



# Score 4 Inclusion

*Connect Sport and Social Inclusion*

Referência do Projeto: ERASMUS-SPORT-2024-SSCP – 101185329

Coordenador: Instituto Europeu de Estudos Superiores (IEES)

Parceiro: Universidad Pablo de Olavide

Data: Abril de 2026



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.

## Autores/ Editores:

Joana Costa

Dimas Pinto

Aldina Silva

Natália Winckler

Marta García Tascón

José Carlos Jáenes Sánchez

María Rosario Teva Villén

David Alarcón Rubio

## Parceiros:



Co-funded by  
the European Union



# ÍNDICE

Nota Introdutória	04
<hr/>	
1. Diagnóstico: o Estado do Desporto	05
<hr/>	
2. Área 1 – Violência no Desporto	07
<hr/>	
3. Área 2 – Discriminação e Racismo	09
<hr/>	
4. Área 3 – Igualdade de Género	11
<hr/>	
5. Área 4 – Inclusão de Pessoas com Deficiência	13
<hr/>	
6. Área 5 – Formação de Agentes Desportivos	15
<hr/>	
7. Área 6 – Mecanismos Institucionais e Políticas Públicas	17
<hr/>	
8. Conclusão	19



## NOTA INTRODUTÓRIA

O desporto é um dos fenómenos sociais e culturais mais transversais das sociedades contemporâneas. A sua capacidade de reunir pessoas de diferentes origens, culturas e condições de vida confere-lhe um potencial singular para a promoção de valores como o respeito, a solidariedade, a cooperação e a inclusão. Contudo, este potencial não se realiza de forma automática. O desporto é também um espaço onde persistem práticas discriminatórias, racistas, violentas e intolerantes, que reproduzem e ampliam as desigualdades presentes na sociedade.

A presente Carta de Propostas é um dos resultados do projeto SCORE 4 INCLUSION (Ref. 101185329), financiado pelo programa Erasmus+ da União Europeia, no âmbito das Parcerias de Pequena Escala no Desporto (ERASMUS-SPORT-2024-SSCP). O projeto foi implementado entre março de 2025 e abril de 2026, envolvendo o Instituto Europeu de Estudos Superiores – IEES (Portugal) como entidade coordenadora e a Universidad Pablo de Olavide – UPO (Espanha) como entidade parceira.

Ao longo de 14 meses, o consórcio desenvolveu um conjunto articulado de atividades de investigação, formação, sensibilização e disseminação, que incluíram uma revisão do estado da arte sobre discriminação, racismo e violência no desporto em Portugal e em Espanha; a aplicação de um questionário diagnóstico a 118 participantes dos dois países; a realização de Laboratórios Locais de Empreendedorismo em ambos os países; um Laboratório Transnacional Ibérico; sessões de follow-up; e seminários públicos com centenas de participantes.

As propostas contidas neste documento emergem diretamente dos dados recolhidos e das reflexões desenvolvidas ao longo do projeto. Dirigem-se a múltiplos destinatários (entidades governamentais, federações e associações desportivas, clubes, instituições de ensino e comunidade em geral) e organizam-se em torno de seis áreas temáticas: violência no desporto; discriminação e racismo; igualdade de género; inclusão de pessoas com deficiência; formação de agentes desportivos; mecanismos institucionais e políticas públicas. Para além das propostas institucionais, este documento integra contributos provenientes dos atletas que fizeram parte deste projeto, reforçando a responsabilidade de desportistas, treinadores, entidades e instituições, essenciais para a construção de ambientes mais seguros, inclusivos e que respeitem os direitos humanos.

Esta Carta é um instrumento que visa dar suporte a quem tem o poder e a responsabilidade de tornar o desporto num espaço genuinamente inclusivo, seguro e justo para todos e todas.

## 1. DIAGNÓSTICO: O ESTADO DO DESPORTO EM PORTUGAL E EM ESPANHA

A revisão da literatura e os dados empíricos recolhidos no âmbito do projeto SCORE 4 INCLUSION permitem traçar um diagnóstico claro: apesar dos avanços legislativos e institucionais registados nas últimas décadas, o desporto continua a ser um espaço onde a violência, a discriminação e a exclusão persistem de forma estrutural.

