



República Argentina - Poder Ejecutivo Nacional
2020 - Año del General Manuel Belgrano

Informe

Número:

Referencia: SOLICITUD MINISTERIO DE TURISMO Y DEPORTES S/PRESENTACIÓN PROTOCOLOS DE ACTUACIÓN PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE CORONAVIRUS (COVID-19).- PARA ENTRENAMIENTO DE ACTIVIDADES OLÍMPICAS-

Atento a solicitado por el Ministerio de MINISTERIO DE TURISMO Y DEPORTES DE LA NACION, mediante NO-2020-37792412-APN-SSDIAD#MTYD y NO-2020-37819194-APN-SSDIAD#MTYD, en relación con los Protocolos de Actuación para la Prevención y Control de Coronavirus (COVID-19) elaborados por las Federaciones, para la reanudación de los entrenamientos deportivos de los atletas clasificados a los Juegos Olímpicos de Tokio 2020, se informa que los mismos han sido revisados por el equipo técnico y directivo de la Dirección Nacional de Control de Enfermedades Transmisibles, surgiendo de la referida revisión que corresponde la aprobación de los mismos, entendiendo que se trata de protocolos generales pasibles de ser adaptados para su implementación según la dinámica situación Epidemiológica local. Esta Subsecretaría de Estrategias Sanitaria compartiendo el criterio manifestado por la citada Dirección, presta su conformidad con los Protocolos de Actuación para la Prevención y Control de Coronavirus (COVID-19), que como archivo embebido se adjuntan al presente informe.

Asimismo los protocolos recibidos y pendientes de aprobación continuarán siendo trabajados de manera conjunta entre ambas carteras Ministeriales y las federaciones correspondientes.

Sirva la presente de atenta nota de envío.



PLANEAMIENTO DE VUELTA AL TRABAJO BEACH VOLLEY

MEDIDAS DE PREVENCIÓN

Recomendaciones visuales

- Se colocarán en lugares fácilmente visibles, información sobre las medidas de distanciamiento social, la adecuada higiene de manos, la apropiada higiene respiratoria, y las recomendaciones ante la presencia de síntomas sospechosos de COVID-19. Esto debe además se complementará con otras modalidades (información en página web, redes sociales, por correo electrónico o por teléfono, entre otras) para informar a los trabajadores acerca las medidas de higiene y seguridad adoptadas por la institución.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/prevencion>

- En cuanto a las características de la definición de caso, la misma se establece en forma dinámica en el sitio:

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>

Distanciamiento social

- Deberá mantenerse una distancia mínima entre personas de 2 metros como ideal y de 1,5 metros como aceptable.
- Se evitará el contacto físico al saludar con besos, abrazos u apretones de manos.
- Se evitarán reuniones en espacios cerrados.
- No se compartirá mate, vajilla ni otros utensilios.
- El uso de “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” no reemplaza las medidas de distanciamiento social ni la necesidad de mantener la distancia interpersonal de seguridad, pero puede considerarse como una medida adicional cuando transitoriamente no sea posible mantener la distancia de seguridad mínima. El “barbijo casero”, cubrebocas o tapabocas hace referencia a dispositivos de tela reutilizables que deben cubrir por completo la nariz, boca y mentón y que se emplean como medida adicional para reducir la posibilidad de transmisión de COVID-19.
- Para más información sobre modo de uso, forma de colocación, confección, etc. del “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” dirigirse al siguiente sitio:

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/barbijo>



- Para mantener el distanciamiento social se limitará la densidad de ocupación de espacios a 1 persona cada 2,25 metros cuadrados de espacio circuleable, para ello se utilizará la modalidad de reserva del espacio o de turnos prefijados.

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/preguntasfrecuentes#distanciamiento>

Higiene de manos

Todas las personas que desarrollen tareas deberán realizar lavado de manos con frecuencia y obligatoriamente:

Al llegar al lugar:

- Antes y después de manipular basura o desperdicios.
 - Antes y después de comer, manipular alimentos y/o amamantar.
 - Luego de haber tocado superficies públicas: mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.
 - Después de manipular dinero, llaves, animales, etc.
 - Después de ir al baño o de cambiar pañales.
 - Después de toser, estornudar o limpiarse la nariz.
 - Se recomienda evitar, en la medida de lo posible, llevar las manos a la cara.
-
- Cada locación contará con lugares adecuados para realizar un adecuado y frecuente lavado de manos con agua y jabón (dispensador de jabón líquido/espuma, toallas descartables o secadores de manos) y además se pondrán a disposición soluciones a base de alcohol al 70% (por ejemplo, alcohol en gel).

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/atencion-publico>

- Será responsabilidad de la institución proveer los elementos adecuados en cantidad suficiente y en forma accesible para la higiene personal (lavado de manos con jabón, solución hidroalcohólica y toallas de papel). Deberá emplearse soluciones a base de alcohol únicamente cuando las manos se encuentran limpias, caso contrario deberá realizarse el lavado con agua y jabón. Se aconseja el lavado frecuente de manos con una duración de 40-60 segundos.

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/gpsc_lavarse-manos_poster_es.jpg

- Dada la mayor persistencia del virus sobre el látex o nitrilo, no se recomienda el uso de guantes salvo para tareas específicas (tareas de limpieza, contacto directo con secreciones).



Higiene respiratoria

- Se utilizará barbijo casero que cubra nariz, boca y mentón en áreas comunes. Su uso no reemplaza ninguna de las medidas de distanciamiento físico ni de higiene.
- Se promoverá el lavado del barbijo casero con agua y jabón al menos una vez al día, y cambiarlo inmediatamente si se encuentra sucio o mojado

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/barbijo>

- Al toser o estornudar, se recomendará usar un pañuelo descartable o cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo en caso de no tener colocado el barbijo casero. En ambos casos, higienizarse las manos de inmediato.
- Se colocarán en área de espera y/o alto tránsito de cestos de basura de boca ancha y sin tapa para desechar los pañuelos descartables utilizados.

Desinfección de superficies y ventilación de ambientes

- Debe respetarse en todo momento la normativa vigente sobre limpieza y desinfección según rubro y actividad.
- Se realizará desinfección diaria de superficies. La frecuencia de desinfección deberá ser adecuada al tránsito y la acumulación de personas, la época del año y la complementación con la ventilación de ambientes.
- Se realizará limpieza de las superficies con agua y detergente antes de la desinfección.
- Se proveerá de los elementos necesarios para efectuar la limpieza húmeda (balde, trapeador, paño, agua, detergente) y desinfección (recipiente, trapeador o paño, agua hipoclorito de sodio de uso doméstico con concentración de 55 gr/litro en dilución para alcanzar 500 a 1000 ppm de cloro -100 ml de lavandina en 10 litros de agua). Las soluciones de lavandina deben utilizarse dentro de las 24 horas de preparadas para asegurar su eficacia.
- Se ventilará regularmente los ambientes cerrados (al menos una vez al día), sobre todo en período invernal o de bajas temperaturas para permitir el recambio de aire.
- No se recomienda rociar o frotar la ropa, el calzado, bolsos, carteras u otras pertenencias con alcohol, lavandina u otras soluciones desinfectantes.
- No se recomienda el uso de “cabinas desinfectantes” u otro tipo de dispositivos que impliquen el rociado de soluciones desinfectantes sobre las personas, este tipo de intervenciones no sólo no tienen utilidad demostrada en la prevención de la transmisión de virus respiratorios, sino que su uso puede asociarse a potenciales efectos nocivos.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/limpieza-domiciliaria>



Transporte desde y hacia el lugar de trabajo

- Se aconsejará el uso de medios de transporte individuales (automóvil, bicicleta, entre otros). Se recordará mantenerlo ventilado para garantizar la higiene y la desinfección del interior del mismo.
- Siempre que no esté prohibido, si fuere indispensable, el uso del transporte público se recomienda:
 - Uso de barbijo casero, cubrebocas o tapabocas en todo momento.
 - Recordar la importancia de una buena higiene de las manos antes, durante y después de los desplazamientos a realizar.
 - Desplazarse provisto de un kit de higiene personal (jabón de tocador, alcohol en gel, pañuelos descartables, toallas para secarse las manos).
 - Respetar las distancias recomendadas de (como mínimo 1,5 metros e idealmente 2 metros). Dejar un asiento libre entre pasajeros.
 - Evitar los aglomeramientos en los puntos de acceso al transporte que se vaya a utilizar.
- Al regresar a casa, se recomendará retirar el barbijo desde el elástico evitando tocar el frente, y ponerlo a lavar (o tirarlo si es descartable). Realizar lavado de manos inmediatamente al ingresar y siempre antes del contacto con superficies.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/salir-de-casa>

Acciones junto a los/as deportistas/as

- Se establecerá un comité de crisis conformado por todas las partes involucradas, que establezcan y monitoricen el protocolo a seguir, así como también los responsables de garantizar el cumplimiento del mismo.
- Identificación de personal en riesgo: dentro de la nómina de personal que desarrolle las actividades, están exentas del deber de asistencia, de acuerdo a lo establecido por el Poder Ejecutivo Nacional, a través de la Resolución N°207/2020 del Ministerio de Trabajo, Empleo y
- Seguridad Social, en su artículo 1°, aquellas personas cuya presencia en el hogar resulte indispensable para el cuidado de niños, niñas o adolescentes y las siguientes personas incluidas en los grupos en riesgo:
 - Mayores de sesenta (60) años de edad, excepto que sean considerados “personal esencial para el adecuado funcionamiento del establecimiento”.
 - Personas gestantes.
 - Personas con enfermedad respiratoria crónica: enfermedad pulmonar obstructiva crónica [EPOC], enfisema congénito, displasia broncopulmonar, bronquiectasias, fibrosis quística y asma moderado o severo.
 - Personas con enfermedades cardíacas: Insuficiencia cardíaca, enfermedad coronaria, valvulopatías y cardiopatías congénitas.
 - Personas con inmunodeficiencias y estados de inmunodepresión.
 - Personas con diabetes



- Personas con insuficiencia renal crónica en diálisis o con expectativas de ingresar a diálisis en los siguientes seis meses.
- Personas con enfermedad hepática avanzada. Recordar: se debe asegurar el respeto de la privacidad y confidencialidad de la información médica de los trabajadores y las trabajadoras, con especial atención a la información relacionada a patologías que configuren factores de riesgo para formas graves de COVID-19.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/mayores>

Organización

- Se reforzará la importancia de que ante la presencia de síntomas (fiebre, tos, dolor de garganta, dificultad para respirar, alteraciones en el olfato o gusto) los/las no acudan, notifiquen a sus superiores y al servicio de medicina laboral, y se solicitará atención por parte del sistema de salud en forma inmediata. Se utilizará como referencia para ello la definición de caso vigente del Ministerio de Salud de la Nación que se actualiza de manera permanente.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso> -

- Se adecuará el uso del establecimiento en base a turnos rotativos la distancia entre personas de 2 metros o de 1,5 metros como mínimo aceptable.
- Se garantizará la mínima convivencia simultánea de personas en un mismo espacio físico cerrado.
- Se escalonará el horario de ingreso/egreso para evitar aglomeraciones en los puntos de acceso a los establecimientos y reducir la ocupación del transporte público en horas pico.

Medidas para la detección y manejo de casos sospechosos y contactos estrechos

- Se intentará desarrollar actividades de identificación de potenciales casos mediante la medición de temperatura corporal, fomentando el autorreporte y la realización de cuestionarios sencillos para la detección de posibles síntomas previo al ingreso.
- Si se instaura la medición de temperatura al ingreso a la institución, esta debe realizarse empleando termómetros infrarrojos que no impliquen contacto físico directo. La persona encargada de la medición de temperatura debe contar con equipo de protección personal apropiado. La especificación del equipo a emplear deberá ser detallado en las recomendaciones específicas de cada actividad.
- No se permitirá el ingreso a los establecimientos de personas con temperatura igual o mayor a 37,5°C o que presenten los síntomas propios del COVID-19.
- Se evitará la estigmatización y la discriminación de personas sintomáticas o afectadas por COVID-19 y sus contactos estrechos.



- Se establecerán medidas a adoptar en el establecimiento para aislar a una persona que manifieste síntomas de COVID-19 para lo cual intentaremos disponer de una sala o zona en donde la persona con síntomas no tenga contacto con otras personas y espere hasta ser evaluada adecuadamente. Se debe proceder de acuerdo a lo establecido o según lo indicado por las autoridades locales de salud de la jurisdicción.
- Ante la identificación de personas con síntomas respiratorios o fiebre, se contactará inmediatamente al Sistema de Emergencias de salud local para su evaluación y eventual traslado a una institución de salud. Deberá notificarse toda sospecha de COVID-19 a la autoridad sanitaria local.
- Se considera contacto estrecho a:
 - Toda persona que haya proporcionado cuidados a un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas y que no hayan utilizado las medidas de protección personal adecuadas.
 - Cualquier persona que haya permanecido a una distancia menor a 2 metros y durante al menos 15 minutos con un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas. (ej. convivientes, visitas, compañeros de trabajo)
- La utilización de elementos de protección personal para cada actividad se detallan en:

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID19/recomendaciones-uso-epp>

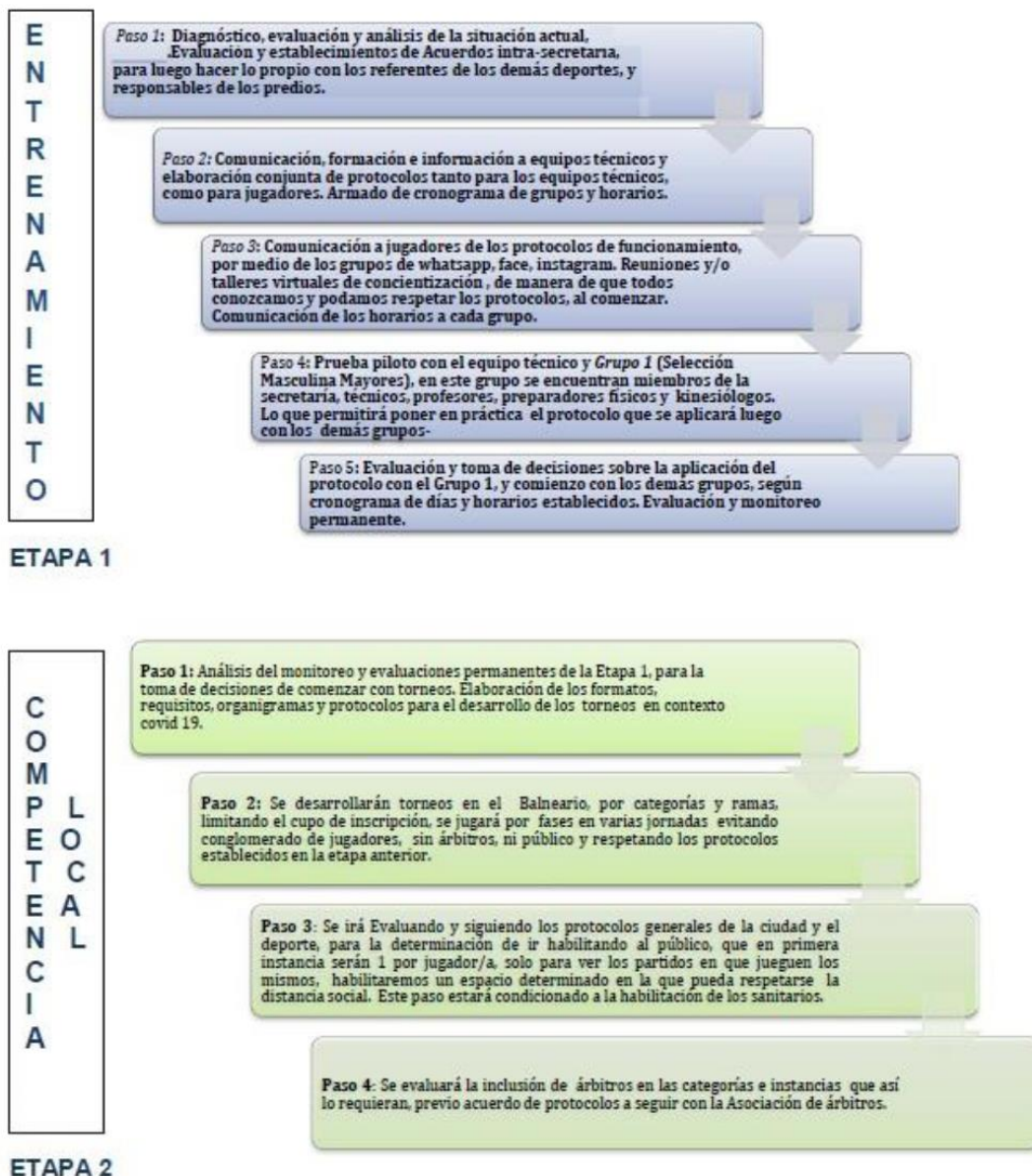
- Los contactos estrechos cumplirán indefectiblemente 14 días de aislamiento domiciliario y realizarán monitoreo estricto de los síntomas. Los 14 días se considerarán a partir del último día de contacto con el caso confirmado.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/Identificacion-yseguimiento-de-contactos>

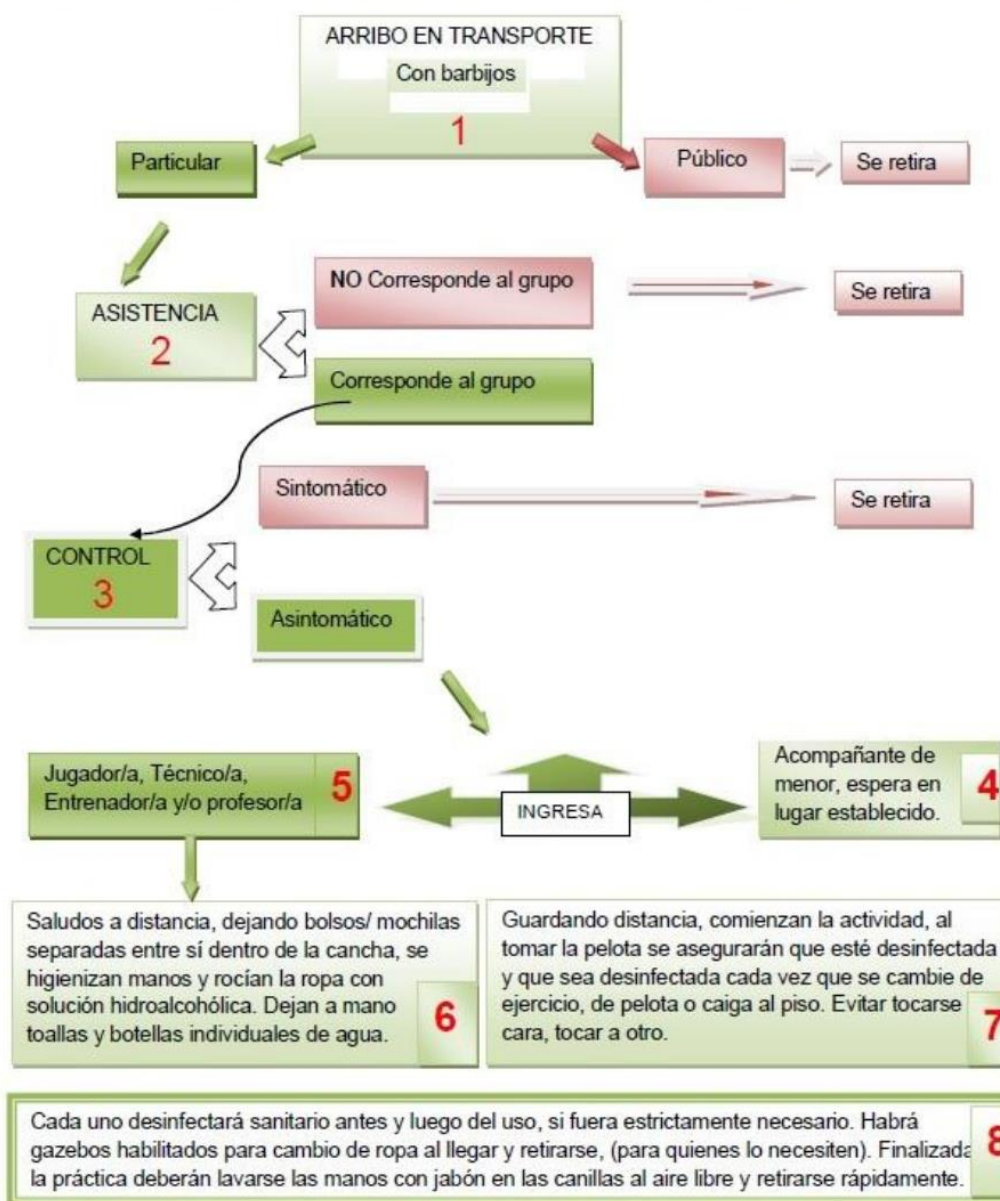


FLUJOGRAMA BEACH VOLLEY: PROTOCOLO COVID-19

Flujograma de acciones por etapas y pasos a seguir para la vuelta a la actividad deportiva.



