

Plano Nacional de Educação para a Prevenção da Dopagem



**AUTORIDADE
ANTIDOPAGEM
DE PORTUGAL**

2026-2028

Plano Nacional de Educação para a Prevenção da Dopagem

1. Introdução

A dopagem no desporto é uma ameaça à integridade, à ética desportiva e à saúde dos atletas. Este plano tem como objetivo sensibilizar e educar atletas, treinadores, dirigentes, professores, alunos e famílias sobre os riscos da dopagem, promovendo uma cultura de jogo limpo e saúde.

A educação oferece-nos uma oportunidade de promover valores positivos e comportamentos éticos, proteger atletas e preservar o espírito do desporto. Isso permite-nos alcançar públicos amplos, construindo conhecimento e compreensão para apoiar o desporto limpo. Com base no Internacional Standard of Education e nas Guidelines da WADA, podemos desenvolver programas educacionais que apoiem a maioria dos atletas que desejam competir de forma limpa, ajudando-os e ao seu Pessoal de Apoio ao Atleta (ASP) a evitar a dopagem, e garantir que o seu primeiro encontro com a antidopagem seja através da educação e não de um controlo de dopagem.

A Agência Mundial Antidopagem (WADA) valoriza a diversidade que existe na comunidade global, e entende que existem muitas formas de implementar um programa educativo e que a educação deve ser concebida para dar resposta às necessidades dos participantes. Este programa educativo é adaptado ao nosso público-alvo e contexto do nosso país, criando oportunidades para que aprendam. O ISE define uma estrutura regulatória a ser seguida por todas as Autoridades Nacionais Antidopagem para que seja possível definir um padrão comum para o planeamento, aplicação, monitorização e avaliação de programas educativos. Estas Orientações forneceram informações de apoio e considerações que foram essenciais para construir este programa educativo.

2. Finalidades e Objetivos

2.1 Finalidades do Programa Educativo

- Garantir que cada atleta tem o seu primeiro contacto com a antidopagem através da educação.
- Assegurar que treinadores, dirigentes, professores e outros agentes possuem as competências necessárias para apoiar um ambiente desportivo ético e seguro.
- Promover uma compreensão sólida dos direitos, responsabilidades e riscos associados à dopagem.
- Reforçar uma cultura de prevenção centrada na decisão informada e na proteção dos

participantes.

— Contribuir para a harmonização nacional com o Código Mundial Antidopagem e o ISE 2027.

2.2 Objetivos Gerais

- Promover a integridade e a ética no desporto.
- Sensibilizar atletas, clubes e escolas sobre os riscos da dopagem.
- Reduzir a incidência de substâncias proibidas através da educação e prevenção.

2.3 Objetivos Específicos

- Divulgar informações sobre substâncias e métodos proibidos.
- Alertar para as consequências da dopagem na saúde e na carreira.
- Desenvolver pensamento crítico sobre o uso de substâncias dopantes.
- Incentivar alternativas saudáveis de melhoria do desempenho.
- Fortalecer a colaboração entre instituições desportivas e educativas.
- Promover comportamentos de desporto limpo e cultura ética.

3. Público-Alvo

3.1 Análise do Sistema Desportivo Nacional

A educação antidopagem deve ser contextualizada dentro do funcionamento do sistema desportivo português, identificando oportunidades, vulnerabilidades e responsabilidades específicas.

O sistema desportivo nacional caracteriza-se por:

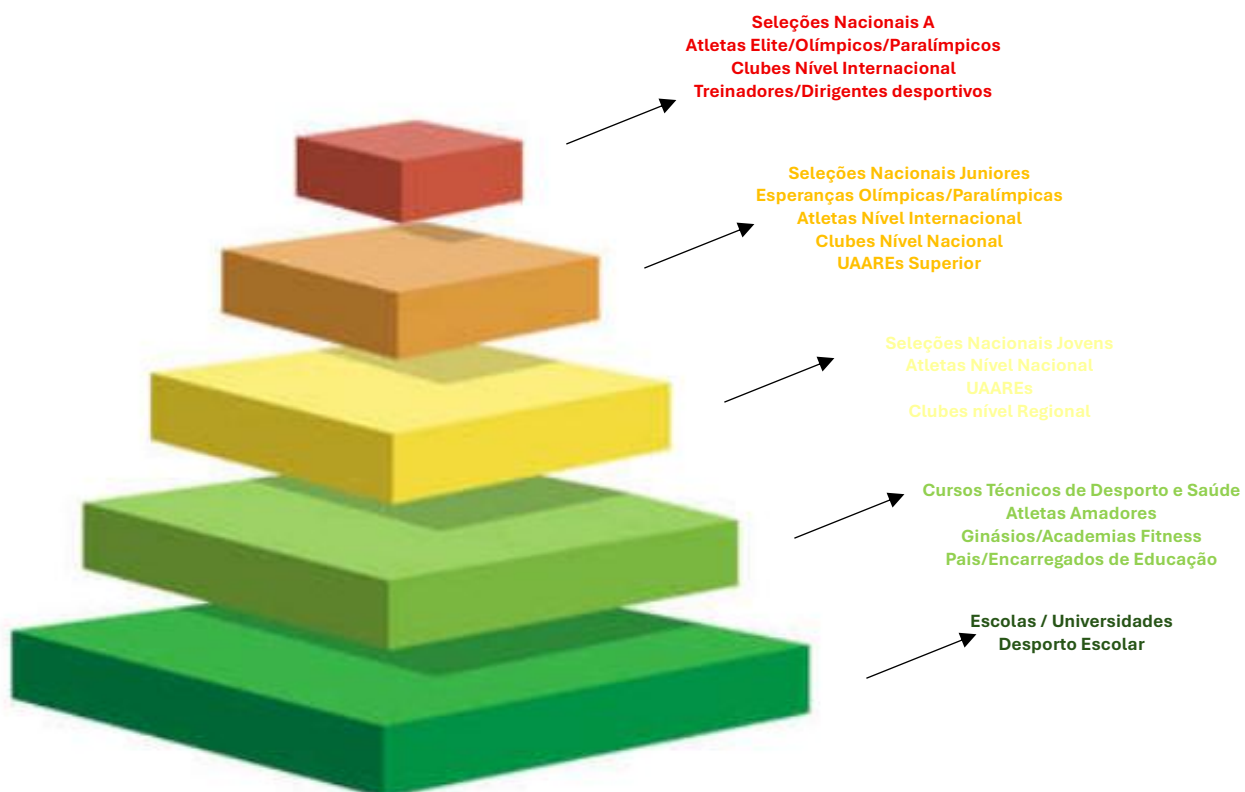
- Uma rede federativa composta por modalidades olímpicas, paralímpicas e não olímpicas, com diferentes níveis de profissionalização.
- Um percurso de desenvolvimento do atleta (Athlete Pathway) que integra clubes locais, associações regionais, seleções jovens, programas de talento e o alto rendimento.
- Estruturas complementares como a Rede de Centros de Alto Rendimento (CAR), programas UAARE no ensino secundário e superior, escolas profissionais, universidades e clubes de base.
- Diferentes níveis de risco associados ao contexto competitivo, à pressão por resultados, ao uso de suplementos e à influência do grupo de apoio ao atleta (Pessoal de Apoio ao Atleta – ASP).
- Uma crescente necessidade de articulação entre educação antidopagem, proteção de menores, integridade desportiva e saúde pública.