### 1.1 Evidências do Projeto

Os dados recolhidos no contexto do projeto revelam uma realidade preocupante. O questionário adaptado do Observatório Nacional da Violência contra Atletas (ObNVA, 2025), aplicado a 118 participantes no contexto ibérico, identificou:

- 1.A violência verbal como o tipo de violência mais frequentemente reportado, seguida da violência psicológica.
- 2.O membro da equipa técnica (treinador ou adjunto) como o agressor mais frequentemente identificado, seguido de colegas de equipa.
- 3.A pressão para obter resultados acima da média e uma cultura desportiva que normaliza determinados comportamentos violentos como os principais motivos atribuídos às agressões.
- 4.Os impactos mais frequentes nos atletas: dificuldade de concentração, nervosismo ou ansiedade, tristeza e deterioração do rendimento desportivo.

No seminário realizado em Portugal (26 de fevereiro de 2026, Cinema Teatro de Fafe, 216 participantes), os resultados do questionário de avaliação interativo Mentimeter revelaram:

- 1.84% dos participantes (162 respostas) consideraram o racismo no desporto um problema estrutural e recorrente.
- 2.64% dos participantes afirmaram não existir igualdade de oportunidades entre homens e mulheres no desporto (153 respostas).
- 3.53% identificaram a violência verbal como o tipo de violência mais frequente no desporto (164 respostas).
- 4.75% afirmaram que no desporto se deve ganhar com valores, e não a qualquer custo (145 respostas).





## 1.2 Enquadramento Legal e Político

Em Portugal, a Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto (Lei n.º 5/2007, de 16 de janeiro) consagra os princípios da universalidade e igualdade, da ética desportiva, da coesão territorial e da colaboração institucional. A Constituição da República Portuguesa garante, no seu artigo 79.º, o direito de todos os cidadãos à cultura física e ao desporto. O Plano

Nacional de Ética no Desporto (PNED) visa combater a visão mercantilista do desporto, privilegiando a sua função educativa e humanista.

Em Espanha, a Lei 39/2022, de 30 de dezembro, do Desporto estabelece disposições específicas para a prática desportiva de menores de idade (artigo 7.º), proibindo qualquer forma de discriminação. A Lei Orgânica 8/2021, de 4 de junho (Ley LOPIVI), define violência de forma abrangente, incluindo a violência digital, e estabelece um quadro de proteção integral de crianças e adolescentes. A Junta de Andaluzia desenvolveu o Protocolo Marco de Atuação para a Proteção de Pessoas Menores face à Violência no Desporto, com apoio da plataforma RIASPORT.

Apesar destes quadros legais, a implementação prática das políticas de inclusão e proteção no desporto continua a ser desigual e insuficiente. A coordenação entre os diferentes atores – entidades governamentais, federações, clubes e escolas – é frequentemente inadequada. Os mecanismos de denúncia são pouco conhecidos e subtilizados. A formação dos agentes desportivos em matéria de inclusão e não-discriminação é escassa e não sistemática.

## 1.3 Atitudes e Responsabilidades no Desporto

Os agentes desportivos, com as suas atitudes e responsabilidades são determinantes na prevenção da violência, discriminação e outras formas de exclusão. Com este projeto verifica-se que grande parte dos problemas identificados no desporto são resultantes, não apenas pelas lacunas institucionais, mas também da normalização de práticas comportamentais inadequadas, destacando-se como um dos principais desafios a ausência de protocolos, a falta de responsabilização dos intervenientes, a normalização de comportamentos agressivos e, à carência de canais de comunicação no apoio às vítimas. A falta de consciencialização e de formação sobre o impacto das atitudes individuais no ambiente coletivo, é notório.

Desta forma, é reforçada a ideia de que todos os agentes desportivos, atletas, treinadores, dirigentes, árbitros e instituições, são fundamentais na criação de ambientes seguros, inclusivos e respeitadores.