FLUJOGRAMA ETAPA 1: procedimientos para el ingreso a los ENTRENAMIENTOS.

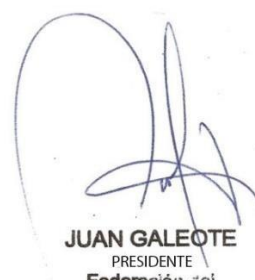




Hábitos sanitarios para las y los jugadores, entrenadores, etc.:

- a. Durante el entrenamiento cada jugador deberá disponer de una toalla individual, una botella de agua de uso exclusivo, barbijo y kits de limpieza propio (toallas desinfectantes o alcohol en gel)
- b. No tocarse la cara, los ojos y la nariz
- c. Cubrirse la nariz y la boca cuando se estornuda con el pliegue del codo o con pañuelo descartable y tirarlo.
- d. Repetir el lavado de manos o la higienización con solución hidroalcohólica cada 30 minutos o al cambiar de recinto, por ejemplo, el traslado de la cancha al gimnasio.
- e. Evitar los contactos personales, saludos, besarse, saludos de manos, etc.
- f. Limpiar y desinfectar las superficies y objetos que usen frecuentemente.
- g. Usar barbijo o tapa boca antes y después del entrenamiento.
- h. No compartir indumentaria
- i. No salivar o escupir
- j. No compartir infusiones (por ejemplo, mate)
- k. No beber de los mismos recipientes (cada jugador debe tener su propia botella)




JUAN GALEOTE
PRESIDENTE
Federación del
Voleibol Argentino

Protocolo de inicio de actividades deportivas de Canotaje Federado y Recreativo

PLAN DE ACCIÓN PARA EL REGRESO A LAS ACTIVIDADES DEL CANOTAJE EN ETAPAS PROGRESIVAS, PARA TRES DIFERENTES GRUPOS DE PALISTAS. Mayo 2020

Introducción:

Adoptamos las medidas evaluadas por el Ministerio de Salud, Dirección Nacional de Control Enfermedades Transmisibles, según su informe técnico del 04/06/2020:

- Se conformará un Comité de crisis Nacional :
Hugo Oscar Cabral, DNI 17.171.187; Aureliano Nale DNI 22.095.59; Marcela Alejandra Chiappori DNI 18337978 y Martín Adrián Trípano DNI 25463049

MEDIDAS DE PREVENCIÓN

Recomendaciones visuales

Colocar en lugares fácilmente visibles, información sobre las medidas de distanciamiento social, la adecuada higiene de manos, la apropiada higiene respiratoria, y las recomendaciones ante la presencia de síntomas sospechosos de COVID-19. Esto debe además complementarse con otras modalidades (información en página web, redes sociales, por correo electrónico o por teléfono, entre otras) para informar a los trabajadores acerca las medidas de higiene y seguridad adoptadas por la institución. <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/prevencion>

En cuanto a las características de la definición de caso, la misma se establece en forma dinámica en el sitio:
<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>

Distanciamiento social

- Debe mantenerse una distancia mínima entre personas de 2 metros como ideal y de 1,5 metros como aceptable.
- Evitar el contacto físico al saludar con besos, abrazos u apretones de manos.
- Evitar reuniones en espacios cerrados.
- No compartir mate, vajilla ni otros utensilios.
- El uso de “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” no reemplaza las medidas de distanciamiento social ni la necesidad de mantener la distancia interpersonal de seguridad, pero puede considerarse como una medida adicional cuando transitoriamente no sea posible mantener la distancia de seguridad mínima. El “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” hace referencia a dispositivos de tela reutilizables que deben cubrir por completo la nariz, boca y mentón y que se emplean como medida adicional para reducir la posibilidad de transmisión de COVID-19.

- Para más información sobre modo de uso, forma de colocación, confección, etc. del “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” dirigirse al siguiente sitio:

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/barbijo>

Para mantener el distanciamiento social se debe limitar la densidad de ocupación de espacios a 1 persona cada 2,25 metros cuadrados de espacio circulable, para ello se puede utilizar la modalidad de reserva del espacio o de turnos prefijados. En caso de que no pueda mantenerse distancia mínima de seguridad (2 metros ideal, mínimo 1,5 metros), considerar la instalación de medidas físicas (mamparas, paneles de vidrio) de fácil y frecuente limpieza.

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/atencion-publico>

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/preguntasfrecuentes#distanciamiento>

Higiene de manos

Todas las personas que desarrollen tareas en establecimientos habilitados deberán realizar lavado de manos con frecuencia y obligatoriamente:

- Al llegar al lugar.
- Antes y después de manipular basura o desperdicios.
- Antes y después de comer, manipular alimentos y/o amamantar.
- Luego de haber tocado superficies públicas: mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.
- Después de manipular dinero, llaves, animales, etc.
- Después de ir al baño o de cambiar pañales.
- Después de toser, estornudar o limpiarse la nariz.
- Se recomienda evitar, en la medida de lo posible, llevar las manos a la cara.

Cada local o establecimiento habilitado deberá contar con lugares adecuados para realizar un adecuado y frecuente lavado de manos con agua y jabón (dispensador de jabón líquido/espuma, toallas descartables o secadores de manos) y además deberán ponerse a disposición soluciones a base de alcohol al 70% (por ejemplo, alcohol en gel).

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/atencion-publico>

Es responsabilidad de la institución proveer los elementos adecuados en cantidad suficiente y en forma accesible para la higiene personal (lavado de manos con jabón, solución hidroalcohólica y toallas de papel). Recordar que debe emplearse soluciones a base de alcohol únicamente cuando las manos se encuentran limpias, en caso contrario debe realizarse el lavado con agua y jabón. Se aconseja el lavado frecuente de manos con una duración de 40-60 segundos.

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/gpsc_lavarse-manos_poster_es.jpg

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/gpsc_desinfectmanos_poster_es.jpg

Dada la mayor persistencia del virus sobre el látex o nitrilo, no se recomienda el uso de guantes salvo para tareas específicas (tareas de limpieza, contacto directo con secreciones).

Higiene respiratoria

- Utilizar barbijo casero que cubra nariz, boca y mentón en áreas comunes.
- Su uso no reemplaza ninguna de las medidas de distanciamiento físico ni de higiene.
- Promover el lavado del barbijo casero con agua y jabón al menos una vez al día, y cambiarlo inmediatamente si se encuentra sucio o mojado

(<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/barbijo>)

- Al toser o estornudar, usar un pañuelo descartable o cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo en caso de no tener colocado el barbijo casero.

En ambos casos, higienizarse las manos de inmediato.

- Disponer en área de espera y/o alto tránsito de cestos de basura de boca ancha y sin tapa para desechar los pañuelos descartables utilizados.

Desinfección de superficies y ventilación de ambientes

- Debe respetarse en todo momento la normativa vigente sobre limpieza y desinfección según rubro y actividad.
- Realizar desinfección diaria de superficies. La frecuencia de desinfección debe ser adecuada al tránsito y la acumulación de personas, la época del año y la complementación con la ventilación de ambientes.

- Realizar limpieza de las superficies con agua y detergente antes de la desinfección.
- Proveer de los elementos necesarios para efectuar la limpieza húmeda (balde, trapeador, paño, agua, detergente) y desinfección (recipiente, trapeador o paño, agua hipoclorito de sodio de uso doméstico con concentración de 55 gr/litro en dilución para alcanzar 500 a 1000 ppm de cloro - 100 ml de lavandina en 10 litros de agua). Las soluciones de lavandina deben utilizarse dentro de las 24 horas de preparadas para asegurar su eficacia.
- Ventilar regularmente los ambientes cerrados (al menos una vez al día), sobre todo en período invernal o de bajas temperaturas para permitir el recambio de aire.
- No se recomienda rociar o frotar la ropa, el calzado, bolsos, carteras u otras pertenencias con alcohol, lavandina u otras soluciones desinfectantes.
- No se recomienda el uso de “cabinas desinfectantes” u otro tipo de dispositivos que impliquen el rociado de soluciones desinfectantes sobre las personas, este tipo de intervenciones no sólo no tienen utilidad demostrada en la prevención de la transmisión de virus respiratorios, sino que su uso puede asociarse a potenciales efectos nocivos.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/limpieza-domiciliaria>

Transporte desde y hacia el lugar de trabajo

- Se aconseja el uso de medios de transporte individuales (automóvil, bicicleta, entre otros). Se debe recordar mantenerlo ventilado para garantizar la higiene y la desinfección del interior del mismo.
- Siempre que no esté prohibido, si fuere indispensable, el uso del transporte público se recomienda:
 - o Uso de barbijo casero, cubrebocas o tapabocas en todo momento.
 - o Recordar la importancia de una buena higiene de las manos antes, durante y después de los desplazamientos a realizar.
 - o Desplazarse provisto de un kit de higiene personal (jabón de tocador, alcohol en gel, pañuelos descartables, toallas para secarse las manos).
 - o Respetar las distancias recomendadas de (como mínimo 1,5 metros e idealmente 2 metros).
 - o Dejar un asiento libre entre pasajeros. Evitar los aglomeramientos en los puntos de acceso al transporte que se vaya a utilizar.
- Al regresar a casa, retirar el barbijo desde el elástico evitando tocar el frente, y ponerlo a lavar (o tirarlo si es descartable). Realizar lavado de manos inmediatamente al ingresar y siempre antes del contacto con superficies.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/salir-de-casa>

Acciones junto a los/as deportistas/as

- a. Comité de crisis: Se sugiere establecer un comité de crisis conformado por todas las partes involucradas, que establezcan y monitoricen el protocolo a seguir, así como también los responsables de garantizar el cumplimiento del mismo.
- b. Identificación de personal en riesgo: dentro de la nómina de personal que desarrolle las actividades, están exentas del deber de asistencia, de acuerdo a lo establecido por el Poder Ejecutivo Nacional, a través de la Resolución N°207/2020 del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social, en su artículo 1°, aquellas personas cuya presencia en el hogar resulte indispensable para el cuidado de niños, niñas o adolescentes y las siguientes personas incluidas en los grupos en riesgo:
 - o Mayores de sesenta (60) años de edad, excepto que sean considerados “personal esencial para el adecuado funcionamiento del establecimiento”.

- o Personas gestantes.
 - o Personas con enfermedad respiratoria crónica: enfermedad pulmonar obstructiva crónica [EPOC], enfisema congénito, displasia broncopulmonar, bronquiectasias, fibrosis quística y asma moderado o severo.
 - o Personas con enfermedades cardíacas: Insuficiencia cardíaca, enfermedad coronaria, valvulopatías y cardiopatías congénitas.
 - o Personas con inmunodeficiencias y estados de inmunodepresión.
 - o Personas con diabetes
 - o Personas con insuficiencia renal crónica en diálisis o con expectativas de ingresar a diálisis en los siguientes seis meses.
 - o Personas con enfermedad hepática avanzada. Recordar: se debe asegurar el respeto de la privacidad y confidencialidad de la información médica de los trabajadores y las trabajadoras, con especial atención a la información relacionada a patologías que configuren factores de riesgo para formas graves de COVID-19.
- <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/mayores>

c. Organización

- Reforzar la importancia de que ante la presencia de síntomas (fiebre, tos, dolor de garganta, dificultad para respirar, alteraciones en el olfato o gusto) los/las no acudan, notifiquen a sus superiores y al servicio de medicina laboral, y se solicite atención por parte del sistema de salud en forma inmediata. Utilizar como referencia para ello la definición de caso vigente del Ministerio de Salud de la Nación que se actualiza de manera permanente.
- <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirusCOVID-19/definicion-de-caso> - Adecuar el uso del establecimiento en base a turnos rotativos la distancia entre personas de 2 metros o de 1,5 metros como mínimo aceptable.
- Garantizar la mínima convivencia simultánea de personas en un mismo espacio físico cerrado.
 - Escalonar el horario de ingreso/egreso para evitar aglomeraciones en los puntos de acceso a los establecimientos y reducir la ocupación del transporte público en horas pico.

B. MEDIDAS PARA LA DETECCIÓN Y MANEJO DE CASOS SOSPECHOSOS Y CONTACTOS ESTRECHOS

- Desarrollar actividades de identificación de potenciales casos mediante la medición de temperatura corporal, fomentando el autorreporte y la realización de cuestionarios sencillos para la detección de posibles síntomas previo al ingreso.
- Si se instaura la medición de temperatura al ingreso a la institución, esta debe realizarse empleando termómetros infrarrojos que no impliquen contacto físico directo. La persona encargada de la medición de temperatura debe contar con equipo de protección personal apropiado. La especificación del equipo a emplear deberá ser detallado en las recomendaciones específicas de cada actividad.
- No permitir el ingreso a los establecimientos de personas con temperatura igual o mayor a 37,5°C o que presenten los síntomas propios del COVID-19.
- Evitar la estigmatización y la discriminación de personas sintomáticas o afectadas por COVID-19 y sus contactos estrechos.
- Establecer medidas a adoptar en el establecimiento para aislar a una persona que manifieste síntomas de COVID-19 para lo cual se sugiere disponer de en una sala o zona en donde la persona con síntomas no tenga contacto con otras personas y espere hasta ser evaluada adecuadamente. Se debe proceder de acuerdo a lo establecido o según lo indicado por las autoridades locales de salud de la jurisdicción.
- Ante la identificación de personas con síntomas respiratorios o fiebre, contactar inmediatamente al Sistema de Emergencias de salud local para su evaluación y eventual traslado a una institución de salud. Debe notificarse toda sospecha de COVID-19 a la autoridad sanitaria local.

Se considera contacto estrecho a:

- Toda persona que haya proporcionado cuidados a un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas y que no hayan utilizado las medidas de protección personal adecuadas.
- Cualquier persona que haya permanecido a una distancia menor a 2 metros y durante al menos 15 minutos con un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas. (ej. convivientes, visitas, compañeros de trabajo)

La utilización de elementos de protección personal para cada actividad se detallan en <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID19/recomendacionesuso-epp>

Los contactos estrechos cumplirán indefectiblemente 14 días de aislamiento domiciliario y realizarán monitoreo estricto de los síntomas. Los 14 días se considerarán a partir del último día de contacto con el caso confirmado.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/Identificacionyseguimiento-de-contactos>

Las recomendaciones que se realizan en este documento serán presentadas a la Prefectura Naval Argentina, la Secretaría de Deportes de la Nación, a los correspondientes/ diferentes Entes Provinciales o Municipales, y a nuestras afiliadas.

Su objeto será el de organizar el reinicio de las actividades deportivas del Canotaje luego del período de confinamiento y las primeras medidas preventivas tomadas por el Estado Nacional en relación a la actual Pandemia del Covid-19

Estas pautas fueron diseñadas siguiendo las mismas normas y criterios que el Estado ha delineado para deambular en los espacios públicos, adaptándolo también a los medios acuáticos bajo criterios médico-científicos de impedir la posible propagación del Covid-19.

Un proceso de monitoreo se llevará a cabo con el transcurrir de las distintas fases del retorno a la actividad deportiva durante la Pandemia, respetando las normativas jurisdiccionales y realidades sanitarias regionales correspondientes a cada Afiliada.

El retorno progresivo de la actividad deportiva del canotaje será comprendiendo y respetando el cumplimiento estricto de las medidas obligatorias impuestas realizadas por las autoridades sanitarias.

La FAC redactó esta planificación considerando algunas características intrínsecas de nuestra actividad del canotaje, a saber:

a-Posibilidad de portabilidad propia de embarcaciones por el atleta desde su lugar de residencia hasta el regreso de la sesión de entrenamiento.

b- Posibilidad de práctica deportiva en amplios espacios acuáticos y al aire libre.

c- Asimismo, se diagramaron protocolos para el retorno deportivo del canotaje en las instalaciones que sus entidades afiliadas poseen sobre los espacios de agua.

Grupos de poblaciones de deportistas del Canotaje para el retorno de la actividad.

Grupo A: Equipos Nacionales de alto rendimiento deportivo

¿Quiénes son deportistas de alto rendimiento deportivo? : Selecciones Nacionales FAC 2020 de Canotaje y Paracanotaje y Reservas de Selecciones Nacionales FAC 2020 de Canotaje y Paracanotaje de categorías: Junior/ Sub 23 y Senior.

Grupo B: Equipos de clubes Federados

Con matrícula competitiva FAC 2018/2019 o 2019/ 2020

Grupo C: Canotaje recreativo:

- Los socios de las afiliadas que sean practicantes del Canotaje Recreativo, de Canotaje de Formación o no posean Matrícula Competitiva 2019/2020
- Palistas sin afiliación o libres practicantes.