Esta análise permite que o programa educativo seja pensado de forma estratégica, identificando:

- áreas prioritárias (ex.: jovens talentos, atletas em transição para o alto rendimento, clubes com grande volume competitivo);
- necessidades específicas de cada grupo;
- os melhores canais de entrega educativa;
- parceiros institucionais fundamentais para maximizar o impacto.

3.2 – Percurso do Atleta

Ao identificarmos o percurso de um atleta, como se pode observar na Figura 1, podemos ver os diferentes estágios do desenvolvimento do atleta e dos seus potenciais grupos-alvo. É importante fazê-lo para que qualquer educação dada seja, sempre que possível, progressiva, partindo de uma introdução precoce aos valores desportivos e terminando com informações antidopagem relevantes para um grande evento para um atleta internacional.



De uma forma abrangente estão nesta estrutura todos os intervenientes no trajeto progressivo de um atleta:

- **Atletas** (de formação, amadores e profissionais)
- **Federações e Organizações Desportivas** (de modalidades, COP, CPP)
- **Clubes desportivos** (dirigentes, treinadores e staff técnico)
- **Escolas** (alunos do ensino básico e secundário, professores de Educação Física)
- **Pais e encarregados de educação**

3.3 - Identificação dos Grupos-Alvo:

Grupo	População-alvo	Estratégias
Seleções Nacionais A Atletas Elite/Olímpicos/Paralímpicos Clubes nível Internacional Treinadores / Dirigentes	+ 60 seleções A (M/F) 73 Atletas Olímpicos 21 Atletas Paralímpicos Clubes competições Internacionais	Formação Presencial anual Formação presencial grandes eventos ADEL para Atletas do Grupo Alvo ADEL para Atletas Internacionais ADEL para Grandes Eventos ADEL Pessoal de Apoio aos Atletas Webinares
Seleções Nacionais Jun. Esperanças Olímpicas Atletas nível Internacional Clubes nível Nacional UAARE Superior	+ 60 seleções sub23-sub18(M/F) 272 Esperanças Olímpicas 14 Esperanças Paralímpicas Clubes competições Nacionais 6 Instituições UAARE Superior	Formação Presencial anual Formação presencial grandes eventos ADEL para Atletas Internacionais ADEL para Atletas Nacionais ADEL para Grandes Eventos ADEL Pessoal de Apoio aos Atletas
Seleções Nacionais Jovens Atletas nível Nacional Clubes nível Regional UAARE	+ 60 Seleções sub-15-sub 17(M/F) Atletas competições Nacionais Clubes competições Regionais 25 Escolas UAARE	Formação Presencial bi-anual ADEL para Atletas Nacionais ADEL para Atletas Talentosos ADEL para Jovens Atletas ADEL Pessoal de Apoio aos Atletas
Cursos Técnicos de Desporto e Saúde Atletas Amadores Ginásios/Academias Fitness Pais/Encarregados Educação	533 Cursos Técnico Desporto 78 Cursos Técnico Gestão Desporto 1056 Ginásios/Clubes Fitness	Formação Presencial de base ADEL para Jovens Atletas ADEL para Desporto escolar e recreativo Jogos educativos
Escolas / Universidades Desporto Escolar	97 Instituições Ensino Superior 648 Escolas Secundárias 371 Escolas Básicas 3º Ciclo	Formação Presencial/on-line ADEL para Jovens Atletas ADEL para Desporto escolar e recreativo Jogos educativos

4. Metodologia

A metodologia adotada para o Plano Nacional de Educação para a Prevenção da Dopagem assenta em princípios de acessibilidade, progressividade, rigor científico e adequação pedagógica aos diferentes públicos-alvo, garantindo conformidade com as exigências internacionais aplicáveis. A implementação das ações educativas recorre a um conjunto diversificado de abordagens formativas que combinam metodologias ativas, aprendizagem experiencial, formação digital, iniciativas de sensibilização pública e recursos pedagógicos estruturados.