## 2. ÁREA 1 – VIOLÊNCIA NO DESPORTO

### 2.1 Diagnóstico

A violência no desporto manifesta-se de múltiplas formas – física, verbal, psicológica e digital – e envolve diferentes tipos de agressores e contextos. Os dados do projeto revelam que a violência verbal é a mais frequente, ocorrendo frequentemente durante os treinos e nas imediações dos espaços desportivos. O principal agressor identificado é um membro da equipa técnica, o que sublinha a importância da dimensão relacional e hierárquica no contexto desportivo.

A cultura desportiva dominante, centrada nos resultados e na vitória a qualquer custo, cria condições para a normalização de comportamentos violentos. O "hooliganismo" associado ao futebol de espetáculo é frequentemente mediático, mas a violência quotidiana nos treinos e nos balneários é muito mais prevalente e sistematicamente invisibilizada.

*Dado-chave do projeto: 53% dos participantes do seminário português identificaram a violência verbal como o tipo mais frequente de violência no desporto. O questionário ObNVA (118 respostas) revelou que a violência ocorre maioritariamente durante os treinos e é exercida principalmente por membros da equipa técnica.*

### 2.2 Propostas

**Proposta 1.** Criar e implementar, em todos os clubes e associações desportivas, um Código de Conduta obrigatório que defina de forma clara os comportamentos adequados, complementando a legislação de proteção de menores e jovens em perigo (Lei n.º 147/99), os procedimentos de denúncia e as consequências disciplinares aplicáveis a atletas, treinadores, dirigentes, familiares e espectadores

*Destinatários: Federações desportivas, Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), Consejo Superior de Deportes (CSD), clubes desportivos.*

**Proposta 2.** Estabelecer mecanismos de denúncia anónimos, acessíveis e eficazes em todas as organizações desportivas, garantindo a proteção dos denunciantes e o acompanhamento adequado das situações reportadas.

*Destinatários: IPDJ, CSD, federações desportivas, Comissão Nacional de Proteção de Crianças e Jovens (CNPCJR), entidades equivalentes em Espanha.*





**Proposta 3.** Promover programas de intervenção desportiva estruturada dirigidos a jovens em risco, utilizando o desporto como metodologia de inclusão social e de prevenção de comportamentos violentos.

*Destinatários: Municípios, associações de desenvolvimento local, clubes desportivos, instituições de ensino.*

**Proposta 4.** Integrar, nos regulamentos das competições desportivas federadas, sanções progressivas e proporcionais para atos de violência verbal, psicológica e física, independentemente do nível competitivo.

*Destinatários: Federações desportivas nacionais e internacionais, IPDJ, CSD.*

**Proposta 5.** Desenvolver campanhas de sensibilização regulares dirigidas a familiares e espectadores, promovendo uma cultura de fair play e de respeito nos recintos desportivos.

*Destinatários: IPDJ, CSD, federações desportivas, municípios, meios de comunicação social.*

**Proposta 6.** Responsabilizar cada agente desportivo (atletas, treinadores, dirigentes, familiares) na prevenção e na resposta a comportamentos violentos, incluindo na obrigatoriedade de intervenção, sinalização ou reporte de situações de risco.

*Destinatários: Federações desportivas, IPDJ, CSD, clubes desportivos, instituições de ensino.*

## 3. ÁREA 2 – DISCRIMINAÇÃO E RACISMO

### 3.1 Diagnóstico

O racismo e a discriminação étnica no desporto são fenómenos persistentes e estruturais, apesar da sua crescente visibilidade pública nos últimos anos. Em Portugal e em Espanha, como em toda a Europa, atletas de minorias étnicas e raciais continuam a ser alvo de comportamentos discriminatórios por parte de adversários, colegas de equipa, treinadores, dirigentes e espectadores.

A investigação europeia confirma que a discriminação no desporto não se limita aos estádios de futebol: ocorre também nos treinos, nos balneários, nos processos de seleção e na progressão das carreiras desportivas. A "normalização" de certos comportamentos discriminatórios, tratados como "brincadeiras" ou como parte da "cultura desportiva", dificulta o reconhecimento e a denúncia dos episódios.

