

CONSIDERACIONES GENERALES

FINALIDAD Y ÁMBITO DEL PROTOCOLO

- ⇒ Proponer las medidas básicas que deben de implementarse para minimizar el riesgo de contagio por covid-19 en el deporte base.
- ⇒ Aplicación a todas las instalaciones deportivas y actividades de carácter deportivo.

OBJETIVOS GENERALES DEL PROTOCOLO

- ⇒ Delimitar la **zona limpia de la instalación** (acotar el espacio en el que se exigirá el cumplimiento de las medidas de prevención del protocolo).
- ⇒ Establecer el conjunto de medidas de actuación y prevención.
- ⇒ Inculcar una disciplina y hábitos de higiene por parte de todas las personas que hagan uso de la instalación.
- ⇒ Informar y formar a todas las personas sobre las nuevas pautas de actuación.
- ⇒ Concienciar (la prevención es tarea de todos).

REGLAS GENERALES DE LAS MEDIDAS DE ACTUACIÓN Y PREVENCIÓN

Las medidas que se adopten en cualquier instalación o actividad deportiva deberán de cumplir y respetar siempre las siguientes premisas.

1. Distancia social (2 metros)

- ⇒ Todas las actividades y lugares del recinto deben de garantizar que al menos haya dos metros de distancia entre usuarios.
- ⇒ La distancia recomendable en actividades con carrera al aire libre es de mínimo 10 metros.

2. Higiene de manos

- ⇒ El centro debe tener las medidas suficientes para garantizar que los usuarios puedan realizar un lavado de manos (agua y jabón o solución hidroalcohólica).
- ⇒ **Mesas o puntos de higiene**. En las que se coloque: gel desinfectante, pañuelos desechables, papeleras y cartelería con las normas de uso del punto de higiene.

3. Higiene de calzado

Es fundamental la limpieza de la suela del calzado para mantener limpia la instalación y la posible entrada de virus por las mismas. Podrá realizarse con:

- Alfombras desinfectantes
- Bandejas o zonas de pisada con solución hidroalcohólica
- Espráis para rociar y desinfectar las suelas
- Protectores desechables de zapatos
- Punto de cambio de calzado. Los deportistas se cambian el calzado de calle por el deportivo previa desinfección de la suela. Este proceso se realizará a la inversa a la finalización de dicha sesión. Se limpiará y desinfectará la zona de cambio de calzado a la finalización de cada actividad.

4. Limpieza y desinfección de la instalación y del material

- ⇒ Instalación. Identificar siempre la zona limpia en la que se cumplirán y exigirán las medidas de protección y prevención. Ajustando y planificando su plan de limpieza y desinfección, y adecuando el material de limpieza.
- ⇒ Material. Solo serán manipulados por el monitor con las debidas garantías de protección. Uso individual de material y numerado. El material se desinfectará siempre después de cada uso.

5. Responsabilidad del propio deportista

Hay que hacer partícipe al usuario, **TIENE UNA RESPONSABILIDAD PARA SÍ Y PARA LOS DEMÁS.**

- Si tiene fiebre o síntomas no debe en ningún caso acceder.
- Cada usuario firmará un documento de responsabilidad como compromiso con este principio.

6. Nueva organización de la instalación y de las actividades

Para evitar aglomeraciones o contacto entre participantes.

⇒ Reorganización de la instalación

- Acotar zona limpia de la instalación.
- Organización y accesos de entrada/salida y áreas deportivas.
- Creación de itinerarios para circular por las instalaciones (evitar deambulación y cruces con otros deportistas)

⇒ Reorganización de actividades

- Reorganización numérica de los grupos: aforamiento según actividad y espacio.
- Sistema de turnos (no se puede acceder hasta que haya salido el turno anterior).

7. Responsables del cumplimiento

Se designará un **responsable del cumplimiento de las medidas de seguridad** a fin de que se pueda supervisar y controlar el desarrollo del protocolo y el buen cumplimiento de las medidas preventivas que se hayan puesto en la instalación y en las actividades deportivas.