4.1 Atividades Formativas e de Sensibilização

As ações educativas formais e informais serão desenvolvidas através de:

- **Sessões educativas presenciais e online**, conduzidas por especialistas certificados, dirigidas a atletas, treinadores, dirigentes, professores, alunos e outros agentes desportivos.
- **Workshops interativos**, com metodologias participativas e momentos de reflexão orientada, incluindo contributos de atletas de referência e profissionais do sistema desportivo.
- **Debates e mesas-redondas** centrados em ética, integridade, responsabilidade e dopagem no desporto, promovendo pensamento crítico e diálogo informado.
- **Simulações, estudos de caso e dilemas éticos**, permitindo aos participantes aplicar conhecimentos em cenários reais e desenvolver capacidades de decisão informada.
- **Testemunhos reais de atletas**, partilhando experiências sobre os impactos pessoais, desportivos e sociais associados à dopagem.
- **Campanhas multiformato de comunicação**, incluindo vídeos educativos, podcasts, infográficos, conteúdos digitais, redes sociais e materiais de sensibilização a distribuir em contextos escolares e desportivos.

4.2 Atividades Práticas e Recursos Educativos

A implementação do programa educativo será suportada por recursos diversificados, garantindo uma aprendizagem dinâmica e acessível:

- **Plataforma digital ADEL (Agência Mundial Antidopagem)** com módulos interativos, percursos formativos específicos, quizzes e certificação.
- **Jogos educativos e materiais lúdico-pedagógicos**, orientados sobretudo a crianças e jovens, promovendo valores de desporto limpo desde as fases iniciais de desenvolvimento.
- **Distribuição de materiais informativos** em clubes, escolas, centros de alto rendimento e outras organizações desportivas, assegurando acesso equitativo à informação.
- **Projetos escolares, atividades de investigação e trabalhos de grupo** sobre dopagem, ética e integridade, integrados em contextos educativos formais e não formais.

- **Criação e coordenação da Rede Nacional de Embaixadores da ADoP**, composta por atletas, treinadores, professores e outros agentes, com o objetivo de reforçar a difusão local e regional das mensagens educativas e dos valores antidopagem.

5. Formação de Educadores e Formadores

A formação de Educadores Antidopagem constitui um eixo central do Plano Nacional de Educação para a Prevenção da Dopagem, assegurando a existência de profissionais qualificados capazes de transmitir, de forma rigorosa e pedagógica, os conteúdos essenciais associados ao desporto limpo. Este processo visa estruturar uma rede nacional de especialistas que contribuam para a disseminação consistente e harmonizada da educação antidopagem em todo o território, em articulação com o sistema desportivo e educativo nacional.

5.1 Objetivos da Formação

A formação de Educadores e Formadores tem como principais objetivos:

- Capacitar educadores para ministrar ações formativas de elevada qualidade sobre a prevenção da dopagem, ajustadas a diferentes públicos-alvo e contextos desportivos.
- Fornecer conhecimentos teóricos e práticos sólidos sobre o sistema antidopagem, incluindo enquadramento legal, ética, saúde e procedimentos operacionais.
- Desenvolver competências pedagógicas, comunicacionais e metodológicas adequadas à abordagem do tema em contextos formais e não formais.
- Criar e consolidar uma rede nacional de Educadores Antidopagem qualificados que contribuam para a promoção do desporto limpo.
- Identificar e mobilizar grupos-alvo preferenciais para o recrutamento de Educadores, tais como Professores de Educação Física, ex-atletas com perfil pedagógico, técnicos e profissionais com experiência formativa.

5.2 Estrutura da Formação

A formação é estruturada em cinco módulos, concebidos para garantir progressão, coerência pedagógica e consolidação de competências.

Módulo 1 — Introdução à Antidopagem

- Conceitos fundamentais, contexto histórico e evolução da luta contra a dopagem.
- Impacto da dopagem na ética desportiva, integridade competitiva e proteção do atleta.
- Enquadramento legal nacional e internacional, incluindo o Código Mundial Antidopagem.

Módulo 2 — Substâncias e Métodos Proibidos

- Tipologia de substâncias e métodos proibidos e respetivos efeitos fisiológicos.
- Processos de deteção, recolha de amostras e controlos antidopagem.
- Análise de casos reais e impactos na saúde e carreira desportiva.

Módulo 3 — Estratégias de Prevenção e Educação

- Metodologias de ensino da prevenção da dopagem em ambientes educativos e desportivos.
- Recursos pedagógicos, metodologias ativas e materiais de apoio.
- Papel dos educadores na promoção de comportamentos de desporto limpo.

Módulo 4 — Comunicação e Sensibilização

- Estratégias de comunicação com atletas jovens e adultos.
- Envolvimento de famílias, clubes e estruturas de apoio.
- Utilização de materiais audiovisuais, digitais e campanhas de sensibilização.

Módulo 5 — Avaliação e Aplicação Prática

- Elaboração de planos de formação adaptados a diferentes públicos-alvo.
- Simulações práticas de sessões formativas e análise das práticas pedagógicas.
- Avaliação do impacto formativo e procedimentos de monitorização das ações educativas.