ETAPAS DE RETORNO PROGRESIVO A LA ACTIVIDAD DEPORTIVA DEL CANOTAJE

- **FASE 1:** Se permitirá el inicio de la actividad deportiva a palistas de los **Grupos A**.
- **FASE 2:** Se permitirá el inicio de las actividades deportivas a palistas del **Grupo B y Grupo C**. Dichos grupos tendrán diferente prioridad horaria y protocolos.
- **FASE 3:** Se permitirá el inicio de **Gimnasio en las Instituciones**, bajo autorización y protocolo de SDN para ese tipo de actividades y entrenamiento físicos.

Embarcaciones individuales

Para todas las posibilidades de Etapas (FASES) de Retorno de este Protocolo, y en todas las Categorías del mismo (GRUPOS). La FAC alienta a la navegación en embarcaciones individuales, tripuladas por con un solo palista a saber: K1; C1; V1; OC1; o SUP, respetando una distancia mínima de 10 metros entre palistas en el agua.

Se permitirá el uso de embarcaciones individuales, hasta que la Secretaría de Deportes de la Nación autorice a utilizar embarcaciones múltiples con tripulación, a saber: C2, K2, C4, K4, Canoas Canadienses de Clase Turismo, o cualquier embarcación con más de un tripulante, etc.

Los Palistas de Kayak polo de los Grupos A, B o C sólo deberán remar individualmente al igual que todos los otros deportistas, respetando una distancia de 10 metros en el agua. Sin situaciones de juego asociadas, sin situaciones de contacto, no se permite el pase de balón, deberá utilizarse balón individual rotulado con nombre del palista, que será llevado por el propio deportista a su casa hasta que la Secretaría de Deportes de la Nación así lo autorice.

Solicitamos el retorno progresivo de las actividades deportivas del canotaje para todas las disciplinas individuales, tanto a nivel del alto rendimiento como recreativo, siempre en superficies amplias de agua que permitan el distanciamiento social, bajo las Categorías; Etapas y los criterios generales enumerados a continuación.

Todas las Categorías de Atletas en todas las disciplinas de canotaje consideradas; durante las tres etapas mencionadas para dar inicio al regreso luego del período del confinamiento social obligatorio tendrán prácticas:

- Al aire libre.

- Con un distanciamiento entre palistas entrenadores, asistentes de 2,5 metros en tierra.
- En superficies de extensiones de agua que puedan brindar el espacio interpersonal propicio de 10 metros entre palistas /entrenador, o embarcación del entrenador.

Variables de lugares sin Guardería/ con Guardería Náutica

A) Prácticas Sin Guardería Náutica:

El Canotaje individual se practica con embarcaciones que en su totalidad son botes livianos y portátiles. En los casos de que el palista pueda acarrear dicho bote y desplazarse con distanciamiento social desde el momento de salida de su casa hasta su lugar de entrenamiento y regreso, sin dejar el bote en guardería; será autorizado a entrenar de esta forma utilizando espacios públicos en riberas de ríos, lagos etc.; a fin de disminuir la densidad de palistas en un mismo lugar en clubes náuticos.

Estas locaciones, serán autorizadas por cada Comisión de la FAC y escogidas por cada asociación afiliada, las que deberán informar tanto a PNA como a cada Jurisdicción Municipal, los horarios de las mismas. Todos los atletas serán monitoreados por los Entrenadores Nacionales / de club en los diferentes casos.

B) Prácticas Con Guardería Náutica:

Por otro lado nuestra actividad también puede practicarse desde el inicio de la sesión de entrenamiento hasta su finalización dentro de clubes o centros de entrenamiento a orillas de grandes superficies de agua. Estas Instalaciones Deportivas facilitan la accesibilidad y el derecho a la práctica del deporte a los atletas que no posean un medio vehicular para acarrear su embarcación, pudiendo así transportarse ellos mismos por algún otro medio. Estas Instituciones además de brindar servicio de guardería en muchas grandes urbes ofrecen un acceso seguro al agua para el palista y sus pertenencias.

C) Prácticas Con Guarderías Náuticas /compartidas con otros Deportes Federados Autorizados

En los casos de las Instituciones Deportivas de Canotaje que compartan espacios comunes de embarcaderos etc. con otros deportes acuáticos Federados, será obligación de cada club la tarea de trazar las comparaciones y variables en común en los distintos protocolos presentados, así poder coordinar internamente y tomar las medidas necesarias para disminuir la densidad de deportistas acuáticos por superficie; lapsos horarios; sistemas de higiene de los lugares de tránsito compartido, y cualquier otro criterio común.

Grupo A- FASE 1 (Ver Anexo I, listado de Atletas del Equipo Nacional y su sede)

A medida que se avance en los días de entrenamiento, se podrá redefinir o cancelar las actividades y se irán definiéndolas fases 2 y 3.

¿Quiénes podrán entrenar inicialmente? Solo saldrán a remar palistas que integren el **Grupo A**.

La FAC a través de sus Entrenadores Nacionales, informará a los deportistas sus lugares y horarios de entrenamiento, así como el nombre de su compañero.

Grupo A: (Alto Rendimiento)

- Sin restricción horaria, obligatoriamente entrenamiento individual con entrenador o máximo de dos palistas sin entrenador.
- En cualquier caso, de encontrarse en el río con otros palistas/ lancha de entrenador. deberá /n mantener la distancia de 10 metros, y de 2,5 metros en tierra.
- Sin entrenamiento de gimnasio común. (Sólo en sus hogares).
- Podrán entrenar en el agua sin entrenador, sólo palistas mayores de edad.
- Utilización de bote, remo y accesorios individualmente.
- No podrán alternarse las duplas de remo, ni los entrenadores.

En caso de que un compañero de dupla de entrenamiento; o entrenador/asistente que comparta la misma sesión de entrenamiento; tenga aislamiento, diera positivo al Test y sea portador del Virus SARS-CoV-2; los otros miembros del grupo de entrenamiento deberán reportarse a las autoridades sanitarias y cumplir con un aislamiento preventivo y obligatorio de 14 días antes de retornar a los entrenamientos.

FASE 2 Se permitirá remar a los palistas del **Grupo B y Grupo C**.

GRUPO B: (Federados)

Según sean las variables:

- Lugar de Entrenamiento Con/ o Sin Guardería.
- Densidad de deportistas total por superficies terrestres en clubes /y en caso de espacios de agua designados (Pista de slalom/ Pista de Sprint/ Circuito/ Ola Freestyle)
- Cantidad de Deportistas totales por turno en Clubes /o en espacios públicos designados.
- Espacios terrestres/ y espacios de agua designados compartidos con palistas Grupo A.

Horarios: Se podrá autorizar a los deportistas federados a entrenar con estas dos opciones:

- Sin límite horario /Con lapsos de tiempo acotados, (en preferencia brindando la posibilidad de dos horas por turno mañana y dos por turno tarde).

- Cada Comisión correspondiente de la FAC; autorizará a las afiliadas la habilitación del horario sin límite/ o acotado en dos turnos, a los palistas grupo B. Considerando cómo prioritarios al grupo A en caso de coincidencia de lugar/ tiempo de práctica, según sea el caso.
- Cantidad máxima de palistas por grupo: Se remarará en grupo de hasta 5 deportistas máximo, con un entrenador a cargo.
- No podrán los palistas alternarse en diferentes grupos de entrenamiento, ni alternar el entrenador durante todas las fases de este proceso.
- Cada Institución afiliada autorizará al entrenamiento en duplas sin entrenador a sus palistas mayores de edad, informando: Nombre y Apellido; lugar, días y horarios de entrenamiento en la planilla de datos requerida por la FAC.

En caso de que un compañero de grupo de entrenamiento; o entrenador/asistente que comparta la misma sesión de entrenamiento; tenga aislamiento diara positivo al Test y sea portador del Virus SARS-CoV-2; los otros miembros del grupo de entrenamiento deberán reportarse a las autoridades sanitarias y cumplir con un aislamiento preventivo y obligatorio de 14 días antes de retornar a los entrenamientos.

-Toda actividad encuadrada bajo este protocolo debe ser comunicada previamente a la Federación y cumplir con lo establecido en este Protocolo. Para esto, la afiliada solicitante debe comunicar su inicio de actividades al mail de secretaria@canotaje.org.ar, informando:

- 1- Entidad que lo solicita:
- 2- Lugar de las prácticas:
- 3- Entrenador a cargo:
- 4- Listado de participantes (Nombre y Apellido, DNI, Fecha de Nacimiento):
- 5- Días y horarios previstos para las prácticas:

Será responsabilidad de los clubes, brindar la seguridad necesaria a sus palistas Grupo C.

Con horarios estipulados por cada institución/club, acotados según las franjas horarias cuando exista tránsito de otros palistas A y B.

Se recomienda el aseo regular de lugares comunes autorizados y embarcaciones de club.

El inicio de esta Fase 2 quedará bajo disposición de las autoridades estatales y sanitarias según sea la región del país.

En localidades donde se aprueben las actividades deportivas acuáticas libres, recomendamos y solicitamos a PNA y SDN separarlas de los espacios y embarcaderos donde cada institución local solicite uso prioritario por poseer características /necesidades técnicas, por ejemplos pistas Nacionales de Canotaje Sprint/ Slalom, Olas de entrenamiento Freestyle o circuitos de medio fondo designados como necesarios para estos grupos de atletas, a fin de evitar la densidad de atletas por superficie acuática.

Fase 3: Uso del Gimnasio común. Cuando las autoridades Estatales y Sanitarias, autoricen este tipo de actividad.

Teniendo en cuenta la evolución de la pandemia, y en el caso que las autoridades habiliten la navegación deportiva y/o recreativa se evaluará la necesidad de establecer nuevos protocolos conforme a la situación sanitaria del momento, pudiendo ser regresiva de ser necesario.

CRITERIOS GENERALES

No debe iniciarse actividad sin este trámite inicial; aviso formal a la Federación sobre inicio de actividad con los datos requeridos arriba mencionados.

- 1- La Federación junto con los Clubes informará a la Prefectura Naval Argentina, de su jurisdicción, la iniciación de las actividades conforme a este Protocolo.
- 2- -Todos los entrenamientos deben estar supervisados por el Club, el que asignará un entrenador, quien será la autoridad de control de este protocolo.
- 3- Los botes permanecerán en el área de cada club, sin que se genere movimientos de la flota a otros clubes, etc.
- 4- -Los deportistas o sus representantes (cuando sean menores de edad) deben firmar un compromiso de cumplimiento de este protocolo. El incumplimiento de este implica la suspensión de su derecho a participar de las prácticas quedando sujeto a una posible sanción disciplinaria y dependiendo el caso a acciones penales si así lo amerita.
- 5- Los deportistas deben llegar, en caso de entrenar en un club con ropa para remar ya colocada.
- 6- En caso de ser transportados por un mayor, debe ser por sólo un miembro de su grupo familiar.
- 7- Estará prohibido el uso de los vestuarios en las instalaciones del club salvo fuerza mayor.
- 8- Se deben movilizar por medios particulares evitando utilizar el transporte público.
- 9- Las sesiones teóricas de apertura y cierre, se realizarán en forma virtual o bien a una distancia de al menos 3 metros entre participantes y al aire libre.
- 10- Los botes estarán ubicados en tierra a una distancia no menor a 3 metros entre uno y otro.
- 11- Está prohibido compartir cualquier tipo de material y herramientas entre los participantes.
- 12- En tierra, los participantes deben utilizar barbijo en todo momento.
- 13- Cada participante deberá traer su propia botella de hidratación y comida.
- 14- Una vez finalizada la actividad los deportistas y técnicos se retirarán del club procediendo a cambiarse en sus respectivos hogares.
- 15- Cada deportista debe asear su bote y material en forma personal con agua dulce con la proporción de lavandina aconsejada.

- 16- Los deportistas deberán seguir en todo momento, las indicaciones del Gobierno Nacional, Provincial y Municipal en todo lo que respecta a las normas de seguridad e higiene por la pandemia.
- 17- Los deportistas previamente deberán enviar a la Federación una declaración jurada en la que afirman no haber tenido los síntomas del Covid 19 en los últimos 15 días ni convivir con una persona en esa situación y que respetarán el protocolo de entrenamiento seguro establecido por la Federación.
- 18- En el caso que el deportista hubiese estado enfermo deberá requerir un certificado médico y entregarlo a las autoridades del club a los efectos de poder reiniciar la actividad. Los deportistas en conjunto con la Federación verificarán de acuerdo a una certificación médica del deportista las medidas de resguardo personal que se deberán tomar en cada caso.

Itinerario ¿Cómo? Detalle de cómo proceder separados por tramos:

Tramo 1: Salir de casa:

Colocarte el barbijo y en caso de ser posible la máscara de protección facial completa. Tener cuidado de llevar todo lo necesario para no tener que volver a entrar a casa.

Tramo 2: Traslado

Únicamente en vehículo propio, sin uso del transporte público. Puede ser auto, moto o bicicleta.

Desde casa, hasta es el espejo de agua e inmediato regreso a casa.

Cada deportista deberá tener su correspondiente permiso para circular para poder exhibirlo a la autoridad competente en caso de necesidad.

Tramo 3: Ingreso al espejo de agua / club

Al llegar, lavarse las manos con agua y jabón, de no ser posible con alcohol en gel.

En caso de tener que ingresar a botera, solo podrá hacerlo una persona a la vez.

Se prevén 2 escenarios posibles:

Acceso público al espejo de agua.

Club cerrado, pero con permiso para el acceso de deportistas exceptuados. En este caso la FAC acordara con el club las condiciones necesarias para garantizar la seguridad de todos los involucrados.

Tramo 4: Ingreso al agua

Se debe mantener el distanciamiento con el compañero de entrenamiento El deportista deberá tener puesto el barbijo durante todo el tiempo en tierra.

Tramo 5: Entrenamiento

Realizar el entrenamiento en forma normal.

Mantener en todo momento el distanciamiento de 10m con cualquier otra embarcación que pudiera haber en el agua.

No dejar objetos en la embarcación del entrenador.

La FAC dará aviso a la delegación correspondiente de la PNA y al Municipio sobre la situación de los deportistas autorizados, para evitar situaciones confusas. De ser posible, los deportistas deberán llevar en el bote una fotocopia del correspondiente permiso dentro de un folio plástico.

Tramo 6: Al volver a tierra.

Colocarse el barbijo, mantener el distanciamiento en todo momento.

Dejar el bote en la botera, de ser necesario secarse, vestirse (encima de la ropa de entrenamiento) dejar el bote en la botera o cargarlo en el techo del auto. No se podrá hacer uso de los vestuarios.

Tramo 7: Salir del espacio de agua / club

Tramo 8: Regreso a casa

Tramo 9: Ingreso a casa

Desinfectarse las manos con alcohol en gel.

Sacarse el calzado y limpiar las suelas con agua con lavandina.

Si llevaste el celular al salir, limpiarlo con alcohol.

Dejar en la zona sucia billetera, llaves, etc.,

Cambiarse de ropa. De ser posible poner la ropa "sucia" al sol para su desinfección o lavarla.

De ser posible ducharse. Si no lavarse bien las manos, la cara y los lentes con agua y jabón.

El lavado debe durar por lo menos 30 segundos para que sea efectivo.

Todos los elementos que no puedan ser lavados por cada entrenamiento, deberán quedar en la zona sucia.

Cuestionario Personal

-En casa, en forma diaria, por la noche, un rato antes de dormir, hacer la autoevaluación del estado de salud.

Punto A: Medir la temperatura. Llevar un registro fecha, hora, temperatura.

- 1- Medir la temperatura siempre en el mismo lugar (oído y axila), ya que, de otro modo, podrían variar los valores.

No se debe medir la temperatura inmediatamente después de bañarse o entrenar. Se deben esperar por lo menos 20 minutos.

Hay que medirse la temperatura. No hay que confiar en la percepción que se tenga al tocarse la frente.

Punto B: Cuestionario

- 1- ¿Percibiste una marcada pérdida del olfato de manera repentina?
- 2- ¿Percibiste una marcada pérdida del gusto (sabor de los alimentos) de manera repentina?
- 3- ¿Tenés tos o dolor de garganta?
- 4- ¿Tenés dificultad respiratoria o falta de aire?
- 5- Si la temperatura es mayor a 37,5 grados centígrados por más de un día y/o si respondiste Si a alguna de las preguntas del cuestionario, se debe informar al Entrenador Nacional a cargo y dependiendo de la zona en la que residas, dar aviso al servicio de emergencia médica disponible.



Hugo Cabral
Presidente
Federación Argentina de Canoas

PROTOCOLO BÁSICO DE ACTUACIÓN

PARA EL RETORNO A LOS ENTRENAMIENTOS



PANDEMIA COVID-19 | MAYO 2020

CONFEDERACIÓN ARGENTINA DE GIMNASIA

PROTOCOLO BÁSICO DE ACTUACIÓN PARA EL RETORNO A LOS ENTRENAMIENTOS.

El presente documento es creado como sugerencia, por parte de la Confederación Argentina de Gimnasia para ser utilizado a modo de guía en la reapertura de todos los gimnasios que implementan la práctica deportiva de nuestra disciplina, por parte de las diferentes instituciones del territorio nacional. El mismo, fue elaborado con la contribución de especialistas de diferentes áreas, siguiendo las recomendaciones de prevención del Ministerio de Salud de la Nación, y el Gobierno Nacional sobre vida en tiempos de SARS-COV-2, virus responsable de COVID-19. Este protocolo, deberá ser articulado por cada institución deportiva siguiendo estrictamente las medidas adoptadas por los Gobiernos Provinciales, y Municipales, para su correcto cumplimiento en sus diferentes etapas. Su ejecución de

la manera más estricta posible proporcionará a todos los integrantes de la comunidad gimnástica, (desde el ingreso al predio deportivo, hasta su retiro del mismo) las medidas de seguridad necesarias para retornar a la práctica deportiva. La actividad Gimnasia, es en todas sus ramas, y desde muy temprana edad, un DEPORTE MUY DISCIPLINADO favoreciendo el cumplimiento del presente protocolo, en cualquiera de sus etapas.

OBJETIVO

El objetivo principal de este protocolo es la reactivación de la práctica deportiva, previniendo la transmisión de afecciones respiratorias ocasionadas por COVID-19 en el ámbito de la práctica de la gimnasia en todas sus ramas. Se deberá dar cumplimiento al mismo, a través de una serie de pautas de seguridad e higiene que tendrán que implementarse, como también, el acatamiento de directivas de prevención, por parte de todo el personal deportivo y el personal que involucra la institución, a través de todos los responsables de la entidad. Para que la reactivación de establecimientos deportivos en lo que respecta al ámbito de la Gimnasia Argentina, avalada por las autoridades gubernamentales, sea exitosa, la CAG recomienda dividir el proceso en 5 (cinco) ETAPAS. Cada Región o lugar geográfico determinará según situación epidemiológica provincial y/o local, la autorización de avance de etapa sugerida por el presente Protocolo, habiendo cumplido en su totalidad con la ETAPA 1 de manera OBLIGATORIA; como así también podrán determinar el retroceso a etapas previas en caso de ser necesario.