8. Publicidad en las medidas

Es fundamental una buena campaña de información a todos para que conozcan las medidas y como deben actuar.

- Cartelería en cada zona o área donde haya medidas específicas.
- Información a los participantes antes de la reapertura por correo electrónico.
- Información en redes sociales.
- Hojas de compromiso del usuario.

9. Sentido común

Medida fundamental. No se trata de volverse loco u obsesionarse con las medidas o requerir complejas actuaciones que no se van a cumplir. Habrá de poner sentido común en las medidas.

10. Revisión y mejora

Se precisara de un análisis a fin de ver donde flaquea y aplicar con ello las mejoras que procedan. Se debe pues de ser proactivo en la revisión de medidas para atajar o solucionar los déficits de seguridad que se hayan detectado.

- Planificar fechas de revisión.
- Establecer cauces de comunicación.
- Realizando encuestas de valoración de las medidas.

MEDIDAS PREVENTIVAS EN INSTALACIONES DEPORTIVAS

DELIMITACIÓN DE LA “ZONA LIMPIA” DE LA INSTALACIÓN DEPORTIVA

El objetivo primordial del gestor de una instalación deportiva es delimitar la zona limpia. Para acceder a ella será necesario:

⇒ No tener fiebre ni síntomas de estar enfermo.

- ⇒ Uso de mascarillas.
- ⇒ Limpieza de manos.
- ⇒ Desinfección de calzado.

La zona limpia no tiene porqué comenzar justo en la puerta de entrada exterior de la instalación, puede delimitarse dentro de ella la zona concreta donde se ubicará el control de acceso e inicio de la aplicación de las directrices de higiene.

ANÁLISIS DE LAS DISTINTAS ZONAS DE LA INSTALACIÓN

1. Zona de acceso a la instalación (normas)

- Cartelería explicativa de las normas que serán de aplicación.
- Acceso solo a deportistas según turno y aforo.
- Control de temperatura (<37 grados).
- Acceso con mascarillas de protección personal.
- Distancia social de dos metros.
- Accesos escalonados a fin de evitar aglomeraciones en las entradas.
- Desinfección de manos al acceso de la instalación.
- Desinfección de calzado (habilitación de zonas de limpieza).

2. Zonas comunes (reglas)

- Cartelería explicativa de las medidas que se aplican.
- Establecer itinerarios de tránsito debidamente señalizados (circulación por la derecha).
- Prohibir paradas en las zonas de tránsito.
- En caso de varias pistas deportivas, pautar los horarios de acceso para evitar coincidencias de personas o fijar zonas amplias exteriores de espera.
- Establecer mesas o puntos de higiene.
- Fuentes comunes cerradas.

3. Vestuarios

Se recomienda mantenerlos cerrados y sin uso por ser zona de alto riesgo de contagio. Los deportistas vendrán vestidos y preparados para la práctica deportiva.

4. Aseos (normas)

- Uso solo en caso de extrema y urgente necesidad.
- Cartelería explicativa de las normas de uso.
- Limitación de aforo (garantizar de distancia social).
- Zonas de desinfección de calzado a la entrada y salida.
- Acceso solo con mascarilla.
- Dispensadores de gel desinfectantes y lavabos con jabón (obligatorio antes de entrar y salir).
- Limpieza y desinfección al menos dos veces al día.

5. Salas multiusos (reglas de uso)

- Cartelería explicativa de las medidas.
- Aforamiento de las salas a la cifra o % que fijen las autoridades.
- Garantizar las medidas de distanciamiento social.
- Limpieza de manos antes del inicio de la actividad (la sala dispondrá de una mesa o punto de higiene).
- Los participantes accederán siempre con su propio material y toallas (suelo o esterillas).
- Cada participante dispondrá de su propia botella de agua.
- Las mochilas se colocaran:
 - Percheros con la debida separación.
 - De no existir percheros se establecerán en el suelo zonas individualizadas y numeradas para cada uno.
- Limpieza de sala a la finalización de la actividad o turno.
- Papeleras

- Ventilación de la sala a la finalización de la actividad.
- Salida ordenada y respetando las medidas de distanciamiento. No se permitirán paradas ni corrillos en la salida.