5.3 Recrutamento de Educadores Antidopagem

Objetivo do Recrutamento

Identificar e seleccionar profissionais qualificados pertencentes aos quadros técnicos e educativos dos 14 Centros de Alto Rendimento (CAR), garantindo um grupo inicial de formadores com competência técnica e pedagógica para integrar a Rede Nacional de Educadores Antidopagem.

Perfil Preferencial dos Candidatos

- Formação em Educação Física, Ciências do Desporto ou áreas afins.
- Ex-atletas com perfil pedagógico e experiência formativa.
- Técnicos, treinadores ou coordenadores envolvidos em formação e acompanhamento de atletas.
- Interesse demonstrado em ética desportiva, prevenção da dopagem e promoção do desporto limpo.

Critérios de Seleção

- Pertencer ao quadro técnico ou educativo de um dos seguintes CAR: Jamor (Oeiras), Rio Maior, Caldas da Rainha, Montemor-o-Velho, Peniche, Loulé, Vila Real de Santo António, Braga, Maia, Anadia, Nazaré, Viana do Castelo, São Jacinto (Aveiro) e Golegã (se aplicável).
- Disponibilidade para frequentar integralmente as sessões presenciais e online.
- Capacidade demonstrada para replicar ações educativas nos contextos institucionais de origem.

Processo de Recrutamento

1. Envio de convite formal aos Diretores dos CAR para nomeação de candidatos.
2. Submissão de candidatura individual, acompanhada de CV e carta de motivação.
3. Avaliação das candidaturas por uma comissão técnica da ADoP.
4. Seleção final de 1 a 2 representantes por CAR.

Benefícios para os Participantes

- Certificação como **Educador Antidopagem ADoP**.
- Acesso a materiais pedagógicos, recursos digitais e plataforma ADEL.
- Integração na **Rede Nacional de Educadores Antidopagem**.
- Possibilidade de colaboração em iniciativas locais, regionais e nacionais.

5.4 Estrutura do Curso de Formação de Educadores Antidopagem

Fase 1 — Sessões Online (Webinars)

Objetivo: Introdução teórica e enquadramento global da antidopagem.

Formato: 4 sessões de 1h30 (via Teams ou Zoom).

Conteúdos:

- Sessão 1: Introdução à antidopagem e enquadramento legal.
- Sessão 2: Substâncias, métodos proibidos e impacto na saúde.
- Sessão 3: Estratégias educativas, prevenção e recursos pedagógicos.
- Sessão 4: Comunicação, sensibilização e papel do Educador.

Recursos:

- Plataforma ADEL
- Materiais de apoio (PDF)
- Quizzes interativos
- Fórum de discussão

Fase 2 — Sessões Presenciais (2 dias intensivos)

Objetivo: Capacitação prática, simulação de sessões e criação de planos educativos.

Local: A definir (preferencialmente Jamor ou Rio Maior).

Formato:

Dia 1:

- Dinâmicas de grupo e dilemas éticos.
- Simulações de sessões educativas.
- Testemunhos de atletas e especialistas.

Dia 2:

- Desenvolvimento de planos de formação adaptados aos públicos-alvo.
- Avaliação de impacto e monitorização.
- Apresentação dos projetos formativos.
- Cerimónia de certificação.

Facilitadores:

Equipa técnica da ADoP e especialistas convidados.

5.5 Resultados Esperados

- Formação de um grupo piloto de Educadores Antidopagem certificados.
- Constituição da Rede Nacional de Formadores dos CAR.
- Implementação autónoma de ações educativas locais, baseadas nos planos desenvolvidos pelos participantes.
- Reforço da capacidade nacional de educação antidopagem, assegurando cobertura territorial, consistência pedagógica e alinhamento internacional.

6. Conteúdos do Programa Educativo

Os conteúdos do Programa Nacional de Educação para a Prevenção da Dopagem foram definidos de acordo com as exigências do Padrão Internacional para a Educação, assegurando coerência pedagógica, abrangência temática e progressão adequada ao percurso do atleta e dos restantes agentes desportivos. Estes conteúdos constituem a base estruturante para o desenvolvimento das ações educativas, presenciais e digitais, e orientam a formação de atletas, treinadores, professores, dirigentes, pais e demais intervenientes no sistema desportivo.

Os temas nucleares abrangidos pelo programa incluem:

1. **Princípios e Valores Associados ao Desporto Limpo:** ética, fair play, responsabilidade e integridade.
2. **Governança do Sistema Global Antidopagem:** enquadramento internacional, papel das organizações e estrutura do sistema.
3. **Direitos e responsabilidades dos atletas, do Pessoal de Apoio aos Atletas e de outros grupos, de acordo com o Código** no âmbito do Código Mundial Antidopagem.
4. **Princípio da Responsabilidade Objetiva** e sua aplicação prática.
5. **Violações de Normas Antidopagem (VNA):** tipologia, exemplos e consequências.
6. **Impactos da Dopagem, na Saúde Física e Mental, impacto social e económicos e sanções.**
7. **Substâncias e Métodos Proibidos**, incluindo explicação da Lista Proibida.
8. **Uso de Medicamentos e Autorizações de Utilização Terapêutica (AUT).**
9. **Risco de doping não intencional, como os associados ao uso de suplementos**, entre outros.
10. **Procedimentos de Teste**, incluindo recolha de urina e sangue, e funcionamento do Passaporte Biológico do Atleta (PBA).
11. **Requisitos do Grupo-Alvo de Praticantes Desportivos (RTP/PT)**, incluindo sistema de localização e utilização do ADAMS.
12. **Estrutura de apoio disponível para partilhar preocupações e denunciar a dopagem**, reforçando a proteção do atleta e o ambiente desportivo seguro.