Las 5 etapas del proceso:



PROTOCOLO CAG | COVID - 19



ETAPA 1

Educación previa y preparación del ambiente para deportistas y personal involucrado.

ETAPA 2

Retorno progresivo a la actividad física en la institución.

ETAPA 3

Inicio de practicas grupales.

ETAPA 4

Pre-retorno a la actividad deportiva normal.

ETAPA 5

Retorno a la actividad deportiva normal incorporando hábitos de seguridad e higiene

Etapa 1



EDUCACIÓN PREVIA Y PREPARACIÓN DEL AMBIENTE PARA DEPORTISTAS Y PERSONAL INVOLUCRADO

ETAPA 1: EDUCACIÓN PREVIA Y PREPARACIÓN DEL AMBIENTE PARA DEPORTISTAS Y PERSONAL INVOLUCRADO

Debemos saber que la Gimnasia es el deporte de iniciación temprana por excelencia, por lo que el mayor porcentaje de participación de nuestros deportistas, se constituye por niños, niñas y adolescentes, a quienes a nuestro entender será fundamental trabajar previamente a la actividad física, introduciendo el factor pedagógico en la creación de los nuevos hábitos de seguridad, higiene y distanciamiento, con lo que deberán aprender a convivir.

Para ello consideramos FUNDAMENTAL Y OBLIGATORIA para todas las instituciones, nuestra ETAPA 1 de EDUCACIÓN y PREPARACIÓN DE LAS INSTITUCIONES.

El Club o Gimnasio deberá capacitar a TODO su personal involucrado de la institución (admisión, limpieza, docentes, mantenimiento, lugares de provisión de alimentos etc.) de todas las nuevas disposiciones generales de prevención, adoptadas por el gobierno nacional y/o provincial de higiene y seguridad que rigen

para la entidad. Posterior a ello, la institución deberá, previo al comienzo de la actividad física presencial, realizar de forma virtual con los gimnastas que retomen la práctica deportiva, una "EDUCACIÓN VIRTUAL" orientada a la adquisición de los nuevos hábitos de distanciamiento, seguridad e higiene con los que deberán aprender a convivir desde la salida de su casa, al ingresar al club, al gimnasio, normas propias de la actividad, y retorno a casa. Se propone potenciar los canales de comunicación a través de Grupos de Whatsapp, redes sociales y demás canales de comunicación digital, minimizando el uso de material gráfico.

Preparación institucional del ambiente y las acciones: Paralelo a ello, el club/gimnasio, deberá acondicionar sus instalaciones con la señalética correspondiente indicando todas las acciones que deberán tomarse dentro de la entidad, especificando los procesos de higienización, prevención, demarcación de distanciamientos en espacios posibles de aglomeraciones, colocación de carteles y afiches refiriendo números telefónicos (LOCALES O PROVINCIALES), donde llamar en caso de

sospecha por síntomas de COVID19. Esta información, y toda la información necesaria, está provista en la página oficial www.argentina.gob.ar

ACCIÓN INSTITUCIONAL

A. Comité de crisis: Se sugiere establecer un comité de crisis conformado por todas las partes involucradas, que establezcan y monitoricen el protocolo a seguir, así como también los responsables de garantizar el cumplimiento del mismo.

B. Identificación de personal en riesgo: dentro de la nómina de personal que desarrolle las actividades, están exentas del deber de asistencia, de acuerdo a lo establecido por el Poder Ejecutivo Nacional, a través de la Resolución N°207/2020 del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social, en su artículo 1°, aquellas personas cuya presencia en el hogar resulte indispensable para el cuidado de niños, niñas o adolescentes y las siguientes personas incluidas en los grupos en riesgo:

- Mayores de sesenta (60) años de edad, excepto que sean considerados "personal esencial para el adecuado funcionamiento del establecimiento".
- Personas gestantes.
- Personas con enfermedad respiratoria crónica: enfermedad pulmonar obstructiva crónica [EPOC], enfisema congénito, displasia broncopulmonar, bronquiectasias, fibrosis quística y asma moderado o severo.
- Personas con enfermedades cardíacas: Insuficiencia cardíaca, enfermedad coronaria, valvulopatías y cardiopatías congénitas.
- Personas con inmunodeficiencias y estados de inmunodepresión.
- Personas con diabetes.
- Personas con insuficiencia renal crónica en diálisis o con expectativas de ingresar a diálisis en los siguientes seis meses.
- Personas con enfermedad hepática avanzada. Recordar: se debe asegurar el respeto de la privacidad y confidencialidad de la información médica de los trabajadores y las trabajadoras, con

especial atención a la información relacionada a patologías que configuren factores de riesgo para formas graves de COVID-19.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/mayores>

ORGANIZACIÓN

- Reforzar la importancia de que ante la presencia de síntomas (fiebre, tos, dolor de garganta, dificultad para respirar, alteraciones en el olfato o gusto) los/las no acudan, notifiquen a sus superiores y al servicio de medicina laboral, y se solicite atención por parte del sistema de salud en forma inmediata. Utilizar como referencia para ello la definición de caso vigente del Ministerio de Salud de la Nación que se actualiza de manera permanente.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso> -

- Adecuar el uso del establecimiento en base a turnos rotativos la distancia entre personas de 2 metros o de 1,5 metros como mínimo aceptable.

- Garantizar la mínima convivencia simultánea de personas en un mismo espacio físico cerrado.
- Escalonar el horario de ingreso/egreso para evitar aglomeraciones en los puntos de acceso a los establecimientos y reducir la ocupación del transporte público en horas pico.

MEDIDAS PARA LA DETECCIÓN Y MANEJO DE CASOS SOSPECHOSOS Y CONTACTOS ESTRECHOS

- Desarrollar actividades de identificación de potenciales casos mediante la medición de temperatura corporal, fomentando el auto reporte y la realización de cuestionarios sencillos para la detección de posibles síntomas previo al ingreso.
- Si se instaura la medición de temperatura al ingreso a la institución, esta debe realizarse empleando termómetros infrarrojos que no impliquen contacto físico directo. La persona encargada de la medición de temperatura debe contar con equipo de protección personal apropiado. La especificación

del equipo a emplear deberá ser detallado en las recomendaciones específicas de cada actividad.

- No permitir el ingreso a los establecimientos de personas con temperatura igual o mayor a 37,5°C o que presenten los síntomas propios del COVID-19.
- Evitar la estigmatización y la discriminación de personas sintomáticas o afectadas por COVID-19 y sus contactos estrechos.
- Establecer medidas a adoptar en el establecimiento para aislar a una persona que manifieste síntomas de COVID-19 para lo cual se sugiere disponer de en una sala o zona en donde la persona con síntomas no tenga contacto con otras personas y espere hasta ser evaluada adecuadamente. Se debe proceder de acuerdo a lo establecido o según lo indicado por las autoridades locales de salud de la jurisdicción.
- Ante la identificación de personas con síntomas respiratorios o fiebre, contactar inmediatamente al Sistema de Emergencias de salud local para su evaluación y eventual traslado a una institución

de salud. Debe notificarse toda sospecha de COVID-19 a la autoridad sanitaria local.

SE CONSIDERA CONTACTO ESTRECHO A:

- Toda persona que haya proporcionado cuidados a un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas y que no hayan utilizado las medidas de protección personal adecuadas.
- Cualquier persona que haya permanecido a una distancia menor a 2 metros y durante al menos 15 minutos con un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas. (ej. convivientes, visitas, compañeros de trabajo).
- La utilización de elementos de protección personal para cada actividad se detalla en <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID19/recomendaciones-usoepp>
- Los contactos estrechos cumplirán indefectiblemente 14 días de aislamiento domiciliario y realizarán monitoreo estricto de los síntomas. Los 14 días se considerarán a partir del último día de contacto con el caso confirmado.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/Identificacion-yseguimientode-contactos>

PREPARACIÓN INSTITUCIONAL DEL AMBIENTE Y LAS ACCIONES

El establecimiento, deberá acondicionar sus instalaciones con la señalética correspondiente indicando todas las acciones que deberán tomarse dentro de la entidad, especificando los procesos de higienización, prevención, demarcación de distanciamientos en espacios posibles de aglomeraciones, colocación de carteles y afiches refiriendo números telefónicos (LOCALES O PROVINCIALES), donde llamar en caso de sospecha por síntomas de COVID19.

DETERMINACIÓN DE PUNTOS CRÍTICOS

(Deberán recibir el máximo control por ser factor de riesgo de exposición y transmisión):

- TRASLADO: Transporte público, de Regulación local).

- ADMISIÓN O INGRESO: (Protocolo Institucional, bajo lineamientos de Salud).
- SANITARIOS: (Protocolo Institucional Bajo lineamientos de salud).
- SALA DE ENTRENAMIENTO: Superficies altamente tocadas (aparatos de suspensión y apoyos) o de mucho manipuleo. Cajones que puedan albergar suciedad. Magnesieros. Circulación de aire. Desplazamientos sin aglomeraciones.
- LUGAR DE EXPENDIO DE COMIDAS: (Se deberán regir bajo las nuevas normas de manipulación de alimentos).

ROL DE EMERGENCIA: Cada institución deberá revisar su propio Rol de emergencia institucional (en casos de accidentes) y su Protocolo frente al COVID y reestructurarlo bajo lineamientos del Ministerio de Salud de la Nación, previo a la apertura del predio.

DETERMINACIÓN DE CRITERIOS PARA LA APERTURA

La Entidad deportiva deberá respetar los criterios establecidos por su jurisdicción para determinar que gimnastas, inician la práctica según franja etaria, y cantidad de gimnastas permitidos por espacio físico, asignando horarios por turno de entrenamiento, etc.

- Normas de Admisión Todas las inscripciones y envío de la información previa que se deba enviar a los gimnastas o a las familias deberá ser online, de ser posible. En caso contrario, se evaluará cada situación particular.
- Nuevos Aptos Médicos: Se sugiere solicitar nuevos aptos médicos a todos los deportistas donde se deje constancia que la persona no se encuentra dentro de los considerados factores de riesgo, y también informando situación del deportista ante COVID19.
- Declaración Jurada: Todas las personas que tengan acceso a la institución deportiva deberán

manifestar mediante Declaración Jurada, no presentar síntoma alguno relacionado con SARS COV 2 (fiebre, tos seca, dolor de garganta y/o corporal); ni haber mantenido contacto estrecho en los últimos treinta (30) días con ninguna persona que haya viajado al exterior del país; ni haber estado en contacto con alguna persona que haya manifestado sintomatología relacionada o haya dado positivo dentro de los últimos treinta (30) días a un examen por COVID 19. La DDJJ deberá ser emitida previa a la admisión de forma On Line y ser presentada 24 horas previo al inicio de actividad física.

- En caso de los gimnastas menores de edad, la Declaración Jurada deberá ser firmada por padre, madre o tutor a cargo.
- Según criterios provinciales pueden ser exigidas las aplicaciones de telefonía celular correspondientes a estas declaraciones.

MONITOREO DE CONTROL POR PARTE DE LAS INSTITUCIONES

Se sugiere que el comité de crisis institucional establezca los RESPONSABLES DE ÁREAS, que serán los encargados de cumplir con las normas de higiene de cada departamento, y dejar registro diario del mismo, que será recabado por UN RESPONSABLE GENERAL de la institución del cumplimiento de los protocolos. Dichos partes diarios de higiene y seguridad en puntos críticos deberán ser presentados al Responsable General de la institución por parte de las siguientes Áreas:

- RESPONSABLE DE ADMISIÓN/INGRESO.
- RESPONSABLE DE LIMPIEZA EN SALA DE GIMNASIA.
- RESPONSABLE DE LIMPIEZA EN SANITARIOS.
- RESPONSABLE DE CUMPLIMIENTO DE PROTOCOLO DEL LUGAR DE EXPENDIO DE COMIDAS DE LA INSTITUCIÓN (área que puedan llegar a entrar en contacto los niños, desde su ingreso al club hasta su arribo al gimnasio).

TRANSPORTE DESDE Y HACIA EL LUGAR DE TRABAJO

Se aconseja el uso de medios de transporte individuales (automóvil, bicicleta, entre otros). Se debe recordar mantenerlo ventilado para garantizar la higiene y la desinfección del interior del mismo.

Siempre que no esté prohibido, si fuere indispensable, el uso del transporte público se recomienda:

- Uso de barbijo casero, cubrebocas o tapabocas en todo momento.
- Recordar la importancia de una buena higiene de las manos antes, durante y después de los desplazamientos a realizar.
- Desplazarse provisto de un kit de higiene personal (jabón de tocador, alcohol en gel, pañuelos descartables, toallas para secarse las manos).
- Respetar las distancias recomendadas de (como mínimo 1,5 metros e idealmente 2 metros). Dejar un asiento libre entre pasajeros.
- Evitar los aglomeramientos en los puntos de acceso al transporte que se vaya a utilizar.

Al regresar a casa, retirar el barbijo desde el elástico evitando tocar el frente, y ponerlo a lavar (o tirarlo si es descartable). Realizar lavado de manos inmediatamente al ingresar y siempre antes del contacto con superficies.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/salir-de-casa>

Etapa 2



RETORNO PROGRESIVO A LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA INSTITUCIÓN

ETAPA 2: RETORNO PROGRESIVO A LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA INSTITUCIÓN

RECOMENDACIONES GENERALES

ACCIONES INSTITUCIONALES DE PREPARACIÓN PREVIA Y ADMISIÓN

1. Teniendo en cuenta que los clubes han estado cerrados durante mucho tiempo, los Oficiales del Club deben lavar y desinfectar cuidadosamente las instalaciones antes de abrir.
2. Los servicios abiertos de los clubes deberán limitarse a la administración, servicios de secretaría, vestuarios y personal de limpieza y mantenimiento. Todos estos profesionales deben usar máscaras. La recepción debe estar cerrada y todos los procedimientos administrativos continuarán realizándose por teléfono o electrónicamente.
3. Los profesionales deben trabajar en regímenes de grupos cerrados. Es decir, laboran en un mismo turno siempre los mismos trabajadores, y no se

relacionan con el resto, para reducir las posibles cadenas de transmisión de virus, en el club y en la sociedad. La misma modalidad regirá para la relación deportistas – entrenador.

4. Todos los profesionales mencionados en el punto 2 deben usar obligatoriamente cubrebocas provistos por la institución. Siempre que sea posible, deben ponerse guantes desechables al manipular objetos, y luego quitarlos y tirarlos a la basura.
5. Se sugiere la no apertura de servicios de alimentación o cafetería, ni tampoco, los espacios de salas de espera para evitar la acumulación de personas por períodos prolongados en ambientes cerrados.
6. Para todos los demás servicios mencionados en el punto 2, deben aplicarse las mismas reglas de distancia y moderación social, creando canales para la circulación de personas y evitando su acumulación.
7. En la fase inicial de apertura de los clubes o gimnasios, los padres / familiares de los gimnastas

NO deben ingresar a las instalaciones. Sugerimos regresar a casa y volver a recoger a los gimnastas a la hora programada para el final del entrenamiento, o permanecer dentro de sus vehículos, si viajan en transporte privado al Club. Un empleado, o entrenador del Club debe asegurarse de que los gimnastas menores de edad sean entregados a los padres / familiares al final del entrenamiento.

8. Al arribar a la Institución, en el área de ingreso y salida del club/ gimnasio, los padres/familiares y gimnastas, deben llegar con cubrebocas y mantener una distancia de 2 metros entre ellos.
9. Se sugiere controlar la temperatura, a la entrada de las instalaciones, a todos los gimnastas y trabajadores, con un termómetro corporal (preferentemente sin contacto, por métodos infrarrojos). Tal medición constituye un criterio de admisión a las instalaciones del club / gimnasio, y estará sujeto a la autorización expresa (por escrito) de los gimnastas o sus tutores en el caso de menores. La medición realizada no deberá registrarse.

10. No se deberá permitir el acceso a gimnastas y trabajadores con una temperatura superior a 37.5°, se pedirá que regresen a casa y se comuniquen con la línea de emergencias estatal correspondiente.
11. Los corredores de acceso a la institución, a vestuarios y gimnasios deben estar delimitados, con marcas en el suelo a 2 (dos) metros de distancia, para evitar concentraciones de gimnastas en áreas de menor vigilancia, y también para aumentar la frecuencia de lavado y desinfección del piso de estos corredores.

DISTANCIAMIENTO, HIGIENE Y SEGURIDAD

DISTANCIAMIENTO SOCIAL

Debe mantenerse una distancia mínima entre personas de 2 metros como ideal y de 1,5 metros como aceptable.

Evitar el contacto físico al saludar con besos, abrazos u apretones de manos.

Evitar reuniones en espacios cerrados.

No compartir mate, vajilla ni otros utensilios.

Para mantener el distanciamiento social se debe limitar la densidad de ocupación de espacios a 1 persona cada 2,25 metros cuadrados de espacio circulable, para ello se puede utilizar la modalidad de reserva del espacio o de turnos prefijados. En caso de que no pueda mantenerse distancia mínima de seguridad (2 metros ideal, mínimo 1,5 metros), considerar la instalación de medidas físicas (mamparas, paneles de vidrio) de fácil y frecuente limpieza.

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/atencion-publico>

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/preguntasfrecuentes#distanciamiento>

Siempre que las condiciones climáticas lo permitan, se deben abrir las ventanas y puertas de los gimnasios, al menos dos veces al día, para que la ventilación natural promueva los cambios de aire deseados o encienda los sistemas de ventilación. Las puertas deben estar abiertas para evitar el contacto de los usuarios con las manijas.

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

La limpieza diaria y la higiene de las instalaciones deben reforzarse y priorizarse en los puntos de manipulación más frecuentes: en manijas de las puertas; en grifos; en inodoros; en pantallas y teclados en las disciplinas que entrenan con la grabación de video, por ej. TRA; en botones de equipo en las disciplinas que entrenan con música, por ej. GAF, GR, Y G.AER.

Recomendaciones de limpieza y desinfección:

Realizar desinfección diaria de superficies. La frecuencia de desinfección debe ser adecuada al tránsito y la acumulación de personas, la época del año y la complementación con la ventilación de ambientes.

Realizar limpieza de las superficies con agua y detergente antes de la desinfección.

Proveer de los elementos necesarios para efectuar la limpieza húmeda (balde, trapeador, paño, agua, detergente) y desinfección (recipiente, trapeador o paño, agua hipoclorito de sodio de uso doméstico con concentración de 55 gr/litro en dilución para alcanzar 500 a 1000 ppm de cloro -100 ml de lavandina en 10 litros de agua). Las soluciones de lavandina deben utilizarse dentro de las 24 horas de preparadas para asegurar su eficacia.

