

# Daltonismo e Desporto

## Conselhos para a seleção das cores dos kits

### O que é o daltonismo?

O ser humano vê cor através de 3 tipos de células cones nos nossos olhos, que absorvem luz vermelha, verde ou azul. No daltonismo (deficiência na visão das cores), um tipo não funciona normalmente. A maioria dos tipos de daltonismo envolve anomalias nos cones vermelhos ou verdes, o que significa que muitas combinações de cores podem causar confusão.



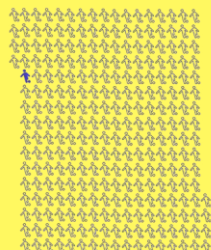
As camisolas na **linha superior** são mostradas em visão cromática normal. As da **linha inferior** são uma simulação de daltonismo da **linha superior**.

O daltonismo é uma das condições hereditárias mais comuns do mundo. Estatisticamente, afeta...

1 em 12 homens



1 em 200 mulheres



Aproximadamente 300 milhões de pessoas



globalmente

### Porque é que algumas combinações de cores no equipamento podem causar problemas?

O daltonismo é uma questão particularmente importante no desporto, uma vez que a cor do equipamento é fundamental para a identidade individual de uma equipa. O problema mais óbvio para as pessoas daltónicas no desporto de equipa é a distinção entre equipamentos.

Existem combinações de cores para daltónicos que chocam nos equipamentos a todos os níveis em diferentes desportos, desde competições locais a competições internacionais, que criam problemas fundamentais para alguns jogadores, treinadores e árbitros e para milhões de adeptos.

### Os desafios para as pessoas com daltonismo incluem a distinção das cores do equipamento

- entre os jogadores de campo de equipas diferentes
- entre jogadores de campo e guarda-redes
- entre jogadores de campo e árbitros
- de alguns equipamentos que podem "desaparecer" com a cor do campo;
- sob diferentes tipos de iluminação, por exemplo, passar de uma área à sombra para outra ao sol, holofotes; e na televisão, especialmente em imagens de grande ângulo e na visualização em ecrãs pequenos

Visão normal



Simulação de daltonismo





visão normal

simulação de daltonismo

### Combinações de cores no equipamento que causam os maiores problemas

Consulte os gráficos da página anterior para ver quais as combinações de cores que causam os maiores problemas.

- Quanto mais combinações de cores existirem num equipamento, maior é o risco de ocorrer um choque de cores no equipamento
- Os equipamentos completamente vermelhos, laranja e verdes podem ser difíceis de distinguir da cor do campo
- Algumas cores de meias podem "desaparecer" com a cor do campo, o que pode afetar a capacidade dos jogadores daltónicos de visualizar o movimento da bola e afetar a tomada de decisões dos árbitros daltónicos

### Verificação rápida de "choques" no equipamento

Abordar o daltonismo significa simplesmente aplicar alguns princípios básicos, não significa, necessariamente, mudar as cores da sua equipa - significa simplesmente pensar na forma como as utilizar.

Uma forma simples de verificar se dois equipamentos chocam é imaginar como ficam numa escala de cinzentos. Pode utilizar as definições de câmara "escala de cinzentos" ou "mono" do seu smartphone/tablet para visualizar os dois equipamentos. Se forem semelhantes na "escala de cinzentos", é provável que sejam um "choque" de equipamentos para daltónicos. Alguns equipamentos de uma única cor, por exemplo, completamente vermelhos, podem ser difíceis de distinguir do relvado, especialmente para adeptos que assistem a jogos em tablets e smartphones.

Idealmente, uma equipa deveria jogar com um equipamento escuro e a outra com um equipamento claro. Assim, ao selecionar novos equipamentos principais e secundários, considere escolher um equipamento escuro e um equipamento claro.

### Pontos-chave a considerar para equipamentos principais e alternativos

- Evitar equipamentos de apenas cor vermelha, laranja, verde ou preto, se possível
- Se o seu equipamento principal for escuro, escolha uma cor de equipamento secundário clara
- Quando as camisolas e calções/meias são de uma cor diferente, deve haver um bom contraste de cor entre as camisolas e os calções.
- O ideal é ter meias que combinem com a camisola ou calções - evite meias vermelhas, laranja e verdes
- Se as camisolas tiverem um padrão, certifique-se de que o padrão está presente em toda a camisola e não apenas na parte da frente ou detrás
- Geralmente, as combinações de equipamentos com padrão vs. de uma única cor ajudam os jogadores com daltonismo, desde que as cores utilizadas não choquem com o equipamento do adversário
- Os equipamentos de guarda-redes e árbitros não devem chocar com os jogadores de campo ou com o campo, pois isto pode causar problemas não só para os espetadores, mas também para os jogadores daltónicos e colocar a sua equipa em desvantagem
- Lembre-se de verificar se os números das camisolas são legíveis, por exemplo, utilizando números brancos em contraste com números vermelhos, em vez de números pretos.



Visão normal



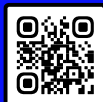
Simulação de daltonismo



Visão normal



Simulação de daltonismo



Para mais recursos, consulte as fichas informativas do TACBIS para Jogadores, Treinadores, Clubes, Apoiar os adeptos daltónicos, Organização de um torneio adaptado a daltónicos e Marketing, comunicações e implicações comerciais.