6.1 Estratificação dos Conteúdos por Nível de Complexidade

Tendo em consideração a diversidade dos públicos-alvo e o percurso de desenvolvimento dos atletas, os conteúdos acima identificados são apresentados em **três níveis de complexidade progressiva**. Esta estratificação permite adequar a profundidade da informação às necessidades, maturidade e responsabilidades de cada grupo-alvo.

Nível 1 – Reconhece

O participante **toma consciência** da existência do fenómeno da dopagem, dos seus riscos e impactos, reconhecendo a importância do desporto limpo.

Nível 2 – Compreende

O participante **compreende** os conceitos fundamentais, riscos, consequências e valores éticos associados à dopagem e ao sistema antidopagem.

Nível 3 – Implementa

O participante **aplica o conhecimento**, sendo capaz de tomar decisões informadas, adotar comportamentos de desporto limpo e cumprir plenamente as suas responsabilidades regulamentares.

6.2 Princípios Orientadores da Estratificação

A distribuição dos conteúdos por níveis de complexidade segue os seguintes princípios:

- **Adequação ao Percurso do Atleta:** jovens atletas iniciam com conteúdos de sensibilização (Nível 1) e progridem para conhecimento regulamentar (Nível 3).
- **Relevância Funcional:** treinadores, dirigentes, Pessoa, de Apoio ao Atleta e profissionais de saúde recebem conteúdos mais aprofundados e operacionais.
- **Responsabilidade Acrescida:** quanto maior a probabilidade de participação em competições oficiais e controlos antidopagem, maior a necessidade de domínio dos conteúdos (Nível 3).
- **Apoio à Tomada de Decisão Ética:** a progressão visa capacitar o participante para agir de forma responsável e ética em contextos desportivos complexos.

6.3 Articulação com a Tabela de Distribuição de Conteúdos

A estratificação apresentada orienta a tabela que se segue, onde os conteúdos educativos são distribuídos por:

- categoria de público-alvo,
- fase do percurso do atleta,
- nível de complexidade (1, 2 ou 3).

Esta organização assegura que cada participante recebe a informação certa, no momento certo, garantindo eficácia pedagógica e cumprimento das normas internacionais.

Tópicos	Seleções Nacionais A Atletas Elite/Olímpicos Clubes nível Internacional Treinadores/Dirigentes	Seleções Nacionais Jun. Esperanças Olímpicas Atletas nível Internacional Clubes nível Nacional UAAREs Superior	Seleções Nacionais Jovens Atletas nível Nacional Clubes nível Regional UAAREs	Cursos Técnicos de Desporto e Saúde Atletas Amadores Ginásios/Academias Fitness Pais/Encarregados Educação	Escolas Universidades Desporto Escolar
Princípios e Valores Associados ao Desporto Limpo	3	3	2	2	1
Governação do sistema global antidopagem	2	2	1	-	-
Direitos e responsabilidades dos atletas, do Pessoal de Apoio aos Atletas e de outros grupos, de acordo com o Código	3	2	2	1	1
O Princípio da Responsabilidade Objetiva	3	3	2	2	1
Violações de normas antidopagem (VNA)	3	2	2	2	1
Impactos da Dopagem, na Saúde Física e Mental, impacto social e económicos e sanções	3	3	2	1	1

Substâncias e métodos na Lista Proibida (Lista)	3	3	2	1	-
Uso de medicamentos e Autorizações de Utilização Terapêutica (AUTs)	3	2	1	1	1
Risco de doping não intencional, como os associados ao uso de suplementos;	3	2	2	2	1
Procedimentos de teste, incluindo urina, sangue e o Passaporte Biológico do Atleta (PBA)	3	3	2	1	-
Requisitos do Grupo-Alvo de Praticantes Desportivos (RTP/PT), incluindo Sistema de localização e uso do ADAMS	3	2	1	1	-
Estrutura de apoio disponível para partilhar preocupações e denunciar a dopagem	3	3	2	1	1

6.3 — Resultados de Aprendizagem (*Learning Outcomes*) e Comportamentos de Desporto Limpo (*Clean Sport Behaviors*)

6.3.1 Resultados de Aprendizagem e Comportamentos de Desporto Limpo

Os conteúdos do programa educativo são orientados por **Resultados de Aprendizagem** definidos para cada grupo-alvo, garantindo progressão pedagógica e alinhamento com o Padrão Internacional para a Educação 2027. Estes resultados determinam o que cada participante deve saber, compreender e ser capaz de aplicar após as ações educativas.

Resultados de Aprendizagem gerais do Programa Educativo:

- **RA1** — Identificar riscos associados a substâncias e métodos proibidos.
- **RA2** — Compreender direitos e responsabilidades de atletas e Pessoal de Apoio ao Atleta no sistema antidopagem.
- **RA3** — Reconhecer situações de risco e aplicar estratégias de prevenção.
- **RA4** — Tomar decisões informadas compatíveis com a integridade desportiva.
- **RA5** — Utilizar corretamente procedimentos antidopagem (incluindo ADAMS, AUT e requisitos de localização).
- **RA6** — Demonstrar comportamentos éticos consistentes com os valores do desporto limpo.

6.3.2 Comportamentos de Desporto Limpo (*Clean Sport Behaviors*)

- **CDL1** — Verificar todos os medicamentos antes de utilizar.