Ventilar regularmente los ambientes cerrados (al menos una vez al día), sobre todo en período invernal o de bajas temperaturas para permitir el recambio de aire.

No se recomienda rociar o frotar la ropa, el calzado, bolsos, carteras u otras pertenencias con alcohol, lavandina u otras soluciones desinfectantes.

No se recomienda el uso de "cabinas desinfectantes" u otro tipo de dispositivos que impliquen el rociado de soluciones desinfectantes sobre las personas, este tipo de intervenciones no sólo no tienen utilidad demostrada en la prevención de la transmisión de virus respiratorios, sino que su uso puede asociarse a potenciales efectos nocivos.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/limpieza-domiciliaria>

En el caso de superficies que no sean aptas para la limpieza con soluciones de agua con detergentes o lavandina, como teléfonos celulares y teclados de computadoras entre otros, y de ser aptos a limpieza con alcohol, utilizar solución alcohólica al 70%. De lo contrario utilizar productos aptos para este fin (VER ANEXO 1)

HIGIENE DE MANOS

Todas las personas que desarrollen tareas en establecimientos habilitados deberán realizar lavado de manos con frecuencia y obligatoriamente:

- Al llegar al lugar.
- Antes y después de manipular basura o desperdicios.
- Antes y después de comer, manipular alimentos y/o amamantar.
- Luego de haber tocado superficies públicas: mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.
- Después de manipular dinero, llaves, animales, etc.
- Después de ir al baño o de cambiar pañales.
- Después de toser, estornudar o limpiarse la nariz
- Se recomienda evitar, en la medida de lo posible, llevar las manos a la cara.

Cada local o establecimiento habilitado deberá contar con lugares adecuados para realizar un adecuado y frecuente lavado de manos con agua y jabón (dispensador de jabón líquido/espuma, toallas

descartables o secadores de manos) y además deberán ponerse a disposición soluciones a base de alcohol al 70% (por ejemplo, alcohol en gel).

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/atencion-publico>

Es responsabilidad de la institución proveer los elementos adecuados en cantidad suficiente y en forma accesible para la higiene personal (lavado de manos con jabón, solución hidroalcohólica y toallas de papel).

Recordar que debe emplearse soluciones a base de alcohol únicamente cuando las manos se encuentran limpias, en caso contrario debe realizar el lavado con agua y jabón. Se aconseja el lavado frecuente de manos con una duración de 40-60 segundos.

Dada la mayor persistencia del virus sobre el látex o nitrilo, no se recomienda el uso de guantes salvo para tareas específicas (tareas de limpieza, contacto directo con secreciones).

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/gpsc_lavarse-manos_poster_es.jpg

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/gpsc_de_sinfectmanos_poster_es.jpg

Recordamos la necesidad de lavarse las manos a menudo con alcohol en gel durante todo el entrenamiento.

El entrenador no deberá consumir alimentos, mate, ni tampoco compartir bebidas, y productos de higiene personal durante la clase.

HIGIENE EN EL GIMNASIO

1. Contar con un recipiente con hipoclorito de sodio (lavandina) y trapo de piso para la desinfección del calzado antes del ingreso al gimnasio.
2. Al ingresar al gimnasio, se deberá establecer una zona mixta (de transición) entre el acceso al gimnasio y el ingreso al área de práctica deportiva. En ese lugar, tanto gimnastas como entrenadores, deberán quitarse el calzado y dejarlo en este lugar (es muy importante que en ningún momento el calzado tanto de entrenadores como de gimnastas, entren en contacto con alfombras o colchonetas donde se realiza la actividad). Además, mediante solución recomendada por especialistas de salud (VER ANEXO 1) deberá haber una desinfección de manos, ropa y mochila de entrenamiento.
3. Posterior a ello, gimnastas y entrenadores ingresarán descalzos a la sala de entrenamiento, la que contará con un espacio para guardado de materiales de uso personal (mochilas con elementos para el entrenamiento como vendas, rodilleras, bandas elásticas, calleras, y botella de agua).

HIGIENE RESPIRATORIA

Utilizar barbijo casero que cubra nariz, boca y mentón en áreas comunes. Su uso no reemplaza ninguna de las medidas de distanciamiento físico ni de higiene.

Promover el lavado del barbijo casero con agua y jabón al menos una vez al día, y cambiarlo inmediatamente si se encuentra sucio o mojado.

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/barbijo>

Al toser o estornudar, usar un pañuelo descartable o cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo en caso de no tener colocado el barbijo casero.

En ambos casos, higienizarse las manos de inmediato.

Disponer en área de espera y/o alto tránsito de cestos de basura de boca ancha y sin tapa para desechar los pañuelos descartables utilizados.

El entrenador durante toda la clase debe usar cubrebocas o, alternativamente, cubrebocas y máscara acrílica, pero nunca solo una máscara acrílica.

Consideraciones sobre el cubrebocas (para todo el personal interviniente):

El uso de “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” no reemplaza las medidas de distanciamiento social ni la necesidad de mantener la distancia interpersonal de seguridad, pero puede considerarse como una medida adicional cuando

transitoriamente no sea posible mantener la distancia de seguridad mínima. El “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” hace referencia a dispositivos de tela reutilizables que deben cubrir por completo la nariz, boca y mentón y que se emplean como medida adicional para reducir la posibilidad de transmisión de COVID-19.

Para más información sobre modo de uso, forma de colocación, confección, etc. del “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” dirigirse al siguiente sitio:

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/barbijo>

RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS DEL ENTRENAMIENTO

1. Recomendamos el uso condicionado del equipo, restringido a turnos con un número fijo de gimnastas por grupo, por día con su entrenador. Se sugiere, el número máximo de 1 persona cada 20 m². Sugerimos que durante esta 1er etapa cada grupo de trabajo no supere los 4 (cuatro) gimnastas máximos por entrenador, por turno de entrenamiento, debiendo utilizar en turnos rotativos, 1 (uno) cada aparato. Entonces, por ejemplo, durante esta fase, en una sala de 100 m², se pueden alojar un máximo de 5 personas, 1 entrenador y 4 gimnastas. Este entrenador no puede entrar en contacto con otros grupos de gimnastas durante esta fase. Recordamos la importancia de mantener el distanciamiento social.
2. La evidencia científica disponible, indica que el nuevo coronavirus se transmite entre personas a través de gotas de saliva expulsadas por personas infectadas cuando tosen, estornudan o hablan. La probabilidad de transmisión del virus a través del

contacto con superficies u objetos, aunque es posible debido a la resistencia moderada del virus a algunos materiales, es una ruta de transmisión menos efectiva. Por estas razones, recomendamos higienizar los aparatos o materiales auxiliares al finalizar cada rotación de gimnastas dentro del turno de entrenamiento, con los productos químicos de desinfección sugeridos en el ANEXO 1.

3. En esta fase de retorno a la actividad física, los entrenamientos deberán ser individuales, quedando prohibidas hasta la próxima fase los entrenamientos de forma grupales (GR de conjuntos, GPT, o G. AER de grupos). Las prácticas individuales en distribución de solo un gimnasta por aparato, harán posible un entrenamiento responsable en tiempos de emergencia de salud pública.
4. Por razones de seguridad de los gimnastas, se deben prohibir las asistencias técnicas manuales.
5. Para las ramas GAF, GAM, y G. AER, las pedanas oficiales tienen un área de rendimiento de 12m × 12m = 144m², y la GR tiene un área de rendimiento

de $13\text{m} \times 13\text{m} = 169\text{m}^2$. Aplicando la proporción de 1 (una) persona cada 20 m^2 , llegaríamos a la siguiente tasa de ocupación: en los pisos reglamentarios de GAF, GAM, y G.AER podrían ser utilizados, simultáneamente, por 7 gimnastas; en la práctica GR podría ser utilizada simultáneamente por 8 gimnastas. Sin embargo, en esta fase inicial de adaptación de gimnastas y entrenadores a esta nueva realidad de entrenamiento, recomendamos que nunca haya más de 4 gimnastas al mismo tiempo en una práctica, respetando el distanciamiento social, con los entrenadores desempeñando un papel de vigilancia muy importante.

6. Todos los colchones tapizados con lonas impermeables deben desinfectarse entre cada sesión de entrenamiento. Para ello debe darse mínimamente media hora de tiempo entre turnos. Esto implicará volver a planificar las sesiones de entrenamiento de las clases que tendrán lugar con un número reducido de gimnastas.

7. Si el entrenador requiere hacer una formación de gimnastas al comienzo del entrenamiento para explicar el plan diario, los gimnastas deben estar separados al menos 2 metros entre sí.
8. El entrenador deberá utilizar durante todo el entrenamiento el cubrebocas.
9. Durante el entrenamiento, los gimnastas y entrenadores no deben saludarse con besos, abrazos, apretones de manos o peinar a sus compañeras, beber agua de dispensers, ni de las botellas de otros colegas, etc.
10. En caso de estornudar deben hacerlo sobre su codo o pañuelo desechable, luego tire el pañuelo usado a la basura y lávese las manos.
11. Si los gimnastas o entrenadores quieren usar toallas, deben traerlas de sus hogares y llevarlas de regreso.
12. Durante el entrenamiento, deberán evitar, de la mayor manera posible, permanecer por mucho tiempo en los sanitarios, y los gimnastas y entrenadores siempre deben lavarse las manos con agua y jabón, antes de regresar al gimnasio.

13. Los dispositivos portátiles, a saber: gimnasia rítmica, los demás dispositivos, colchones individuales o colchones de protección de caídas, para entradas de manos en salto, etc., deben ser para uso exclusivo de cada gimnasta y no deben manipularse por otros gimnastas o entrenadores, o en su defecto, deberán desinfectarse constantemente y entre rotaciones de aparatos. Se debe establecer en la planificación del entrenamiento un tiempo determinado para la realización de estas acciones entre rotaciones.
14. Se deberá siempre respetar el número de gimnastas por práctica, recomendado para esta fase. En disciplinas como, DMT y TUM los entrenadores deben marcar con cinta adhesiva de color visible, puntos en el suelo, a 2 metros de distancia, donde deben colocarse los gimnastas, para esperar su turno, no más de 4 (cuatro), y avanzar de un punto a otro.
15. Respecto al uso de magnesio, por ej: GAF, GAM, GT, los gimnastas deberán tener y transportar su propia bolsa/cubo de magnesio diario, para evitar que lo/as gimnastas se froten las manos con el mismo magnesio. No utilizar recipientes comunes de magnesio.
16. Lo/as gimnastas que usan rodillos de espuma para auto masajearse y / o trabajar ciertos grupos musculares, deben tener sus propios rodillos. Los rollos de espuma que comparten varios gimnastas deben desinfectarse entre usos.
17. Se sugiere no compartir durante esta etapa elementos en común para la Preparación Física. En el caso de ser necesario, deberán desinfectarlo cada vez que una persona termine de utilizarlos.
18. Accidentes: En caso de accidentes solamente el entrenador podrá realizar los primeros auxilios pertinentes (con guantes y cubrebocas). En caso de ser necesario, se iniciará el Rol de emergencia institucional correspondiente, dejando en manos del personal médico capacitado al atleta una vez que los mismos arriben al lugar. La persona que asista la emergencia debe estar equipada (guantes y cubrebocas).

Una vez controlada la emergencia el entrenador que asistió el evento deberá higienizarse completamente antes de continuar con las clases.

DETECCIÓN DE CASO POSITIVO POR COVID 19 EN EL GIMNASIO

Siempre que la institución esté al tanto de una prueba positiva dentro de su comunidad de gimnastas o profesionales, debe informar inmediatamente a toda la comunidad el hecho y las medidas y precauciones que debe tomar. El nombre de la gimnasta o los trabajadores infectados debe permanecer en el anonimato, para la protección de las personas con respecto al procesamiento de datos personales y la libre circulación de dichos datos. La clave de la acción es la limitación rápida, evitando una cadena de contagio. La conexión con las autoridades sanitarias y municipales, como el seguimiento de las recomendaciones respectivas es obligatorio. El gimnasio debe regresar inmediatamente a la Etapa de aislamiento durante un período de al menos 15

días. Si no se ha establecido una cadena de transmisión de contagio, las autoridades gubernamentales podrán autorizar a retomar las actividades, en la fase de entrenamiento en la que se encontraba.

- **DEFINICIÓN DE CASO:** La misma se encuentra en forma dinámica en el sitio:

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>

Etapa 3



INICIO DE PRÁCTICAS GRUPALES

RECOMENDACIONES GENERALES

El inicio de dicha Etapa será determinado por cada autoridad Provincial o Municipal.

1. En esta fase, los únicos servicios que continuarán permitidos serán la admisión, secretaría, sanitarios, personal de limpieza y mantenimiento.

2. Se mantienen todas las Recomendaciones Generales de la Etapa 2, de retorno a la práctica deportiva recordando que los grupos de trabajo gimnasta – entrenador no pueden establecer contacto con otros deportistas – docentes durante el turno de entrenamiento.

3. En esta etapa, todavía no es prudente abrir servicios comunes, como espacios de cafetería o salas de estudio para evitar la acumulación de personas durante períodos prolongados en espacios cerrados. Cuando sea estrictamente necesario abrir estos espacios, deben respetar los canales de circulación y garantizar el cumplimiento de distanciamiento social (2m entre personas).

RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS DEL ENTRENAMIENTO

Se debe respetar el número de gimnastas por práctica, recomendado para esta fase, sugiriendo hasta 8 (ocho) gimnastas por grupo con un entrenador, pudiendo haber un máximo de 2 (dos) gimnastas por aparato en las modalidades GAF, y GAM. Se da comienzo a la participación en las disciplinas y especialidades de la práctica colectiva, por ej. Conjuntos GR, pares, tríos y grupos de Gimnasia aeróbica (AER), y clases de GPT.

RECOMENDACIONES PARA MODALIDADES INDIVIDUALES

1. En disciplinas como DMT y TUM, y en la tumblinera y carrera de salto GAM – GAF, se deberá marcar con cinta adhesiva de color visible, puntos en el suelo, a 2 (dos) metros de distancia, donde deben colocarse la/os gimnastas, e ir de un punto a otro, hasta su turno para pasar o saltar.
2. Uso de magnesio: Se mantienen las mismas consideraciones de la etapa anterior.

RECOMENDACIONES PARA MODALIDADES GRUPALES

1. Desinfectarse las manos con alcohol en gel cada 20 minutos de entrenamiento.
2. Uso de remeras, o pantalones / shorts ajustados al cuerpo, para evitar movimientos de la ropa que puedan afectar los ojos y la cara de los colegas.
3. Peinados: por razones similares, lo/as gimnastas con cabello largo deben estar peinado/as con cabello recogido.
4. En G.AER, las manos deben desinfectarse constantemente durante la sesión del entrenamiento.
5. Lo mismo se aplica para las pelotas, mazas, aros y varillas de GR, y demás dispositivos de entrenamiento portátiles, que se deben desinfectar, por ej: bandas elásticas y pesas.
6. Los dispositivos portátiles personales, o materiales auxiliares a saber: gimnasia rítmica o gimnasia para todos, colchones individuales o colchones de protección de caídas, colchones protectores de manos y collar de

salto, etc., deben ser desinfectados inmediatamente posterior a cada una de las utilizaciones por rotación.

DETECCIÓN DE CASO POSITIVO POR COVID 19 EN EL GIMNASIO

Siempre que la institución esté al tanto de una prueba positiva dentro de su comunidad de gimnastas o profesionales, debe informar inmediatamente a toda la comunidad el hecho y las medidas y precauciones que debe tomar. El nombre del o la gimnasta o los trabajadores infectados debe permanecer en el anonimato, para la protección de las personas con respecto al procesamiento de datos personales y la libre circulación de dichos datos. La clave de la acción es la limitación rápida, evitando una cadena de contagio. La conexión con las autoridades sanitarias y Municipales, como el seguimiento de las recomendaciones respectivas es obligatorio. Se deberá regresar inmediatamente a la Etapa de aislamiento durante un periodo de al menos 15 días. Si no se ha establecido una cadena de transmisión de contagio, las autoridades gubernamentales podrán autorizar a retomar las actividades. Se sugiere en la fase de entrenamiento ANTERIOR, en la que se encontraba.

- **DEFINICIÓN DE CASO:** La misma se encuentra en forma dinámica en el sitio:

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>

Etaba 4



PRE-RETORNO A LA ACTIVIDAD DEPORTIVA NORMAL

ETAPA 4: ETAPA DE PRE-RETORNO A LA ACTIVIDAD DEPORTIVA NORMAL

RECOMENDACIONES GENERALES Y ESPECÍFICAS

El inicio de dicha Etapa será determinado por cada autoridad Provincial o Municipal.

1. Reapertura de todos los servicios institucionales, pero respetando las normas establecidas por las autoridades competentes, y manteniendo canales de comunicación y circulación que evite la acumulación de personas.
2. En función de la situación, podría permitirse el uso de aforo hasta un máximo del 50% de su capacidad.
3. En esta fase se deberá respetar lo regulado en ese momento por las autoridades sanitarias en cuanto a medidas preventivas (uso de mascarillas, guantes

y elementos de protección personal, por parte de los profesionales).

4. Se continuará manteniendo la higiene y desinfección en general, en puntos críticos, especialmente en baños y vestuarios.

En estos espacios se seguirá limitando el número de deportistas con distancia entre individuos de 2 metros.

Se mantienen todas las Recomendaciones Generales y Específicas de las Etapas 2 y 3.

DETECCIÓN DE CASO POSITIVO POR COVID 19 EN EL GIMNASIO

Siempre que la institución esté al tanto de una prueba positiva dentro de su comunidad de gimnastas o profesionales, debe informar inmediatamente a toda la comunidad el hecho y las medidas y precauciones que debe tomar. El nombre del o la gimnasta o los trabajadores infectados debe permanecer en el anonimato, para la protección de las personas con respecto al procesamiento de datos personales y la libre circulación de dichos datos. La clave de la acción es la limitación rápida, evitando una cadena de contagio. La conexión con las autoridades sanitarias y Municipales, como el seguimiento de las recomendaciones respectivas es obligatoria. Se deberá regresar inmediatamente, a la etapa de aislamiento durante un periodo de al menos 15 días. Si no se ha establecido una cadena de transmisión de contagio, las autoridades gubernamentales podrán autorizar a retomar las actividades. Se sugiere en la fase de entrenamiento ANTERIOR, en la que se encontraba.

- **DEFINICIÓN DE CASO:** La misma se encuentra en forma dinámica en el sitio:

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>

Etapa 5



**RETORNO A LA ACTIVIDAD DEPORTIVA
NORMAL, CON LA INCORPORACION DE
NUEVOS HÁBITOS DE SEGURIDAD E HIGIENE**

Esta etapa estará marcada por el levantamiento total de las medidas de restricciones por parte del Gobierno Nacional, determinando el retorno normal a las prácticas deportivas.