*Dado-chave do projeto: 84% dos participantes do seminário português (162 respostas) consideraram o racismo no desporto um problema estrutural e recorrente – e não um problema isolado ou exagerado pelos media. As palavras mais frequentes para descrever o que sentiram ao ver casos de racismo no desporto foram: triste, mal, nojo, revolta e envergonhado.*

### 3.2 Propostas

**Proposta 1.** Adotar políticas de tolerância zero face ao racismo e à discriminação étnica em todos os níveis do desporto, com protocolos claros de atuação imediata e sanções proporcionais à gravidade dos atos.

*Destinatários: Federações desportivas, IPDJ, CSD, clubes desportivos, árbitros e delegados de campo.*

**Proposta 2.** Criar observatórios permanentes de monitorização da discriminação no desporto, a nível nacional, que recolham dados sistemáticos sobre incidentes, permitindo a avaliação das políticas existentes e a definição de respostas baseadas em evidência.

*Destinatários: IPDJ, CSD, Governo (Ministério do Desporto), academia e centros de investigação.*





**Proposta 3.** Implementar programas de educação intercultural nos clubes e associações desportivas, promovendo o diálogo entre atletas de diferentes origens étnicas, culturais e religiosas, e utilizando o desporto como espaço de encontro e de construção de identidades partilhadas, incluindo práticas de identificação, interrupção e reporte de comportamentos discriminatórios em contexto desportivos.

*Destinatários: Clubes desportivos, escolas, associações de migrantes, municípios, Erasmus+.*

**Proposta 4.** Garantir a representação de pessoas de minorias étnicas e raciais em cargos de liderança, direção técnica, arbitragem e administração nas organizações desportivas, através de medidas ativas de recrutamento e de políticas de diversidade.

*Destinatários: Federações desportivas, clubes, IPDJ, CSD.*

**Proposta 5.** Promover a utilização dos media e das redes sociais como espaços de contra narrativa ao discurso racista no desporto, incentivando atletas e treinadores a tomarem posição pública contra comportamentos discriminatórios.

*Destinatários: Meios de comunicação social, plataformas digitais, federações desportivas, atletas de alta competição.*

## 4. ÁREA 3 – IGUALDADE DE GÉNERO

### 4.1 Diagnóstico

A desigualdade de género no desporto manifesta-se em múltiplas dimensões: acesso e participação, condições de prática, cobertura mediática, financiamento, remuneração e representação em cargos de liderança. Em 2015, apenas 14% dos cargos de decisão nas organizações desportivas europeias eram ocupados por mulheres. Em Portugal, a prática desportiva regular diminui drasticamente nas mulheres a partir dos 25 anos (Comissão Europeia, 2022). Os estereótipos de género continuam a influenciar as escolhas desportivas e as trajetórias de atletas, treinadores e dirigentes.

A violência de género no desporto, incluindo assédio sexual, abuso de poder e discriminação baseada na gravidez ou maternidade, é uma realidade documentada que permanece frequentemente silenciada. A pressão para a conformidade com normas de género tradicionais afeta tanto mulheres como homens no contexto desportivo.

*Dado-chave do projeto: 64% dos participantes do seminário português afirmaram não existir igualdade de oportunidades entre homens e mulheres no desporto (153 respostas). Apenas 13% consideraram que essa igualdade existe plenamente. O testemunho da atleta olímpica Jéssica Augusto sobre práticas discriminatórias ligadas à maternidade foi apontado como um dos momentos mais marcantes do seminário.*

### 4.2 Propostas

**Proposta 1.** Implementar planos de igualdade de género obrigatórios em todas as federações desportivas e nos clubes com financiamento público, com metas quantificadas, prazos definidos e mecanismos de avaliação independente.

*Destinatários: Governo (Ministério do Desporto e da Igualdade), IPDJ, CSD, federações desportivas.*

**Proposta 2.** Garantir a paridade de condições de prática, financiamento e cobertura mediática entre as modalidades e equipas femininas e masculinas, nomeadamente ao nível dos apoios públicos e dos contratos de patrocínio.