- **CDL2** — Recusar substâncias ou práticas de origem duvidosa ou não validada.
- **CDL3** — Comunicar dúvidas ou preocupações de forma proativa a fontes credenciadas.
- **CDL4** — Cumprir de forma rigorosa os procedimentos de controlo de dopagem.
- **CDL5** — Promover valores de ética, saúde e fair play entre colegas e comunidade.
- **CDL6** — Informar adequadamente treinadores, médicos e família sobre decisões que possam influenciar a integridade desportiva.

Educação de Atletas Sancionados por Infrações de Dopagem

Objetivo

Assegurar a reabilitação e reintegração ética de atletas sancionados, através de programas educativos proporcionais e alinhados com o *ISE 2027*.

Medida	Descrição	Indicador
Avaliação inicial	Diagnóstico das necessidades educativas no início da sanção	% de atletas avaliados
Plano educativo individual (PEI)	Definição de plano ajustado ao perfil e tipo de infração	% de atletas com PEI
Programa educativo estruturado	Sessões (presenciais/online) sobre regras, consequências, ética e decisão	Taxa de conclusão
Metodologias ativas	Utilização de estudos de caso, dilemas éticos e reflexão orientada	% de sessões com metodologias ativas
Acompanhamento	Monitorização do progresso durante a sanção	Nº de momentos de follow-up
Reintegração	Sessão de preparação para o regresso à competição	% de atletas que completam
Certificação e avaliação	Emissão de comprovativo e avaliação de impacto	Taxa de certificação; melhoria de conhecimentos

Monitorização e melhoria contínua	Acompanhamento da reincidência e atualização do programa	Taxa de reincidência; nº de revisões
--	--	--------------------------------------

7. Parcerias e Recursos

A implementação do Plano Nacional de Educação para a Prevenção da Dopagem exige a mobilização de um conjunto diversificado de entidades estratégicas, assegurando uma abordagem integrada, coerente e alinhada com o Sistema Antidopagem nacional e internacional. A articulação entre instituições é essencial para garantir a eficácia, amplitude e sustentabilidade das ações educativas, em conformidade com o Código Mundial Antidopagem e o Padrão Internacional para a Educação (ISE).

As parcerias e recursos identificados a seguir constituem a infraestrutura institucional necessária para a execução, monitorização e melhoria contínua do Plano.

7.1 Entidades de Coordenação e Governação

Autoridade Antidopagem de Portugal (ADoP)

- Entidade responsável pela **coordenação nacional** do Plano, supervisão metodológica, implementação das ações estratégicas, articulação com a Agência Mundial Antidopagem e monitorização do cumprimento das normas internacionais.
- Garante a **harmonização com o ISE**, assegura a capacitação dos Educadores Antidopagem e lidera a produção de materiais e recursos pedagógicos.

7.2 Parceiros do Sistema Desportivo

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)

- Estabelecimento de protocolos de cooperação para a integração da educação antidopagem nas rotinas de preparação olímpica e paralímpica.
- Divulgação dos valores do desporto limpo a atletas, treinadores e equipas técnicas.

Federações Desportivas Nacionais

- Implementação das ações formativas junto de atletas, treinadores e equipas de apoio.
- Adaptação dos conteúdos às especificidades das modalidades.
- Promoção ativa dos princípios antidopagem nas estruturas competitivas federadas.

7.3 Parceiros para Formação e Desenvolvimento

Fundação do Desporto / Rede Nacional de Centros de Alto Rendimento (CAR)

- Estrutura fundamental para a formação de Educadores e para a disseminação territorial das ações.
- Disponibilização de instalações, meios logísticos e enquadramento técnico para ações presenciais.

Ministério da Educação e Escolas (DGE / Direções Regionais)

- Estabelecimento de protocolos educativos com a Direção-Geral da Educação.
- Integração dos conteúdos de prevenção da dopagem nos programas educativos, incluindo:
 - **Unidades de Apoio ao Alto Rendimento nas Escolas (UAARE);**
 - Cursos Profissionais das áreas do Desporto e Saúde;
 - Formação contínua de professores e técnicos.
- Promoção de atividades pedagógicas em contexto escolar.

Universidades e Centros de Investigação / Ensino Superior

- Cooperação com a Direção-Geral do Ensino Superior (DGES).
- Integração em programas como **UAARE Superior**.
- Produção científica e apoio à elaboração de recursos pedagógicos, estudos, análises e avaliação de impacto.

7.4 Parceiros Territoriais e Comunitários

Municípios e Autarquias

- Apoio logístico e institucional à implementação local do plano, garantindo cobertura territorial abrangente.
- Promoção da educação antidopagem em escolas, clubes e programas municipais de desporto.
- Articulação com entidades locais não inseridas nas redes federadas ou nos programas UAARE.

7.5 Recursos Essenciais para a Implementação

A execução do plano requer a disponibilização de recursos adequados, incluindo:

Recursos Humanos

- Equipa técnica da ADoP dedicada à educação.
- Rede Nacional de Educadores Antidopagem (CAR, escolas, clubes, ensino superior).
- Especialistas convidados (juristas, médicos, psicólogos, atletas, treinadores).

Recursos Tecnológicos

- Plataforma **ADEL (WADA)** como base digital para formação, certificação e avaliação.
- Ferramentas de monitorização, recolha de dados e gestão de processos educativos.
- Bibliotecas digitais, módulos interativos e conteúdos multimédia.

Recursos Materiais

- Materiais pedagógicos, guias temáticos, infográficos, vídeos e kits escolares.
- Documentos oficiais de apoio à formação de Educadores.