6. **Campos o pistas exteriores** (normas)

- Cartelería explicativa de las medidas que afectan a campos exteriores.
- Organización y planificación de los entrenamientos (sistema de turnos).
- Aforamientos (entrenamientos ajustados al número de personas determinadas por las autoridades).
- Puertas abiertas de la instalación (evitar tiradores o pomos).
- Entrada a los campos garantizando la distancia social.
- Control de asistencia a cada actividad diaria.
- Queda PROHIBIDA la formación de corrillos entre los deportistas.
- Limpieza de calzado (antes de la entrada mediante bandejas con solución de agua o lejía o pulverización en las suelas).
- Limpieza de manos (mesa o punto de higiene).
- Se habilitará una zona donde se colocaran las bolsas de los deportistas.
- Parada en los entrenamientos para limpieza de manos (se habilitara una zona dentro del campo).
- Manipulación del material solo por el entrenador.
- Prohibición absoluta de escupir o emitir secreciones nasales en el terreno de juego (quien tenga que hacerlo, a la mesa o punto de higiene con un pañuelo desechable).
- Recomendación de uso de muñequeras o cintas de pelo para evitar contacto de manos con la cara por el sudor.
- Uso de balones: cada deportista usará el mismo balón durante la actividad. Para ello se numeraran los balones para que cada futbolista use el mismo.
- Limpieza de la superficie de juego (solo si es posible y de manera segura).

7. **Pistas interiores o cubiertas** (normas)

- Aforamiento según normas impuestas por la autoridad una vez se autorice su uso (Fase 2 de la desescalada).
- Resto de normas igual que las pistas o campos exteriores.

8. **Salidas** (se adoptarán las siguientes medidas)

- Sistemas de control de salida: puertas abiertas y control por responsables (sin contacto físico)
- Distanciamiento social.
- Para la recogida de menores se habilitarán zonas fuera de la “zona limpia”.

LIMPIEZA Y PLAN DE MANTENIMIENTO

- ⇒ Las instalaciones adaptaran sus planes de mantenimiento, limpieza y conservación a la nueva situación creada.
- ⇒ Se aumentara con frecuencia la limpieza.
- ⇒ El personal estará debidamente informado y garantizarse en todo caso su seguridad con la entrega de epis.
- ⇒ Se llevara a cabo con productos desinfectantes que garanticen la eliminación del virus.
- ⇒ Habrá un control específico para las limpiezas y desinfecciones.
- ⇒ Se deberá garantizar la presencia de geles desinfectantes.

RECOMENDACIONES FINALES

- ⇒ Analizar la instalación y delimitar la zona limpia que se va a usar.
- ⇒ Concretar las medidas a implementar.
- ⇒ Analizar la inversión a realizar y los costes.
- ⇒ Informar y comunicar a todos los participantes las medidas adoptadas.
- ⇒ Formar al personal.
- ⇒ Concienciar a participantes que estamos ante una tarea de todos.
- ⇒ Revisar y mejorar las medidas.

PARTICIPANTES

INFORMACIÓN A LOS PARTICIPANTES

- ⇒ **Información previa.** Antes del inicio deberá de informarse de las nuevas normas que regirán el funcionamiento de su modalidad deportiva.
- ⇒ Deberán de suscribir una hoja de asunción de los compromisos para el desarrollo de la actividad.

FORMACIÓN

Inculcar siempre **cuatro ideas fundamentales**:

1. Distancia social.
2. Higiene de manos.
3. Limpieza de calzado.
4. Responsabilidad.

El **uso de mascarillas** será siempre al acceder a la instalación y hasta el inicio de la actividad deportiva. Finalizada siempre deberá volver a colocársela. No se permitirá circulación por la instalación sin mascarilla.

TÉCNICOS

Deberán de cumplir las normas de la instalación y actividad como cualquier otro usuario. Obligaciones principales:

- Responsabilidad personal en las actuaciones que realice.
- Vigilar el cumplimiento de normas en su grupo.
- Recibir la información.
- Informar y resolver dudas que se originen.
- Poner en conocimiento de los responsables las incidencias que surjan.
- Contribuir con su experiencia y apreciación en el día a día a las mejoras del protocolo aportando sus sugerencias.