*Destinatários: Governo, federações desportivas, meios de comunicação social, patrocinadores privados.*





**Proposta 3.** Criar programas específicos de apoio à participação desportiva de mulheres em fases de transição de vida (maternidade, regresso ao trabalho, menopausa), reconhecendo e respondendo às barreiras específicas que enfrentam.

*Destinatários: IPDJ, CSD, municípios, clubes desportivos, empresas.*

**Proposta 4.** Adotar medidas de discriminação positiva para aumentar a presença de mulheres em cargos de direção, treinamento e arbitragem nas organizações desportivas, incluindo quotas mínimas em órgãos diretivos.

*Destinatários: Federações desportivas, IPDJ, CSD, Governo.*

**Proposta 5.** Proibir explicitamente e sancionar eficazmente qualquer forma de discriminação com base na gravidez, maternidade ou paternidade no contexto desportivo, assegurando que os contratos e os apoios a atletas não possam ser rescindidos ou suspensos com base nesses fundamentos.

*Destinatários: Governo (legislação laboral e desportiva), federações desportivas, IPDJ, CSD.*

**Proposta 6.** Promover ativamente práticas de prevenção de comportamentos discriminatórios no quotidiano desportivo, incluindo uma linguagem inclusiva e intervir a comentários ou atitudes sexistas, responsabilizando os diferentes agentes.

*Destinatários: Clubes desportivos, federações desportivas, IPDJ, CSD, instituições de ensino.*

## 5. ÁREA 4 – INCLUSÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

### 5.1 Diagnóstico

As pessoas com deficiência apresentam níveis de atividade física significativamente inferiores aos da população geral e são mais dependentes de recomendação médica para iniciar a prática desportiva. As barreiras à sua participação no desporto são múltiplas e intersectadas: estruturais (exigências de desempenho sem adaptações), atitudinais (superproteção ou rejeição por falta de conhecimento e formação) e ambientais (barreiras arquitetónicas, de transporte e de custo). As organizações desportivas frequentemente não contemplam todas as idades, interesses ou capacidades, excluindo sistematicamente as pessoas com deficiência que não se enquadram nos parâmetros de classificação do desporto paralímpico competitivo.

*Referência: Segundo Pereira (2023), as pessoas com deficiência em Portugal são geralmente mais sedentárias e apresentam taxas mais elevadas de depressão, obesidade, doenças cardiovasculares e diabetes tipo 2. A Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência (Artigo 30.º) estabelece um quadro juridicamente vinculativo para a inclusão no desporto.*

### 5.2 Propostas

**Proposta 1.** Exigir que todos os recintos desportivos com financiamento público cumpram integralmente as normas de acessibilidade universal, garantindo condições adequadas de acesso, permanência e participação para pessoas com deficiência.

*Destinatários: Governo, municípios, IPDJ, CSD, entidades gestoras de equipamentos desportivos.*

**Proposta 2.** Criar e financiar programas de desporto adaptado e inclusivo que vão além do modelo paralímpico competitivo, respondendo às necessidades e interesses de pessoas com diferentes tipos e graus de deficiência, em contextos de desporto recreativo, escolar e federado.

*Destinatários: IPDJ, CSD, Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência, municípios, clubes.*





**Proposta 3.** Integrar obrigatoriamente módulos de formação em desporto adaptado e inclusão de pessoas com deficiência nos currículos de formação inicial e contínua de treinadores, professores de educação física e técnicos desportivos.

*Destinatários: Instituições de ensino superior, IPDJ, CSD, federações desportivas.*

**Proposta 4.** Desenvolver uma linguagem e metodologia comuns entre os setores da saúde, da educação e do desporto para a promoção da atividade física junto de pessoas com deficiência, superando a fragmentação institucional que atualmente dificulta o acesso à prática desportiva.

*Destinatários: Ministérios da Saúde, Educação e Desporto, IPDJ, CSD, ordens profissionais.*

**Proposta 5.** Implementar sistemas de monitorização e recolha de dados desagregados por tipo de deficiência nos relatórios anuais das organizações desportivas, permitindo identificar lacunas e avaliar o impacto das políticas de inclusão.