Recursos Financeiros e Logísticos

- Orçamento anual dedicado à implementação do programa.
- Apoio logístico para ações presenciais, deslocações, campanhas e produção de materiais.
- Colaboração com parceiros institucionais para otimização de recursos.

8. Avaliação e Monitorização

A avaliação e a monitorização constituem componentes essenciais do Plano Nacional de Educação para a Prevenção da Dopagem, garantindo a qualidade, a eficácia e a conformidade do programa com o Código Mundial Antidopagem e o Padrão Internacional para a Educação (ISE). Este processo permite identificar progressos, medir impacto, orientar melhorias contínuas e assegurar que os objetivos educacionais definidos são alcançados de forma mensurável e sustentada.

As atividades de monitorização e avaliação decorrem em quatro dimensões complementares: monitorização contínua, avaliação das aprendizagens, avaliação do programa educativo e análise global de resultados.

<p>8.1 Monitorização contínua</p>	<p>De que forma?</p> <p>A monitorização consiste na recolha sistemática e contínua de dados sobre a implementação das atividades educativas, incluindo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • número de formações realizadas; • número de participantes, por grupo-alvo e por nível do percurso do atleta; • execução do Plano Anual de Educação; • registo de indicadores de participação, conclusão e satisfação; • acompanhamento da utilização de plataformas digitais (incluindo ADEL). <p>O processo inclui mecanismos de reporte internos e externos, garantindo rastreabilidade e documentação sólida para efeitos de conformidade.</p> <p>Quando?</p>
--	--

	<p>A monitorização ocorre durante todo o ciclo educativo, com recolha de dados:</p> <ul style="list-style-type: none"> • antes das ações (diagnóstico e planeamento), • durante as ações (monitorização formativa), • após as ações (registo final e análise preliminar).
<p>8.2 Avaliação das Aprendizagens</p>	<p>De que forma?</p> <p>A avaliação das aprendizagens permite determinar se os participantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • adquiriram os conhecimentos previstos nos Resultados de Aprendizagem; • desenvolveram competências associadas aos comportamentos de desporto limpo; • compreenderam conteúdos essenciais (por exemplo: responsabilidade objetiva, Lista Proibida, AUT, riscos de suplementos); • avaliaram positivamente a experiência formativa e a qualidade pedagógica. <p>São utilizados instrumentos como:</p> <ul style="list-style-type: none"> • quizzes, checklists, exercícios e simulações; • análise de participação; • questionários de feedback; • atividades práticas orientadas. <p>Quando?</p> <p>A avaliação das aprendizagens é realizada:</p> <ul style="list-style-type: none"> • durante as sessões (avaliação formativa) e • no final das atividades educativas (avaliação sumativa).
<p>8.3 Avaliação do Programa Educativo</p>	<p>De que forma?</p> <p>A avaliação do programa tem como objetivo verificar se as metas definidas no Plano Nacional e no Plano Anual foram cumpridas. Inclui:</p> <ul style="list-style-type: none"> • análise dos indicadores de sucesso; • verificação do alinhamento das ações com os objetivos gerais e específicos; • revisão da qualidade pedagógica das atividades; • análise da eficiência no uso dos recursos; • recolha de feedback dos Educadores Antidopagem e das entidades parceiras. <p>Quando?</p> <p>A avaliação do programa é realizada anualmente, permitindo ajustar estratégias, rever prioridades e atualizar o Plano Anual subsequente.</p>
<p>8.4 Analisar Global de</p>	<p>De que forma?</p>

Resultados e Impacto	<p>A análise global procura determinar:</p> <ul style="list-style-type: none">• o impacto real das ações educativas na prevenção da dopagem;• alterações de comportamento dos atletas e do Pessoal de Apoio ao Atleta;• evolução dos níveis de literacia antidopagem nos vários grupos-alvo;• evidências de adoção de comportamentos de desporto limpo;• contributo para a criação de ambientes desportivos mais seguros e éticos. <p>Inclui indicadores quantitativos e qualitativos, relatórios descritivos, análise longitudinal e avaliação multicritério.</p> <p>Quando?</p> <p>A análise de impacto ocorre:</p> <ul style="list-style-type: none">• no final de cada ano civil, como parte do Relatório Anual de Avaliação;• no final de cada ciclo olímpico, permitindo avaliar tendências de médio prazo e redefinir estratégias estruturais.
-----------------------------	---

8.5 Estrutura do Relatório Anual de Avaliação

O Relatório Anual de Avaliação documenta os resultados educativos alcançados e a conformidade do programa com o ISE 2027.

O relatório incluirá:

1. Dados de monitorização

- número total de ações educativas realizadas;
- número total de participantes por grupo-alvo.

2. Distribuição por percurso do atleta (Athlete Pathway)

- jovens, nacionais, internacionais, elite, ASP.

3. Resultados das avaliações dos formandos

- médias obtidas, progressão e taxas de conclusão.

4. Resultados da experiência dos participantes

- satisfação, clareza dos conteúdos, aplicabilidade.

5. Feedback dos Educadores

- boas práticas, dificuldades, necessidades formativas adicionais.

6. Análise do cumprimento dos objetivos do programa

- comparação entre metas e resultados alcançados.

7. Conclusões e Recomendações

- prioridades de melhoria para o ciclo seguinte;
- orientações para o próximo Plano Anual de Educação.