Se reanudarán todas las tareas habituales de nuestras instituciones, conservando los nuevos hábitos incorporados de seguridad e higiene que contribuyen a la salud integral de todo individuo.

DETECCIÓN DE CASO POSITIVO POR COVID 19 EN EL GIMNASIO

Siempre que la institución esté al tanto de una prueba positiva dentro de su comunidad de gimnastas o profesionales, debe informar inmediatamente a toda la comunidad el hecho y las medidas y precauciones que

debe tomar. El nombre del o la gimnasta o los trabajadores infectados debe permanecer en el anonimato, para la protección de las personas con respecto al procesamiento de datos personales y la

libre circulación de dichos datos. La clave de la acción es la limitación rápida, evitando una cadena de contagio. La conexión con las autoridades sanitarias y Municipales, como el seguimiento de las recomendaciones respectivas es obligatoria. Se deberá regresar inmediatamente a la etapa de aislamiento, durante un periodo de al menos 15 días. Si no se ha establecido una cadena de transmisión de contagio, las autoridades gubernamentales podrán autorizar a retomar las actividades. Se sugiere en la fase de entrenamiento ANTERIOR en la que se encontraba.

- **DEFINICIÓN DE CASO:** La misma se encuentra en forma dinámica en el sitio:

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>

INCUMPLIMIENTO DEL PROTOCOLO

En razón de que este Protocolo de actuación representa sugerencias a modo de guía sin carácter imperativo, se deja expresa constancia que cada Gimnasio y sus representantes legales serán los únicos y exclusivos responsables ante el incumplimiento u omisión de las directivas médico-sociales contenidas en el documento y de adaptarlo ante los distintos requerimientos de los entes de Salud Municipal, Provincial y/o Nacional.

La Confederación Argentina de Gimnasia colabora activamente en el proceso de reactivación de Gimnasios y demás Establecimientos Deportivos, con el objetivo de recomponer la habitualidad de las actividades deportivas vinculadas a la disciplina gimnástica; sin embargo, no asume responsabilidad alguna por el uso indebido o inadecuado de los Protocolos en cada Centro Deportivo, como tampoco la obligación de control y fiscalización de los mismos.

En consecuencia, se advierte que el incumplimiento de los lineamientos aquí descriptos puede importar la imposición de sanciones por parte de los entes correspondientes y/o Ministerios de Salud de cada jurisdicción.



Lucas M. CHIARLO
SECRETARIO
CONFEDERACIÓN ARGENTINA DE GIMNASIA



Sergio A. WURCH
PRESIDENTE
CONFEDERACIÓN ARGENTINA DE GIMNASIA

ANEXO 1



PRODUCTOS RECOMENDADOS PARA DESINFECCIÓN DOMICILIARIA ACTIVOS SOBRE SARS-CoV-2 (virus que causa la enfermedad COVID-19)

PRODUCTOS RECOMENDADOS PARA DESINFECCIÓN DOMICILIARIA

ACTIVOS SOBRE SARS-CoV-2 (virus que causa la enfermedad COVID-19)

Revisión 27 de abril 2020

Documento preparado por Dra. Andrea Vila ¹, Lic. Andrea Mana², Lic. Patricia Robledo³, para la
Sociedad Argentina de Infectología (SADI)

¹ Médica especialista en Enfermedades Infecciosas, Jefe del Servicio de Infectología de Hospital Italiano de Mendoza

² Farmacéutica (Jefe de Farmacia Hospital Santa Isabel de Hungría, Mendoza)

³ Enfermera en Control de Infecciones de Clínica de Cuyo, Mendoza

INTRODUCCIÓN

La propuesta de este documento es facilitar información a la población, respecto de los productos de limpieza y desinfección disponibles en nuestro país bajo normas de Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica (ANMAT), con demostrada eficacia sobre SARS-CoV-2, y apropiado respaldo científico.

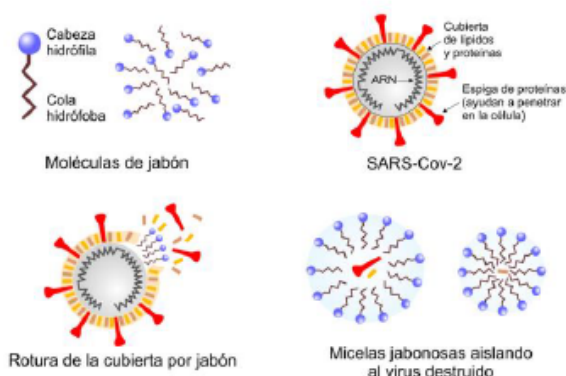
Se evaluó la bibliografía que revisa la sensibilidad de coronavirus a los ingredientes activos de productos de limpieza y desinfección para el hogar habilitados en nuestro país por ANMAT, de modo de mantener el marco científico y legal apropiados.

Pueden existir desinfectantes adicionales activos sobre SARS-CoV-2. Se actualizará esta lista en la medida en que obtengan nuevos datos.

GENERALIDADES

Consideración general: **agua y detergente son adecuados siempre que se realice la apropiada fricción y se elimine todo material o suciedad visible.**

El palmitato de sodio es el elemento básico de cualquier detergente y jabón de manos. El palmitato disuelve la membrana grasa y el virus se vuelve inactivo.



Puntos clave al usar un desinfectante de superficie:

- Chequear fecha de vencimiento
- Usar acorde instrucciones del fabricante
- No diluir
- No mezclar productos entre sí ya que pueden inactivarse o generar vapores tóxicos

Puntos clave al realizar el procedimiento de limpieza

- Usar guantes
- Lavarse las manos luego de terminar la limpieza
- Evitar salpicaduras en el rostro
- Formulaciones spray: aplicar sobre papel descartable, realizar limpieza y arrastre, y tirar el papel
- Recordar que son productos desinfectantes de superficies. NO son antisépticos de piel.

PRODUCTOS ACTIVOS SOBRE SARS-coV-2

Para superficies altamente contaminadas se pueden usar los siguientes principios activos.

Ingredientes activos y concentraciones “finales” efectivas sobre SARS-coV-2

Peróxido de Hidrogeno (0,5%)
Cloruro de Benzalconio (0,05%)
Cloroxilenol (0,12) #
Alcohol Etilico (70%)
Iodo como Iodoformo (50ppm) #
Isopropanol (50%) #
Iodopovidona (1%) #

Hipoclorito de Sodio (0,05-0,5)
Triclosán (0,0052%)**
Clorito de Sodio (0,23%)

No existen productos en Argentina con estos activos.

** La comisión de IACSYSP **no recomienda** su uso como antiséptico en la comunidad

Productos comerciales con agentes activos contra Coronavirus para usar en el Hogar

Marca	Denominación	Certificación ANMAT	Composición
FLASH BLANCO	Limpiador liquido desinfectante	0250385	Cloruro de benzalconio (80%) 0.556%
SALQUAT 4	Limpiador liquido desinfectante	0250009	Nonilfenoxi-Pentaoxietilen etanol 0.88%, cloruro de benzalconio (80%) 0.875%
SNIFF	Toallitas húmedas desinfectantes de superficies	0250017	Alcohol etílico 20 %, cloruro de benzalconio (80%) 5%

DIA %	Toallitas húmedas desinfectantes	0250018	Alcohol etílico 20%, cloruro de benzalconio (80%) 0,5%
ESPACIAL	Fluido desinfectante	0250020	Cloruro de benzalconio (80%) 2%, ortodichlorobenceno 0.024
SAETA	Fluido desinfectante	0250021	Cloruro de benzalconio (80%) 2%, ortodichlorobenceno 0.024%
BAC 7 MASTER CLEAN	Limpiador desengrasante desinfectante de superficies	0250095	Alcohol lauricoetoxilado 9 moles 3%, cloruro de benzalconio 1.36%
LYSOFORM	Limpiador líquido desinfectante, variedades: cítrica y lavanda.	0250279 Reinscripción en trámite	Tensioactivo no iónico, cloruro de benzalconio (80%) 1.75%
LYSOFORM	Limpiador líquido desinfectante. Variedad: citrus, lavanda.	0250579	Cloruro de benzalconio (80%) 1.75% y laurilpolietilen glicol eter 1.5%

QUITA SARRO REX	Limpiador inodoro en gel	0250061	Acidofosforico 4%. Cloruro de benzalconio cont. Neto 500cm3 (80%) 1.25%
ALTO PODER	Fluido desinfectante	0250022	Cloruro de benzalconio (80%) 2%, ortodichlorobenceno 0.024%
DETTOL ESPADOL	Desinfectante líquido multisuperficies original	0250001	Cloruro de benzalconio (80%), 1.44%, alcohol etílico (96) 0.8%
MASTER CLEAN	Limpiador desinfectante	0250089	Cloruro de benzalconio (80%) 1.75%
CIF	Anti-bacterial baño – cocina Limpiador líquido desinfectante	0250159	Cloruro de benzalconio 0.75% alcohol etoxilado c13 12 oe 1.5%
LYSOFORM	Líquido limpiador desinfectante	0250087	Cloruro de benzalconio (80%) 1.75%
BACTREM	Limpiador desinfectante	0250023	Cloruro benzalconio (80%) 2%, nonilfenol 10m

CIF	Limpiador cremoso desinfectante crema ultra blanco	0250174	Carbonato de calcio y magnesio 45%, carbonato de sodio 3.2%, lauriléter sulfato de sodio 3%, hipoclorito de sodio 1.4% alcohol polietoxilado
CIF	Limpiador líquidosanitzante	0250186	Peróxido de hidrogeno 2%, alcohol
CIF ULTRABLANCO ANTI HONGOS LAVANDINA / CLORO	Limpiador líquido desinfectante	0250173	Hipoclorito de sodio 1.26%, fragancia, hidróxido de sodio, lauril éter sulfato de sodio
CIF ANTIBACTERIAL BAÑO – COCINA	Limpiador líquido desinfectante	0250159	Cloruro de benzalconio 0.75% alcohol etoxilado c13 12 oe 1.5%
LYSOFORM BAÑO	Limpiador liquido desinfectante	0250577	Cloruro de benzalconio 0.3%
AYUDIN BAÑO PODER ANTISARRO	Limpiador liquido desinfectante		Triclosan 0,0052 %
LYSOFORM ACTIVE POWER	Limpia inodoros desinfectante	0530569	Hipoclorito de sódio 3%
MR MUSCULO BAÑO	Limpiador liquido desinfectante	0250566	Cloruro de benzalconio (80%) 0.3%, isotridecanoletoxilado
MR MUSCULO COCINA	Limpiador liquido desinfectante	0250564	Cloruro de benzalconio (80%) 0.3%
MR. MUSCULO	Agua lavandina aditivada. Gel	0250045	Hipoclorito de sodio 3.5% libre
VIM	Gel limpia inodoros desinfectante : Original y lavanda	0250207 0250208	Hipoclorito de sodio 3%, fragancia, oxido de amina, lauril éter sulfato de sodio, acido láurico
LYSOFORM COCINA	Limpiador liquido desinfectante	0250578	Cloruro de benzalconio 0.3%
LYSOFORM LIMPIADOR	Líquido desinfectante concentrado: bebe	0250576	Cloruro de benzalconio (80%) 1.75%, alcohol c12- 14 etoxilado 1.5%
MR MUSCULO EXTRA POWER	Limpiador liquido desinfectante	0250565	Cloruro de benzalconio (80%) 0.3%, isotridecanoletoxilado

AYUDIN ANTI HONGOS	Limpiador liquido desinfectante	0250015	Hipoclorito de sodio 1.55%
AYUDIN	Toallas desinfectantes de superficies	0250107	Cloruro de n-alquil dinetilbencil amonio 0.145%, cloruro de n-alquil etil bencil amonio
AYUDIN	Antihongos. Limpiador liquido desinfectante	0250111	Hipoclorito de sodio 1,77%, oxidos de laurildinetilamina y coadyuvantes
ONDA SPRAY	Desinfectante de ambientes y superficies	0250231	Orto fenil fenol 0,1006%, alcohol etílico 48.981% y fragancia 0.6504%
M & K	Líquido limpiador concentrado	0250115	Cloruro de benzalconio (80%) 0,44%
ARO	Limpiador líquido desinfectante: Bosque, lavanda, marino, floral, limon	0250102	Cloruro de benzalconio 0,35%, Nonilfenol etoxilado 0.288%
BONUX	Líquido limpiador desinfectante	0250103	Cloruro de benzalconio 0.35 %

MUSMI	Líquido limpiador desinfectante	0250104	Cloruro de benzalconio (80%) 0.44%
CALIDAD ES PRIMER PRECIO	Limpiador liquido multiuso	0250108	Cloruro de benzalconio (80%) 0.44%, nonilfenol etoxilado 0.288%
SEDILE	Limpiador liquido desinfectante	0250111	Cloruro de benzalconio 0.35%
ESENCIAL	Limpiador liquido concentrado desinfectante	0250112	Cloruro de benzalconio (80%) 0.44%
M&K	Líquido limpiador concentrado desinfectante	0250051	Cloruro de benzalconio (80%) 0.44
CLEAN LINE	Líquido limpiador concentrado desinfectante	0250120	Cloruro de benzalconio (80%) 0.44%
ESENCIAL	Limpiador liquido sanitizante	0250124	Ortodiclorobenceno 0.9%, cloruro de benzalconio (80%) 0.44%, tensioactivos
SUPER H LIQUIDO	Limpiador sanitizante	0250125	Ortodiclorobenceno 0.9%, cloruro de benzalconio (80%) 0.44%, tensioactivos

GIGANTE LIMPIADOR	Líquido desinfectante	0250048	Nollfenol 10m 1.1%, cloruro de benzalconio (80%) 0.2% y ácido cítrico 0.1 %
M&K	Limpiador líquido desinfectante	0250067	Cloruro de benzalconio 0.2%
ARO	Limpiador líquido desinfectante	0250068	Cloruro de benzalconio 0.2%
PIRESOL	Limpiador líquido desinfectante	0250070	Cloruro de benzalconio 0.2%
CALIDAD ES PRIMER PRECIO	Limpiador líquido desinfectante	0250070	Cloruro de benzalconio 0.2%
SIMPLICITY TOALLAS	Humedas desinfectantes	0250012	Cloruro de benzalconio 0.27%
QUERUBIN	Agua lavandina aditivada	0250058	Hipoclorito de sodio 25 gr/l
GENIAL ANTIBACTERIAL	Líquido limpiador desinfectante	0250029	Ortodiclorobenceno 0,8%; cloruro de benzalconio (80%) 0,25%

HARPIC GEL	Limpiador de olores. Desinfectante	0250049	Hipoclorito de sodio 1.75%
PROCENEX LIMPIADOR	Líquido concentrado Desinfectante	0250104	Cloruro de benzalconio (80%) 0.18%
PROCENEX ORIGINAL	Limpiador en gel con cloro Desinfectante	02500124	Hipoclorito de sodio (10%) 17.78%, lauril éter sulfato de sodio 1.83%
DETTOL ESPADOL	Desinfectante multisuperficies	0250245	Cloruro de benzalconio (80%) 1.44%
DETTOL ESPADOL	Limpiador líquido	0250003	Peróxido de hidrógeno 60%
DETTOL ESPADOL POWER & PURE	Limpiador líquido desinfectante cocina	0250004	Peróxido de hidrógeno (60%) 1.75%
JARDIN	Limpiador líquido concentrado desinfectante	0250067	Cloruro de benzalconio (80%) 0.2 %
LYSOFORM	Limpiador líquido desinfectante	0250147	Cloruro de benzalconio (80%) 1.75%

LYSOFORM SOLUCION TOTAL	Líquido concentrado desinfectante	0250533	Cloruro de benzalconio (80%) 0.2%
DIDOMI	Desodorizante de ambientes y desinfectante de superficies	0250005	Etanol 64.97%, cloruro de benzalconio (80%) 0.45%
POIEMA	Desodorizante de ambientes y desinfectante de superficies.	02500010	Etanol 48.92%, cloruro de benzalconio (80%) 0.45%
DEGRASS B2	Limpiador desengrasante concentrado	0250055	Hidróxido de sodio 2.475%

LAVANDINA:

Desinfectante muy útil.

Se recomienda usar presentaciones que contengan 25 gr Cloro/litro o 55 gr Cloro/ litro (concentrada).

Su uso requiere 3 tiempos:

1. Lavado y fregado con agua jabonosa y/o detergente (la lavandina no penetra ni actúa sobre restos de suciedad visible)
2. Enjuagado y secado
3. Desinfección con lavandina

Recomendaciones para su preparado según Organización Mundial de la Salud: hipoclorito de sodio diluido en 500 PPM

- Diluir 20 ml de lavandina que contenga 25 gr Cl/ l en 1 litro de agua
- Diluir 10 ml de lavandina que contenga 55 gr Cl/ l en 1 litro de agua

Medidas:

- 1 Cucharada sopera al ras equivale a 10 ml
- 2 Cucharadas soperas al ras equivalen a 20 ml
- 4 Cucharadas soperas al ras equivalen a 40 ml

Precauciones

- El envase donde se realiza la dilución debe estar limpio, sin detergente, y ser opaco
- Las diluciones NO deben guardarse: deben usarse luego de ser preparadas y no almacenadas.
- No mezcle con detergentes u otros desinfectantes: se inactivan
- No diluya lavandina concentrada en agua caliente ni tibia: se forman vapores tóxicos

Bibliografía

1. Interim List of Household Products and Active Ingredients for Disinfection of the COVID-19 Virus. The National Environment Agency. A Singapore Government Agency Website. (accedido el 22 de marzo 2020). <https://www.nea.gov.sg/our-services/public-cleanliness/environmental-cleaning-guidelines/guidelines/interim-list-of-household-products-and-active-ingredients-for-disinfection-of-covid-19>
2. United States Environmental Protection Agency. List N: Disinfectants for Use Against SARS-CoV-2. (accedido el 22 de marzo). <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>
3. Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica (ANMAT). http://www.anmat.gov.ar/webanmat/normativas_domisanitarios.asp
4. Omisbahakhsh, N., & Sattar, S. A. (2006). Broad-spectrum microbicidal activity, toxicologic assessment, and



GOLF DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

Guía de la Asociación Argentina de Golf



Incluye Informe Técnico de la Dirección Nacional de Control de Enfermedades Transmisibles del Ministerio de Salud de la Nación.

Contenido

- 4.** Introducción general. Objetivo.
- 5.** Responsabilidades.
- 6.** Guía: Respecto al juego.
- 7.** Guía: Respecto al campo de golf.
- 8.** Guía: Respecto a la logística e instalaciones.
- 11.** Guía: Respecto a las Reglas de Golf.
- 13.** Anexo de Ejemplos de Reglas Locales.