*Destinatários: IPDJ, CSD, federações desportivas, institutos nacionais de estatística.*

## 6. ÁREA 5 – FORMAÇÃO DE AGENTES DESPORTIVOS

### 6.1 Diagnóstico

Os treinadores, professores de educação física, árbitros, dirigentes e técnicos desportivos são os agentes com maior influência direta na cultura e no clima dos ambientes desportivos. São eles que definem, pela sua prática quotidiana, se o desporto é ou não um espaço inclusivo, seguro e respeitador da dignidade de todos. Contudo, a formação destes agentes em matéria de inclusão, não-discriminação, direitos humanos e proteção de menores é frequentemente insuficiente, não sistemática e desatualizada.

Os dados do projeto SCORE 4 INCLUSION revelam que o principal agressor nos contextos desportivos é frequentemente o próprio membro da equipa técnica. Isto não significa necessariamente má-fé: significa, muitas vezes, falta de formação e de consciência sobre o impacto dos seus comportamentos. A formação é, por isso, uma das alavancas de mudança mais poderosas e mais urgentes.

*Dado-chave do projeto: O questionário ObNVA (2025) identificou o membro da equipa técnica como o agressor mais frequente nos contextos desportivos. A avaliação do Laboratório Local de Espanha revelou que os participantes identificaram como principais aprendizagens: "não ficar parado perante a violência", "distinguir os tipos de agressão e as respostas possíveis" e "o papel da psicologia no desporto".*

### 6.2 Propostas

**Proposta 1.** Tornar obrigatória a formação em inclusão, não-discriminação e proteção de menores para a obtenção e renovação de cédulas e licenças de treinador, árbitro e técnico desportivo em todos os níveis de certificação.

*Destinatários: IPDJ, CSD, federações desportivas, instituições de formação.*





**Proposta 2.** Criar um referencial nacional de competências em inclusão e não-discriminação para os agentes desportivos, articulado com os quadros europeus de referência (Erasmus+, Conselho da Europa), e integrá-lo nos planos curriculares dos cursos de licenciatura e mestrado em Ciências do Desporto.

*Destinatários: Ministério do Desporto, Ministério da Educação e Ciência, instituições de ensino superior, IPDJ, CSD.*

**Proposta 3.** Desenvolver e disponibilizar gratuitamente recursos pedagógicos de educação não-formal sobre inclusão, não-discriminação e prevenção da violência no desporto, destinados a treinadores e técnicos de todos os níveis, incluindo materiais digitais, vídeos e guias de boas práticas.

*Destinatários: IPDJ, CSD, federações desportivas, universidades, projetos Erasmus+.*

**Proposta 4.** Promover a figura do "agente de inclusão" nos clubes desportivos – um técnico ou voluntário com formação específica em inclusão, não-discriminação e mediação de conflitos, responsável por acompanhar os atletas em situações de vulnerabilidade e por garantir o cumprimento das políticas de inclusão do clube.

*Destinatários: Clubes desportivos, federações, municípios, IPDJ, CSD.*

**Proposta 5.** Reconhecer e valorizar, nos sistemas de financiamento público do desporto, as práticas de formação e de inclusão desenvolvidas pelas organizações desportivas, criando incentivos para a adoção de boas práticas e penalizações para o incumprimento sistemático.

*Destinatários: Governo, IPDJ, CSD, municípios.*

## 7. ÁREA 6 – MECANISMOS INSTITUCIONAIS E POLÍTICAS PÚBLICAS

### 7.1 Diagnóstico

A eficácia das políticas de inclusão no desporto depende não apenas da qualidade das normas jurídicas, mas sobretudo da existência de mecanismos institucionais robustos que garantam a sua implementação efetiva. Em Portugal e em Espanha, como na generalidade dos países europeus, existe uma significativa lacuna entre o que está legislado e o que acontece na prática quotidiana do desporto. A coordenação entre os diferentes níveis de governação – nacional, regional e local – é frequentemente deficiente. O financiamento das políticas de inclusão é insuficiente e irregular. A avaliação do impacto das medidas adotadas é rara e pouco sistemática.