9. Implementação e Sustentabilidade

A implementação do Plano Nacional de Educação para a Prevenção da Dopagem assenta numa estratégia faseada, progressiva e sustentada, garantindo a continuidade das ações, a articulação entre entidades e a conformidade permanente com o Código Mundial Antidopagem e o Padrão Internacional para a Educação (ISE). Este capítulo define as fases de execução, os mecanismos de capacitação e os elementos estruturais necessários para assegurar a sustentabilidade do programa.

9.1 Fases de Implementação

A execução do Plano decorre em três fases complementares, interligadas e contínuas:

Fase 1 — Sensibilização e Divulgação

- Divulgação nacional do programa em escolas, clubes, federações, CAR e instituições parceiras.
- Apresentação pública dos materiais, recursos educativos e orientações metodológicas.
- Mobilização antecipada de Educadores, ASP, professores e demais intervenientes.
- Reforço das campanhas de comunicação e das iniciativas de visibilidade pública sobre o desporto limpo.

Fase 2 — Expansão das Atividades Educativas

- Implementação alargada das ações educativas presenciais e digitais.
- Integração sistemática da educação antidopagem nas estruturas federativas, UAARE, ensino superior, clubes e CAR.
- Divulgação de conteúdos ajustados por percurso do atleta e categoria de público-alvo.
- Desenvolvimento das atividades no terreno pelos Educadores Antidopagem, apoiados pela ADoP e pelos parceiros institucionais.

Fase 3 — Avaliação, Melhoria Contínua e Consolidação

- Avaliação anual dos resultados, cumprimento dos objetivos e eficácia das metodologias.
- Revisão e atualização do Plano Anual de Educação com base nos indicadores de impacto.
- Ajustes estruturais ao programa, integrando novos desafios, necessidades e recomendações.

- Consolidação progressiva das redes formativas e do sistema nacional de educação antidopagem.

9.2 Capacitação Contínua de Formadores e Agentes Desportivos

A sustentabilidade do programa exige um investimento permanente na qualificação dos agentes envolvidos. Nesse sentido, prevê-se:

- **Formação contínua de treinadores, professores, dirigentes e pessoal de apoio ao Atleta**, assegurando atualização regular dos conteúdos e boas práticas.
- **Capacitação específica e certificada de Educadores Antidopagem**, realizada em parceria com:
 - Fundação do Desporto,
 - Rede nacional de Centros de Alto Rendimento (CAR),
 - Direção-Geral da Educação,
 - Instituições de ensino superior e escolas profissionais.

Estas medidas garantem a existência de uma **equipa nacional de Educadores**, com dedicação parcial (escolas) ou permanente (CAR), assegurando cobertura territorial e continuidade das ações educativas.

O programa prevê ainda o **recrutamento de antigos atletas** com perfil pedagógico e experiência prática relevante, contribuindo para um corpo formativo multidisciplinar e representativo da realidade desportiva.

9.3 Sustentabilidade Institucional e Financeira

A sustentabilidade do Plano Nacional depende da garantia de recursos estáveis, mecanismos de apoio continuado e compromisso institucional das entidades envolvidas. Assim, preveem-se:

Garantias de Sustentabilidade

- Financiamento anual dedicado à implementação do programa educativo.
- Mecanismos formais de apoio logístico e institucional assegurados pela ADoP e pelos parceiros estratégicos.
- Integração da educação antidopagem em políticas públicas de educação, juventude e desporto.
- Atualização regular dos recursos pedagógicos, materiais informativos e plataformas de apoio.

Sustentabilidade Estratégica

- Reforço da Rede Nacional de Educadores, garantindo continuidade e renovação.
- Manutenção de parcerias com entidades nacionais e internacionais (CAR, UAARE, COP/PPP, federações, autarquias, universidades).

- Melhoria contínua baseada nos resultados das avaliações anuais e do ciclo olímpico.
- Conformidade permanente com as exigências da WADA no âmbito do Code Compliance.

Conclusão

O Plano Nacional de Educação para a Prevenção da Dopagem constitui um instrumento estruturante da estratégia nacional de promoção do desporto limpo, reforçando o compromisso da Autoridade Antidopagem de Portugal (ADoP) com a integridade, a ética e a proteção dos praticantes desportivos. Este Plano alinha-se com as exigências internacionais definidas pelo Código Mundial Antidopagem e pelo Padrão Internacional para a Educação (ISE), assegurando coerência, qualidade e harmonização das ações educativas em todo o território nacional.

A sua implementação depende da mobilização coordenada de todas as entidades envolvidas no sistema desportivo e educativo — clubes, federações, escolas, instituições de ensino superior, CAR, autarquias, famílias e profissionais de saúde — numa lógica de corresponsabilidade e compromisso contínuo. Só através desta articulação será possível criar ambientes desportivos seguros, éticos e informados, capazes de apoiar o desenvolvimento integral dos atletas ao longo de todas as fases do seu percurso.

A educação antidopagem não se limita à transmissão de conhecimentos: constitui um investimento estruturado na formação de cidadãos responsáveis, críticos e conscientes das suas decisões. A consolidação deste Plano permitirá reforçar uma cultura desportiva baseada no respeito pelas regras, na saúde e no fair play, contribuindo para a construção de uma nova geração de atletas que valorizam a integridade como um elemento essencial da prática desportiva.

O sucesso deste Plano dependerá, assim, da capacidade conjunta das entidades parceiras em garantir a sua execução, monitorização e melhoria contínua, assegurando que a prevenção da dopagem se afirma, em Portugal, como uma prioridade nacional e um pilar fundamental do desenvolvimento desportivo.