El presente documento, elaborado y elevado oportunamente por la Asociación Argentina de Golf a las autoridades sanitarias de la nación, ha sido evaluado por la Dirección Nacional de Control de Enfermedades Transmisibles. **ESTA EVALUACIÓN ESTÁ DISPONIBLE Y PUEDE CONSULTARSE ACCEDIENDO CON UN CLICK AQUÍ.**

En su informe técnico con fecha del 4 de junio de 2020, se realizan observaciones y recomendaciones que complementan y ratifican lo dispuesto en la Guía de la AAG para jugar al golf durante la pandemia. **A continuación, la enunciación de los mismos:**

- La Dirección Nacional de Control de Enfermedades Transmisibles recomienda un acceso simple y visible a la información sobre las medidas de distanciamiento social, la adecuada higiene de manos, la apropiada higiene respiratoria, y las recomendaciones ante la presencia de síntomas sospechosos de COVID-19. **Ingrese a la información en detalle con un click aquí.** En cuanto a las características de la definición de caso, la misma se establece en forma dinámica **de acuerdo a lo publicado aquí.**
- Así mismo, el informe técnico da cuenta de las principales medidas a tener en cuenta en relación al distanciamiento social y al correcto uso del barbijo o tapabocas, recomendando visitar la sección de preguntas frecuentes sobre este aspecto, **a la que se accede haciendo click aquí.**
- Higiene personal. En la evaluación de la Dirección Nacional de Control de Enfermedades, se destaca la gimnasia adecuada para la correcta higiene de manos, al tiempo que se instruye a las instituciones de los espacios y elementos necesarios para el lavado. Además, se encuentran publicadas ilustraciones que grafican el modo correcto de higienización: Acceso a **Gráfico 1**, y **Gráfico 2**.
- Por otra parte, también se hace referencia a la higiene respiratoria, a la desinfección de superficies y a la ventilación de ambientes, tópico sobre el que hay extensa información **en el link que se señala aquí.**
- Transporte desde y hacia el lugar de trabajo. Este apartado, contemplado para quienes se desenvuelven laboralmente en el ámbito de los clubes, cuenta con una serie de recomendaciones entre las que se destacan el uso preferente de medios de transporte individuales y, en el caso de utilizarse el medio de transporte público, el uso de barbijo y el despolvoreo con un kit de higiene personal. En relación a estos consejos y sugerencias, es importante **visitar este link.**



Acciones junto a los/as deportistas/as:

A. Comité de crisis: Se sugiere establecer un comité de crisis conformado por todas las partes involucradas, que establezcan y monitoricen el protocolo a seguir, así como también los responsables de garantizar el cumplimiento del mismo.

B. Identificación de personal en riesgo, de acuerdo a lo establecido por el Poder Ejecutivo Nacional, a través de la Resolución N°207/2020 del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social. **Acceda a más información sobre este punto con un click aquí.**

C. Organización para la detección y definición de síntomas. Refuerzo en las medidas tomadas para la detección. En caso de no asistir a sus obligaciones laborales, notificación a los superiores, al servicio de medicina laboral y aviso a las autoridades sanitarias del lugar. Utilizar como referencia para ello la definición de caso vigente del Ministerio de Salud de la Nación que se actualiza de manera permanente y que **puede consultarse aquí.**

Finalmente, en la evaluación de la Dirección Nacional de Control de Enfermedades Transmisibles, se encuentra en forma detallada las MEDIDAS PARA LA DETECCIÓN Y MANEJO DE CASOS SOSPECHOSOS Y CONTACTOS ESTRECHOS. Esta información se encuentra disponible y puede consultarse ingresando **con un click aquí.**

Otros links de interés

Para más información sobre modo de uso, forma de colocación, confección, etc. del “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” **hacer click aquí.**

Recomendaciones para prevenir la transmisión del coronavirus en ámbitos con circulación de personas. **Click aquí.**



Guía de la Asociación Argentina de Golf



A QUIÉN ESTÁ DIRIGIDA

A **instituciones del golf nacional en general**, clubes afiliados a la AAG y federaciones regionales adheridas.

CONTENIDO Y VIGENCIA

El contenido de esta Guía no sustituye las legislaciones emanadas tanto por autoridades nacionales como provinciales y municipales, y **solo será aplicable una vez que las autoridades competentes hayan autorizado la reanudación de esta actividad deportiva.**

ALCANCE

La presente Guía deberá tomarse como **base para la confección de protocolos propios a cargo de las mencionadas instituciones**, los que deberán fundamentarse en rigurosas y estrictas normas de prevención y cuidado para la actividad a desarrollar, como así también en las normativas que las autoridades competentes dictaminen respecto al reinicio de cada actividad en particular.

OBJETIVO

Reducir al máximo la posibilidad de contagio del virus COVID-19 durante la permanencia de jugadores, personal y otras personas autorizadas en las instalaciones de un club.

El juego del golf se basa en conductas, normas y reglas... ¡Apliquemos estos valores hoy más que nunca!



RESPONSABILIDADES DE LAS ENTIDADES - Normas y Reglas

- 1 Cumplir, velar y ejecutar toda **legislación y normativa emanada por las autoridades competentes**, sean estas nacionales, provinciales o municipales.
- 2 Controlar estricta y metódicamente el cumplimiento de toda **disposición interna de cuidado y prevención**, incluyendo las que se adopten de esta Guía.
- 3 Implementar un rígido **protocolo de desinfección de sus instalaciones**, antes, durante y después de la actividad diaria, incluyendo fundamentalmente los sectores, superficies y objetos de más posibilidades de contactos, incluso en el campo de juego.
- 4 Adoptar rigurosamente toda **normativa de seguridad laboral** dictada por las autoridades competentes ante la emergencia.
- 5 Implementar las **Reglas Locales provisionales** sugeridas por la Asociación Argentina de Golf, para los casos que corresponda de acuerdo con la actividad a desarrollar.

RESPONSABILIDADES INDIVIDUALES - Conductas de los jugadores

- 1 Cumplir con las **disposiciones de los organismos nacionales** respecto a la pandemia del virus COVID-19.
- 2 Tener presente las restricciones de contacto social fuera de su domicilio para aquellas personas incluidas dentro de los “**grupos de riesgo**”.
- 3 Respetar rigurosamente el “**distanciamiento social**” o “distancia de seguridad” de 1,5 a 2 metros.
- 4 **Evitar todo contacto con objetos sólidos o superficies** sujetas a ser tocadas por otras personas.
- 5 Planificar y ejecutar **protocolos personales de prevención e higiene**, incluyendo entre otros el uso de barbijo o máscara cubreboca y el lavado asiduo de las manos con jabón u otro elemento desinfectante.

Guía para el desarrollo de actividades en un club durante la pandemia COVID-19



Respecto al juego

Instrucciones para el jugador

ANTES DEL JUEGO

- Llegar al club con una mínima anticipación (10 minutos o menos) al horario asignado: recordar que el objetivo de la etapa de reinicio de las actividades es básicamente jugar golf. Tener en cuenta que el club house, incluyendo vestuarios, permanecerán cerrados.
- El jugador debe llevar consigo su propio equipamiento, incluyendo palos de golf y carro de tiro, llevándose los mismos al finalizar su juego. **Desde el momento que un jugador llega al club hasta que se retira, ninguna persona debe tener contacto con dicho equipamiento.**
- Al llegar, ejecutar de inmediato su propio protocolo personal de higiene de manos y de uso de barbijo o máscara cubreboca.
- Mantenerse al tanto de todas las normas especiales y específicas que haya implementado el club, publicadas en la pizarra de información.
- Llevar en su bolsa los elementos personales de higiene y prevención.

DURANTE EL JUEGO

- Dirigirse al área de salida no antes de 5 minutos previos a su salida. No saludar físicamente a los jugadores de su grupo.
- Mantener en todo momento el “distanciamiento social” de 1,5 a 2 metros, fundamentalmente en áreas de salida y greens, sectores donde naturalmente los jugadores están más cercanos.
- No tocar ningún objeto que pueda haber quedado en el campo, incluyendo las astasbanderas colocadas en cada hoyo en sí o bolas perdidas por otros jugadores.
- Al haberse retirado los rastrillos de todos los bunkers, tener especial cuidado en alisar la arena con el palo o el pie al salir.
- Luego de retirar con suma prevención la bola del hoyo, tener la especial precaución de desinfectar tanto la bola en sí como las manos. Una toalla con agua + lavandina, o con alcohol al 70%, o bien con hipoclorito de sodio al 0,5%, debe ser parte del equipamiento del jugador.
- Al finalizar la vuelta, evitar el saludo físico con los integrantes del grupo.

Guía para el desarrollo de actividades en un club durante la pandemia COVID-19



Respecto al juego

Instrucciones para el jugador

DESPUÉS DEL JUEGO

- Retirarse ni bien termina de jugar la vuelta: la "vida de club" deberá esperar un tiempo más...
- Cada jugador deberá llevarse su propio equipamiento consigo de regreso a su domicilio.
- Es altamente recomendable limpiar el equipamiento antes de ingresar al hogar.

Nota: Respecto a la habilitación del restaurante - bar, cada club deberá adaptar su funcionamiento a las normativas vigentes en su propio municipio. En su defecto, a las vigentes en el orden provincial o nacional.

Respecto al campo de golf

Acciones a implementar por el club

- Retirar, cercar adecuadamente o cubrir bancos o asientos, bebederos de agua, limpiadores de bolas y sus accesorios, cestos de basura, rastrillos en los bunkers y cualquier otro objeto sólido instalado en el campo sujeto a ser tocado por personal del campo y/o jugadores.
Todas las estacas en el campo deberán ser tratadas como se indica en el ejemplo de Regla Local 4 al final de esta Guía.
- Tener en cuenta para la preparación diaria del campo, las Reglas Locales especiales que pueda haber adoptado el club respecto a las tazas de los hoyos y/o las astas banderas.
 - Idealmente debería instalarse en el hoyo algún tipo de dispositivo que impida que la bola al embocarse toque el fondo del hoyo, evitando así que los jugadores tengan contacto con la base del astabandera.
 - De jugarse con las astabanderas en el hoyo, si bien no serán tocadas por el jugador (por Regla Local), deben desinfectarse antes y durante su colocación diaria.

Guía para el desarrollo de actividades en un club durante la pandemia COVID-19



Respecto al campo de golf

- Ante la eliminación de los rastrillos en los bunkers, el personal de campo debería alisar los mismos diariamente.
- Dentro de las posibilidades del club, proveer alcohol en gel en lugares clave del campo.
- En el caso de los baños dentro del campo, se deberán tomar estrictas y permanentes medidas de seguridad sanitaria. Elementos de higiene como jabón y/o alcohol en gel y toallas descartables dentro de los mismos es una necesidad básica; asimismo su reposición constante. Si no fuese posible cumplir con estas exigencias, deberán clausurarse, avisándoles fehacientemente a los jugadores de tal situación, con la debida anticipación.

Respecto a la logística e instalaciones

Acciones a implementar por el club

INFORMACIÓN

- Mantener informado al socio de todas las disposiciones especiales ante la emergencia, incluyendo las específicas que pueda haber implementado la institución respecto al uso de las instalaciones, reserva de horarios y al juego en sí. Asimismo, sobre las restricciones que se quisieran implementar en cuanto a la anticipación de la llegada al club de cada jugador, la que debería ser en función de su horario reservado.
- Una pizarra exclusiva para tales comunicaciones deberá ser el único medio físico de información en el club, además de las vías electrónicas como email, redes sociales, etc.
- En toda información que se implemente deberá resaltarse la necesidad del “distanciamiento social” y de las prevenciones personales en cuanto a contacto con superficies y lavado/desinfección de manos y elementos propios. A riesgo de ser reiterativo, es un aspecto clave en la prevención del contagio.

Guía para el desarrollo de actividades en un club durante la pandemia COVID-19



Respecto a la logística e instalaciones

Acciones a implementar por el club

CLUB HOUSE

- Mantener cerrados los vestuarios, restaurante y bar, casilla de palos y todo otro sector que pudiese ocasionar un riesgo de contacto sea para quienes trabajan allí y/o para los propios jugadores. *Nota: a la fecha de la redacción de esta Guía no se han habilitado -en el orden nacional- restaurantes y bares, ni para atención en sus instalaciones ni para “take away”.*
- En el caso de los baños, se deberán tomar estrictas y permanentes medidas de seguridad sanitaria, incluyendo su ingreso de a una persona. Elementos de higiene como jabón y/o alcohol en gel y toallas descartables dentro de los mismos son una necesidad básica; asimismo su reposición constante.
- Los sectores que eventualmente cada club decida habilitar (p. ej. oficina de golf, pro-shop, casilla de starter) deberán adoptar un riguroso protocolo de distanciamiento social como así también de desinfección constante de las superficies sujetas a contacto.

LOGÍSTICA PARA EL JUEGO

- Los clubes deberán organizar un método de reservas y distribución de horarios que asegure la seguridad del personal y los jugadores. A tal fin, las reservas de horarios en forma telefónica o virtual deberían considerarse de implementación obligatoria.
 - El máximo de jugadores por grupo deberá ser establecido por cada entidad, de acuerdo a los requisitos o sugerencias de las autoridades nacionales, provinciales o municipales que reglamenten la práctica deportiva.
 - De manera que exista una suficiente distancia entre grupos, los horarios de salida deberían estar asignados cada 10 a 12 minutos dependiendo de la cantidad de jugadores por grupo.
 - Todo pago debe hacerse de manera electrónica o en línea, siempre previo al juego. Si esto no fuera posible, es importante minimizar el contacto directo del jugador con la persona encargada del cobro.
- Para los clubes que tienen servicio de alquiler de carros de tiro, carros eléctricos o golf carts, deberán tomarse estrictas medidas de higiene sanitaria tanto antes como después de su uso, poniendo también especial atención en la protección del o los encargados de dicha tarea. De no poder garantizarse procedimientos de desinfección y prevención adecuada, este tipo de servicios deberá cancelarse. En el caso específico del uso de golf carts únicamente podrá ser utilizado por una única persona en todo momento. Solo podrán ir dos, en caso de ser convivientes.

Guía para el desarrollo de actividades en un club durante la pandemia COVID-19



Respecto a la logística e instalaciones

- Si bien en una primera etapa de reinicio de actividades no sería conveniente organizar torneos, de jugarse una competición deberá informarse al jugador con anticipación las metodologías adoptadas en cuanto al retiro de la tarjeta de score y la entrega de la misma.

GREEN Y ZONA DE PRÁCTICA

- La zona de práctica juntamente con el green de práctica son áreas de riesgo mayor en caso de que habitualmente tengan una alta concentración de jugadores. Deberá haber un encargado permanente que controle ambas áreas, a finde hacer cumplir el “distanciamiento social”. Si no fuese posible la presencia de un encargado, deberá suplantarse por avisos/cartelería que adviertan sobre la imperiosa necesidad de respetar dicho distanciamiento. No deberá cobrarse en efectivo en el lugar. Los hoyos en el green de práctica se deberían colocar a una distancia no menor a 4 metros.
- Deberán retirarse de estas instalaciones todos los objetos y elementos sólidos con los que tanto el personal del club como los jugadores puedan tener contacto. Aquellos que no puedan retirarse, deberán ser desinfectados permanentemente por un encargado designado por el club.
- El uso de barbijos o cubrebocas en estos sectores debería ser de uso obligatorio.
- En la zona de práctica, los sectores de tiro deberán tener al menos 5 metros de ancho. Su breve uso debería priorizar a aquellos jugadores que salgan en el próximo horario de salida.
- En caso de que un jugador esté tomando una clase individual con un profesor, ambos deberán mantener estrictamente la “distancia de seguridad” y usar barbijos o cubrebocas.
- Las bolas de práctica y los canastos en que se colocan deben ser desinfectados permanentemente. Aun así, debería evaluarse la prohibición de ejecutar golpes desde un tee (con el driver) para evitar el contacto directo del jugador con la bola.
- En caso de existir una academia o escuela de golf que implique clases colectivas o de grupos, y/o bien la permanencia de varios jugadores simultáneamente en un espacio reducido, deberá cancelarse su actividad hasta nuevo aviso.

Nota: Cada entidad afiliada deberá continuar con el cumplimiento de las Recomendaciones “SARS-Cov-2 Recomendaciones y medidas de prevención en ámbitos laborales” Anexo II – aprobadas por la Resolución N° 29/2020 de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo, respecto al distanciamiento interpersonal; lavado de manos con agua y jabón de forma frecuente, provisión y utilización del alcohol en gel cuando se manipulen cosas a causa o en ocasión del trabajo; ventilación del lugar de trabajo; desinfección de los objetos y herramientas de trabajo de uso frecuente; exhibición obligatoria de afiches informativos sobre medidas de prevención específicas acerca del Coronavirus COVID-19, entre otras. Además, se recomienda a las entidades afiliadas adoptar aquellas medidas que consideren adecuadas para minimizar el riesgo de contagio.

Guía para el desarrollo de actividades en un club durante la pandemia COVID-19



Respecto a las Reglas de Golf

Recomendaciones para los Comités de los clubes

Las siguientes recomendaciones están basadas en la “COVID-19 GUÍA RELACIONADA SOBRE LAS REGLAS DE GOLF” difundida por The R&A oportunamente.

Les recordamos que, según el nuevo Sistema Mundial de Handicap (WHS) vigente, es posible registrar scores en el sistema independientemente si estos han sido obtenidos en una competición o en una vuelta informal sea esta de 9 o 18 hoyos. Para el caso que se adoptasen los criterios -ya sea en su totalidad o solo alguno/s- que se detallan a continuación, **cada entidad afiliada deberá decidir si los scores realizados serán válidos o no para el cómputo del handicap.**

Esto son los puntos que los clubes pueden considerar adoptar durante esta etapa, los que son desarrollados en términos de Reglas Locales en el Anexo correspondiente, más adelante:

Las **astabanderas deberán permanecer fijas** en el hoyo en todo momento para evitar el contacto del jugador con un elemento sólido de mucho uso manual. Como alternativa se podrá jugar sin astabanderas aunque en ese caso debería informarse de alguna forma “no física” las posiciones del hoyo en cada green.

En la eventualidad que el club decidiese elevar el **nivel de las tazas de los hoyos por encima de la superficie del green** para evitar sacar las bolas del hoyo una vez embocadas, y si bien las definiciones de “Hoyo” y “Embocada” en las Reglas de Golf no pueden modificarse, podrá implementarse que la **bola se considere embocada cuando toca la taza y queda dentro del largo de una tarjeta de score provista por el Comité o bien dentro del largo de un grip del putter**, a determinar.