O modelo de desporto baseado exclusivamente em resultados e em espetáculo, dominante no espaço público mediático, cria uma pressão constante sobre os valores educativos e inclusivos do desporto. As políticas públicas precisam de contrariar ativamente esta tendência, reforçando a função social do desporto e garantindo que os recursos públicos sirvam prioritariamente essa função.

### 7.2 Propostas

**Proposta 1.** Criar um Plano Nacional de Inclusão no Desporto, com horizonte plurianual, metas quantificadas e dotação orçamental garantida, que integre de forma coerente as políticas relativas à violência, à discriminação, à igualdade de género e à inclusão de pessoas com deficiência.

*Destinatários: Governo (Ministério do Desporto), IPDJ, CSD, em articulação com a Comissão Europeia e o Conselho da Europa.*

**Proposta 2.** Condicionar o financiamento público de federações e clubes desportivos ao cumprimento de critérios mínimos de inclusão, nomeadamente: existência de código de conduta, formação dos agentes desportivos em inclusão, mecanismos de denúncia operacionais e dados desagregados sobre participação.

*Destinatários: Governo, IPDJ, CSD, municípios.*





**Proposta 3.** Estabelecer protocolos de cooperação sistemática entre as organizações desportivas e os serviços sociais, de saúde e de educação, garantindo respostas integradas e multissetoriais para atletas em situação de vulnerabilidade.

*Destinatários: Governo, municípios, organismos de segurança social, instituições de saúde, escolas.*

**Proposta 4.** Criar uma linha de apoio e um serviço de acompanhamento especializado para atletas vítimas de violência, discriminação ou assédio no contexto desportivo, garantindo confidencialidade, acompanhamento psicológico e acesso a informação sobre os seus direitos.

*Destinatários: IPDJ, CSD, organismos de igualdade, ordens profissionais de psicologia e de serviço social.*

**Proposta 5.** Promover a ratificação e a implementação efetiva das recomendações do Conselho da Europa e das diretivas da União Europeia em matéria de inclusão no desporto, assegurando a sua tradução em legislação e em práticas concretas ao nível nacional e local.

*Destinatários: Governo, Assembleia da República, Cortes Gerais espanholas, IPDJ, CSD.*

**Proposta 6.** Apoiar e financiar projetos transnacionais de investigação, formação e disseminação sobre inclusão no desporto – como o SCORE 4 INCLUSION – reconhecendo o seu contributo para a produção de conhecimento, para a mudança de práticas e para o reforço da cooperação europeia.

*Destinatários: Comissão Europeia (Erasmus+), Governo, IPDJ, CSD, Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT), ANECA (Espanha).*

**Proposta 7.** Integrar critérios de responsabilidade ética e comportamental na atribuição de financiamento público às organizações desportivas, tendo de haver a demonstração de práticas concretas de prevenção da violência, discriminação e promoção de ambientes seguros.

*Destinatários: Governo, IPDJ, CSD, Municípios.*

## 8. CONCLUSÃO

O desporto tem o poder de mudar o mundo – mas apenas se agirmos, deliberada e coletivamente, para colocar esse poder ao serviço da inclusão, da igualdade e da dignidade humana. As propostas contidas nesta Carta emergem de um projeto europeu que envolveu investigadores, treinadores, atletas, estudantes, dirigentes e cidadãos de Portugal e de Espanha, comprometidos com a construção de um desporto melhor.

As propostas aqui apresentadas são concretas, baseadas em evidência empírica e enquadradas no quadro legislativo e institucional existente em Portugal e em Espanha. A sua implementação requer, em diferentes graus, recursos financeiros, capacidade institucional e vontade política.