DEPORTISTAS

Todas las medidas están dirigidas a salvaguardar su salud y seguridad, con lo cual se tiene que exigir el cumplimiento de estas. Se le informará puntualmente de las medidas que son de aplicación. Sus obligaciones las siguientes:

- Responsabilidad personal (no asistir si está enfermo o tiene síntomas).
- Cumplir las normas y pautas que se establezcan.
- Suscribir el documento de compromiso.
- Velar por su propia salud y por la de los demás.
- Usar los medios y mecanismos de protección que se establezcan en la instalación para la práctica deportiva.
- Informar de cualquier incidencia que aprecie.

FAMILIARES

Sus principales normas y obligaciones son las siguientes:

- No podrán acceder a la instalación o solo a las zonas permitidas y en ese caso con mascarillas.
- Mantendrán siempre el distanciamiento social con el resto de padres tanto fuera como en las zonas habilitadas.
- La entrega y recogida serán rápidas y ágiles por el tiempo estrictamente necesario.
- Para cualquier atención solicitar cita previa.

ORGANIZACIÓN Y DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA

ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES

El organizador deberá de planificar la forma de desarrollar las actividades a la vista de la nueva situación. Para ello se aconsejan los siguientes pasos:

- ⇒ Reestructuración de horarios. Se aconseja fijar horarios de actividad por turnos y con entrada y salida escalonada.
- ⇒ Análisis de los accesos a la “zona limpia” de la instalación.
- ⇒ Cumplimiento de las normas de acceso y del resto de la instalación.
- ⇒ Valoración de las actuaciones a realizar
 - Valorar quienes desarrollarán las tareas de control de acceso y supervisión de las medidas (formación).
 - Analizar lo costes de las medidas que pretendemos implantar.
 - Calcular el aforamiento dentro de los límites que fijen las autoridades.
- ⇒ Información a los participantes de las normas y pautas a seguir.
- ⇒ Desarrollar la actividad con las medidas determinadas en el protocolo.
- ⇒ Finalizada la actividad, se abandonará la instalación cumpliendo las normas de distancia social e higiene.

Recogida de menores. Se habilitarán zonas que garanticen el distanciamiento social de los progenitores o responsables que vayan a recoger a los menores.

- Se situaran fuera de la “zona limpia”.
- El entrenador será responsable de la salida de los menores a la zona de espera.
- Se garantizará en las zonas de espera un distanciamiento social.
- Se exigirá estricta puntualidad en los cumplimientos de horarios de entradas y recogidas con los turnos.
- Al ser las salidas escalonadas se solicitará paciencia.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA

En el protocolo del CSD se recomienda que el retorno a la actividad deportiva se estructure en fases proporcionales al proceso de desescalada. Todas esas fases tendrán como denominador común el respeto a los principios de higiene personal, desinfección y limpieza.

FASE 0	FASE 1
	Actividades deportivas individuales en centros deportivos sin contacto físico ni uso de vestuarios (entrenamientos individuales o de grupos reducidos). Respetar normas de higiene y desinfección.
FASE 2	FASE 3
Actividades deportivas de deportes colectivos: entrenamientos en grupos reducidos y en instalaciones deportivas cerradas respetando normas de aforamiento, higiene y distanciamiento.	Entrenamiento medio en ligas no profesionales federadas y no federadas. Actividades deportivas deporte-ocio.

Tras la fase 3, se podría retornar a la normalidad de los entrenamientos si bien con mantenimiento de las medidas de higiene y salud, y siempre según establezcan las autoridades sanitarias y deportivas.

La prioridad del deporte no profesional debe ser la de fomentar la práctica deportiva segura y saludable, que suponga un beneficio para la salud del deportista y no un riesgo para la misma. Podrán realizarse entrenamientos cuando se establezca por las autoridades pero primando la seguridad del deportista aun a costa de la competición.