoios da FGP durante 3 anos.
3. No caso específico de treinadores, além de retirados do recinto desportivo:
- a) No âmbito de procedimento disciplinar o (a) treinador (a) poderá ser impedido (a) de participar em competições ou eventos de GpT nacionais durante um período máximo de 1 ano. Treinadores que sejam selecionadores nacionais perderão de imediato a nomeação e deixarão de integrar delegações a competições internacionais, durante 2 anos;
 - b) Treinadores que sejam apoiados nos Programas PATAR e ATEP perderão de imediato esses apoios, aos quais não serão elegíveis por um período de 3 anos;
 - c) O treinador ficará impossibilitado de beneficiar de apoios da FGP para frequência de cursos nacionais e internacionais de ajuizamento durante 3 anos.
4. No caso específico de juízes, além de retirados do recinto desportivo:
- a) No âmbito de procedimento disciplinar o (a) juiz poderá ser impedido (a) de participar em competições ou eventos de GpT nacionais durante um período máximo de 1 ano, e deixará de constar na lista de nomeações para competições internacionais, caso nela esteja incluído, durante 2 anos;
 - b) O juiz ficará impossibilitado de beneficiar de apoios da FGP para frequência de cursos nacionais e internacionais de ajuizamento durante 3 anos.
5. No caso específico de profissionais de saúde, além de retirados do recinto desportivo:
- a) O profissional de saúde será impedido de participar em competições ou eventos de GpT nacionais durante 3 anos;
 - b) O profissional de saúde deixará de constar na lista de nomeações para competições internacionais, caso nela esteja incluído, durante 3 anos;

- c) O profissional de saúde ficará impossibilitado de beneficiar de quaisquer tipos de apoios da FGP durante 3 anos.

ARTIGO 12º - ENTRADA EM VIGOR

Esta versão do Código de Ética foi aprovada em reunião de Direção realizada em 1 de outubro de 2019 e entra de imediato em vigor.