O projeto SCORE 4 INCLUSION demonstrou que é possível e necessário criar espaços de reflexão, de partilha e de aprendizagem em torno destes temas. Os atletas que participaram nos Laboratórios Locais e no Laboratório Ibérico demonstraram uma capacidade notável de análise crítica, de empatia e de vontade de mudar. Os 216 participantes do Seminário de Fafe deixaram claro que o racismo no desporto é um problema estrutural que exige respostas estruturais. A avaliação de 100% de satisfação nos Laboratórios Locais de Portugal e Espanha confirma que estas metodologias de educação não-formal funcionam e que os agentes desportivos estão recetivos à mudança.

As evidências recolhidas no projeto, demonstram que mudanças estruturais no desporto, são dependentes, maioritariamente, pelas atitudes e comportamentos dos seus intervenientes. A responsabilização deve ser entendida com um eixo central nas políticas de inclusão na responsabilização dos diferentes agentes, complementariamente às medidas institucionais e legislativas.

A mudança começa em cada campo de treino, em cada balneário, em cada decisão de um treinador, de um árbitro, de um dirigente ou de um espectador. Mas não pode ficar apenas por aí. Precisa de políticas públicas que a apoiem, de instituições que a exijam e de recursos que a tornem possível. É isso que esta Carta pede.

Porque o desporto é de todos. E todos merecem um desporto que os respeite.



## Referências

- Bourdieu, P. (1979). *La distinction: Critique sociale du jugement*. Minuit.
- Center for Disease Control and Prevention (CDC) (2023). *Disability and physical activity*. <https://www.cdc.gov/ncbddd/disabilityandhealth/features/physical-activity-for-all.html>
- Comissão Europeia (2007). *Livro Branco sobre o Desporto*. COM(2007) 391 final.
- Comissão Europeia (2022). *Eurobarómetro Especial 525: Desporto e atividade física*.
- Conselho da Europa (1992, rev. 2022). *Carta Europeia do Desporto*.
- Estivill, J. (2003). *Concepts and strategies for combating social exclusion: An overview*. ILO.
- European Union Agency for Fundamental Rights (FRA) (2010). *Racism, ethnic discrimination and exclusion of migrants and minorities in sport*.
- Gasparini, W., & Talleu, C. (Eds.). (2010). *Sport and discrimination in Europe*. Council of Europe.
- González-Hernández, J., et al. (2025). *Is it possible to talk about violence climate in grassroots sport?* *Frontiers in Psychology*, 15, 1426900.
- Grupo de Trabalho sobre Igualdade de Género no Desporto (2023). *Relatório final: Igualdade de género no desporto*. Governo de Portugal.
- Instituto Português do Desporto e Juventude (2014). *Código de Ética Desportiva*.
- Malho, J. (2018). *O papel do desporto para a inclusão social de jovens em risco*. Dissertação de Mestrado. Universidade de Coimbra.
- Marivoet, S. (2014). *Inclusão social no desporto: Contributos para uma nova área de investigação*. In 40 Anos de Democracia(s). Associação Portuguesa de Sociologia.
- Observatório Nacional da Violência contra Atletas (ONVA). (2025). Disponível em: <https://inquerito.ismai.pt/index.php?r=survey/index/sid/848455>
- Organização das Nações Unidas (2003). *O desporto como instrumento de desenvolvimento e paz*. ONU.
- Organização das Nações Unidas (2019). *Inclusão de pessoas com deficiência na sociedade através da participação no desporto (CRPD/CSP/2019/3)*.
- Pereira, L. (2023). *Os desafios da inclusão na atividade física e desportiva das pessoas com deficiência*. *Revista Atividade Física e Desporto para Todos*, 9, 8–13.
- República Portuguesa (1976). *Constituição da República Portuguesa (Art. 79.º)*.
- República Portuguesa (2007). Lei n.º 5/2007, de 16 de janeiro – *Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto*.
- SIIS — Centro de Documentación y Estudios (2018). *Promoción del deporte en colectivos en situación de exclusión socioeconómica*. Fundación Eguía-Careaga.
- UNESCO (1978, rev. 2015). *Carta Internacional da Educação Física, Atividade Física e Desporto*.



**Cofinanciado pela  
União Europeia**



<https://iees.pt/projeto/score4inclusion/>



Fafe, Portugal  
Seville, Spain