En caso de implementarse una Regla Local en tal sentido (ver en el Anexo sugerencia de redacción), **los scores obtenidos no deberán registrarse para el cómputo del handicap.**

Si se juega una competición por golpes, debe implementarse un **método para la anotación del score que no involucre el manejo de tarjetas de score y su intercambio.**

Los Comités pueden permitir métodos de anotación de tarjetas que no cumplan con la Regla 3.3b, o que no cumpla con los métodos generalmente utilizados por la Regla 3.3b, por ejemplo:

Guía para el desarrollo de actividades en un club durante la pandemia COVID-19



Respecto a las Reglas de Golf

- Los jugadores pueden anotar su propio score en la tarjeta de score (no es necesario que lo haga su marcador).
- No es necesario que el marcador certifique físicamente el score de los hoyos del jugador, pero deberá certificarlo verbalmente.
- No es necesario entregar la tarjeta de score físicamente al Comité, dado que el Comité puede aceptar los scores de otra manera.

Según lo dispuesto en las Reglas de Golf, las tarjetas de score pueden ser electrónicas, lo que puede incluir envío por correo electrónico o whatsapp al Comité. El objetivo es evitar todo contacto con terceros a través de la tarjeta.

Eliminar los rastrillos de los bunkers. Los jugadores deberán jugar su bola en un bunker tal como se encuentre. Una vez que ejecuten su golpe y la bola salga del mismo, deberán poner especial cuidado en alisar la superficie con el pie o su palo. Se recomienda que diariamente el personal de cancha rastrille o alise los bunkers.

Si una vez iniciada esta metodología, el Comité entiende que el juego está siendo afectado significativamente al no haber rastrillos, puede implementar una Regla Local de lie mejorado en bunkers haciendo que el jugador coloque una bola en el bunker dentro de la longitud de un palo y no más cerca del hoyo que su posición original.

1. Para el caso que se implemente la exigencia de **astabanderas fijas**.

Restricción sobre las astasbanderas

Durante una vuelta, el jugador no podrá sacar del hoyo ni tocar deliberadamente con la mano un astabandera.

Nota: en el caso que el jugador toque breve e instintiva o accidentalmente un astabandera, se considera que no ha quebrantado la presente Regla Local.

Penalización por quebrantar la Regla Local: primera infracción, penalización general; segunda infracción, descalificación y exigencia de retiro inmediato del campo.

2. Ampliación de la definición de bola embocada para el caso de que las **tazas de los hoyos se hubiesen colocado por encima de la superficie del green** quedando el borde superior de la taza en posición de no permitir el ingreso de la bola al hoyo.

Bola Embocada

Adicionalmente a la definición de “Embocada” de las Reglas de Golf, una bola también se considerará que está embocada cuando luego de ejecutado un golpe toque la taza del hoyo y termine en reposo dentro del largo de una tarjeta de score -provista por el Comité- del borde del hoyo más cercano. (*)

Penalización por quebrantar la Regla Local: Penalización general

(*) El “largo de una tarjeta de score” es una sugerencia. Bien podría adoptarse otra medida similar, como el largo de un grip del putter del jugador.

2 bis. Ampliación de la definición de bola embocada para el caso de que se hubiese colocado un **dispositivo que impida que la bola al embocarse toque el fondo del hoyo**, evitando así que los jugadores tengan contacto con la base del astabandera.

Bola Embocada

Adicionalmente a la definición de “Embocada” de las Reglas de Golf, una bola también se considerará que está embocada cuando luego de ejecutado un golpe al menos alguna parte de la misma está por debajo de la superficie del green.

Penalización por quebrantar la Regla Local: Penalización general.

3. Tarjeta de score llevada en todo momento por el jugador o por el marcador.

Certificación y entrega de la misma.

Registrando Scores en el Juego por Golpes

La Regla 3.3b se modifica de la siguiente manera:

El Comité determinará antes del comienzo de una vuelta si los scores del jugador deberán ser registrados por él mismo en su propia tarjeta de score o bien, de acuerdo con las Reglas, por su marcador.

En cualquiera de los casos, la tarjeta debe estar en todo momento -desde que se retira del lugar dispuesto por el Comité- en posesión de quien corresponda según la metodología adoptada. Será solo esta persona quien una vez completada la vuelta controlará y certificará con su firma la validez del score, entregándola finalmente al Comité por el medio que este determine. El otro jugador, ya sea el marcador o el titular de la tarjeta de score, certificará la validez del mismo verbalmente -NO debe firmarla- o bien por el medio que el Comité indique, por ejemplo electrónico.

Penalización por quebrantar la Regla Local: Descalificación

Recordar lo siguiente:

- El Comité deberá informar por los medios adecuados la metodología de retiro y de entrega de las tarjetas de score.
- Según lo dispuesto en las Reglas de Golf, las tarjetas de score pueden ser electrónicas, lo que puede incluir envío por correo electrónico o whatsapp al Comité.

4. Estacas en el campo tratadas como obstrucciones inamovibles.

Condición de todas las estacas instaladas en el campo

Todas las estacas en el campo son tratadas como OBSTRUCCIONES INAMOVIBLES, por lo que el jugador no podrá sacar una de estas si interfiriese físicamente en el área del stance o del swing pretendidos. Alivio sin penalización está permitido según la Regla 16.1.

Las estacas que delimitan o identifican fuera de límites son "objetos de límites" y como tales no permiten alivio sin penalización.

Penalización por quebrantar la Regla Local: Penalización general



RETORNO SEGURO AL HOCKEY EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA COVID – 19

10 de JUNIO 2020



CUERPO MEDICO Confederación Argentina de Hockey



INTRODUCCION

La siguiente guía es en consecuencia de la pandemia mundial del COVID-19 y su impacto en nuestro entorno deportivo.

El siguiente documento confeccionado por el cuerpo médico de la CAH tiene el propósito de brindar una orientación acerca de la implementación de medidas necesarias para el regreso seguro a la práctica del hockey en los establecimientos deportivos.

Durante este retorno, que se realizará de manera escalonada en diferentes fases, se tomará como base protocolos impartidos por la FIH y por el Ministerio de Salud de la Nación, donde se establecen todos los recaudos para minimizar las posibilidades de contagio y proteger a todas las personas involucradas en la actividad.

Los principios descriptos en este documento se aplican igualmente al deporte de alto rendimiento, a la comunidad competitiva y recreativa . Las decisiones sobre el momento de la reanudación (el "cuándo") de la actividad deportiva deben tomarse con el acuerdo de autoridades Nacionales , Provinciales y Municipales, junto al MSal. En el mismo se encuentra un repertorio de estrategias y cuidados claves que toman como base medidas de bioseguridad recomendadas por expertos, que requieren de distintos instrumentos. Se trata de la incorporación obligatoria de nuevas prácticas y cambios de hábitos el cual todos somos responsables frente a un escenario complejo que no tiene precedentes.

Las Federaciones, Asociaciones y Clubes deben usar estas guías para crear políticas para el retorno a la actividad dentro de su propia comunidad. Al hacerlo, todos deben asegurarse de cumplir con las leyes locales (incluidas las leyes de salud y seguridad y la legislación específica del COVID-19) y cualquier política implementada por el gobierno o las autoridades locales. Cada organización debe garantizar que la comunidad del hockey en su área aplique las mejores prácticas y cumpla con los requisitos requeridos.

Es responsabilidad de todos contribuir a un regreso exitoso a la práctica deportiva del hockey.

RECOMENDACIONES GENERALES (OMS – MSa)

1. Lavarse las manos frecuentemente con jabón más de 20 segundos o con alcohol en gel.
2. Cúbrase la nariz y boca al toser con el codo.
3. Evitar tocarse la cara, ojos y nariz con las manos sin ser lavadas previamente.
4. Evitar los contactos personales, saludos con las manos, abrazos, etc.
5. Limpie y desinfecte las superficies y los objetos que más se usan.
6. Usar barbijo al salir de casa.
7. Consultar a las autoridades sanitarias si alguno de estos síntomas se presentan:
 - Temperatura corporal mayor a 37,5 grados.
 - Tos
 - Dificultad para respirar.
 - Dolor de garganta
 - Fatiga
 - Ageusia y Anosmia (falta de gusto olfato)
8. Toda persona que cumpla con la definición de caso sospechoso deberá ser aislado por no menos de 14 días.
9. En caso de tener alguno de los síntomas mencionados informar a los teléfonos de Emergencia para Coronavirus que corresponda a su Localidad.
10. Vale recordar que todas las medidas estarán supeditada a las normas impartidas por el MSa y la OMS.

RECOMENDACIONES PARA EL REGRESO A LA ACTIVIDAD DEPORTIVA

- El traslado a la institución deportiva: Se aconseja el uso de transporte individual (automovil, bicileta, entre otros). Se debe recordar mantenerlo ventilado para garantizar la higiene y la desinfección del interior del mismo.
- Siempre que no este prohibido, si fuere indispensable, el uso del transporte público se recomienda:
 1. Uso de barbijo, cubrebocas o tapabocas en todo momento.
 2. Todos los Deportistas y Colaboradores deben usar barbijo, máscara o tapa boca al llegar o irse de la misma.
 3. Recordar la importancia de una buena higiene de las manos antes, durante y después de los desplazamientos a realizar.
 4. Desplazarse provisto de un kit de higiene personal (jabón de tocador, alcohol en gel, pañuelos descartables, toalla para secarse las manos).
 5. Respetar las distancias recomendadas (como mínimo 1,5 metros e idealmente 2 metros). Dejar un asiento libre entre pasajeros.
 6. Evitar los aglomeramientos en los puntos de acceso al transporte que se vaya a utilizar.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblaci%C3%B3n/salir-de-casa>
- Establecer un máximo de usuarios en cada sede deportiva y fijar horarios para evitar situaciones de agrupamiento.
- Al ingreso a la Institución se debe contar con una zona de desinfección (tunel o aparato que cumpla con la función) y demarcaciones de tránsito dentro del predio evitando aglomeración de personas.
- Confeccionar una planilla con el registro de ingresos y egresos a la institución con datos personales (DNI - Dirección y Temperatura)
- Medición de temperatura corporal a todas las personas que ingresen a la institución, la temperatura debe ser menor 37.5 grados.
- En la primera fase se recomienda no utilizar los vestuarios, solo se habilitarán sanitarios o lugares para lavarse las manos.
- El establecimiento deberá establecer lugares estratégicos con alcohol en gel o solución hidroalcoholica para que toda persona pueda hacer uso de la misma.
- Los establecimientos deportivos deberán disponer de personal específico para el control de la higiene y limpieza, en todas las áreas que serán utilizadas. (importante armar un esquema de limpieza y desinfección con registros).
- Los vestuarios, sanitarios, el gimnasio de musculación y el campo de juego tienen que ser desinfectados varias veces al día.

- Los materiales deportivos utilizados en cada práctica (conos ,bochas, etc.) se desinfectarán entre cada turno de entrenamiento. Elementos de musculación cada atleta realizará la tarea de desinfección, al material utilizado una vez finalizada la rutina.
- El departamento médico debe cumplir con el protocolo de seguridad sanitaria para poder atender de manera segura a los atletas que puedan sufrir cualquier lesión durante la práctica.
- Es importante tener los espacios deportivos (campo de juego), acondicionados y desinfectados antes del inicio de las actividades siguiendo las recomendaciones de la FIH.

NUEVOS HABITOS SANITARIOS PARA ATLETAS – STAFF TECNICO / MEDICO - COLABORADORES

- En cada entrenamiento debe haber un responsable que establezca un registro y la autorización para la práctica, importante la presencia del MEDICO.
- Una vez ingresado al campo de entrenamiento dejará sus pertenencias en una silla individual o banco de suplentes con una distancia de 2 metros entre las mismas.
- Durante el entrenamiento cada jugador debiera disponer de una toalla individual, una botella de agua de uso exclusivo, barbijo y kits de limpieza propio (toallas desinfectantes o alcohol en gel).
- Cubrirse la nariz y boca con el pliegue del codo al toser.
- Evitar los contactos personales , saludos, besarse, saludos de manos, etc.
- Limpiar y desinfectar las superficies y objetos que usen frecuentemente.
- Usar barbijo o tapa boca antes y después del entrenamiento.
- No compartir indumentaria.
- Evitar salivar o escupir en el campo de entrenamiento.
- No compartir infusiones .
- Los elementos deportivos deben ser higienizados antes de iniciar cada actividad.
- Contar con una zona donde se pueda higienizar cada 30 minutos o donde el atleta lo pueda hacer según su necesidad.

RECOMENDACIONES GENERALES PARA LA ACTIVIDAD

- El objetivo es asegurar la salud de los atletas, entrenadores y toda persona cercana a la actividad.
- El regreso a la actividad deberá ser escalonada en fases, por categorías y teniendo en cuenta las posibilidades de infraestructura de cada organización.
- Estos períodos serán variables y requerirán de evaluaciones constantes de las autoridades e integrantes del staff dirigenal, médico y deportivo, buscando que nuestro aprendizaje sea el adecuado para poder desempeñarnos en la actividad deportiva sana y satisfactoriamente.
- En primer lugar es importante establecer un límite de personas en relación a los metros cuadrados del predio para cumplir con el distanciamiento preventivo.
- Importante considerar un límite de tiempo que se puede permanecer en el campo de entrenamiento, el mismo será progresivo y evaluado por el staff de entrenadores y médicos.

CONSIDERACIONES AL PLANIFICAR ENTRENAMIENTOS

- Proponer únicamente actividades al aire libre. (1ra. fase)
- No permitir el uso de gimnasio o lugares cerrados. (1ra. fase)
- Organizar módulos de entrenamiento con distintos horarios para evitar el conglomerado de personas.
- Desarrollar entrenamientos de 60 minutos, con 15 minutos de intervalo que permitan la desinfección y evitar el conglomerado de personas al finalizar la actividad.
- Actividades al aire libre en grupos reducidos de 4/6 personas como máximo (1ra. fase)
- Plantear ejercicios con distanciamiento. Una (1) persona con una distancia de 5 metros , a modo de ejemplo en 50 mts. x 50 mts (2500 m2) 10 personas como máximo
- Evitar reuniones en sectores cerrado.
- Mantener las pautas de higiene al retornar del establecimiento deportivo hacia los hogares (lavarse las manos al llegar al domicilio, bañarse y lavar la ropa de entrenamiento por separado).

1RA. FASE DE ENTRENAMIENTO

- Actividad al aire libre
- No uso de gimnasio o lugares cerrados en la primera fase.
- Proponer actividades al aire libre en grupos reducidos de 4/6 atletas como máximo.
- Ejercicios planteados con distanciamiento mínimo (1,5 metros) no para niños menores de 12 años.
- No se permiten ejercicios de enfrentamiento. (1 vs 1, etc)
- Evitar reuniones en sectores cerrados.

2DA. FASE DE ENTRENAMIENTO

- Organizar entrenamientos con grupos más amplios, de 10/15 personas como máximo en lugar al aire libre. (campo de juego)
- Realizar entrenamiento en ambientes cerrados (gimnasios) manteniendo la distancia de 2 metros entre todos los participantes, en cuanto a la utilización de espacio cerrado (Gimnasio) los grupos deben ser reducidos respetando las distancias. Evitar el uso de vestuarios, solo usar sanitarios.

3RA. FASE DE ENTRENAMIENTO

- Comenzar los entrenamientos que incluyen contactos físicos.
- Habilitar el uso de vestuarios manteniendo distancia entre los atletas.

4TA. FASE DE ENTRENAMIENTO

- Entrenamientos con competencia

CONSIDERACIONES DEL MINISTERIO DE SALUD DE LA NACION

DISTANCIAMIENTO SOCIAL

- Debe mantenerse una distancia mínima entre dos personas como ideal de 1,5 metros como aceptable.
- Evitar el contacto físico al saludar con besos, abrazos u apretones de manos.
- Evitar reuniones en espacios cerrados.
- No compartir mate, vajilla ni otros utensilios.
- El uso de barbijo no reemplaza las medidas de distanciamiento personal de seguridad, pero puede considerarse como una medida adicional cuando transitoriamente no sea posible mantener la distancia de seguridad mínima. El barbijo casero, cubrebocas o tapabocas hace referencia a dispositivos de tela reutilizables que deben cubrir por completo la nariz, boca y mentón, se emplean como medida adicional para reducir la posibilidad de transmisión de COVID-19. <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/barbijo>

Para mantener el distanciamiento social se debe limitar la densidad de ocupación de espacios a 1 persona cada 2,25 metros cuadrados de espacio circulable, para ello se puede utilizar la modalidad de reserva del espacio circulable, para ello se puede utilizar la modalidad de reserva del espacio o de turnos prefijados. En caso de que no pueda mantenerse distancia mínima de seguridad (2 metros ideal, mínimo 1,5 metros), considerar la instalación de medidas físicas (manparas, paneles de vidrio) de fácil y frecuente limpieza. <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/preguntasfrecuentes#distanciamiento>

PERSONAL QUE DESARROLLE ACTIVIDADES EN ESTABLECIMIENTOS HABILITADOS

Lavado de manos con frecuencia y obligatoriamente.

- Al Llegar al lugar
- Antes y después de manipular basura o desperdicios
- Luego de haber tocado superficies públicas: mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.
- Después de manipular dinero, llaves, animales, etc.
- Después de ir al baño o de cambiar pañales.
- Después de toser, estornudar o limpiarse la nariz.
- Se recomienda evitar, en la medida de lo posible, llevar las manos a la cara.

Cada local o establecimiento habilitado deberá contar con lugares adecuados para realizar un adecuado y frecuente lavado de manos con agua y jabón (dispensador de jabón líquido /espuma, toallas descartables o secadores de manos) y además deberán ponerse a disposición soluciones a base de alcohol al 70% (por ejemplo, alcohol en gel)

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/atencion-publico>

Es responsabilidad de la institución proveer elementos adecuados en cantidad suficiente y en forma accesible para la higiene personal (lavado de manos con jabón, solución hidroalcohólica y toallas de papel). Recordar que debe emplearse soluciones a base de alcohol únicamente cuando las manos se encuentran limpias, en caso contrario debe realizarse el lavado con agua y jabón. Se aconseja el lavado frecuente de manos con una duración de 40 – 60 segundos.

Dada la mayor persistencia del virus sobre el látex o nitrilo, no se recomienda el uso de guantes salvo para tareas específicas (tareas de limpieza, contacto directo con secreciones).

DESINFECCION DE SUPERFICIES Y VENTILACION DE AMBIENTES

- Debe respetarse en todo momento la normativa vigente sobre la limpieza y desinfección según rubro y actividad.
- Realizar desinfección diaria de superficies. La frecuencia de desinfección debe ser adecuada al tránsito y la acumulación de personas, la época del año y la complementación con la ventilación de ambientes
- Realizar limpieza de las superficies de agua y detergente antes de la desinfección.
- Proveer de los elementos necesarios para efectuar la limpieza húmeda (balde, trapeador, paño, agua, detergente) y desinfección (recipiente, trapeador o paño, agua hipoclorito de sodio de uso doméstico con concentración de 55gr/litro en dilución para alcanzar 500 a 1000 ppm de cloro (100 ml. de lavandina en 10 litros de agua). Las soluciones de lavandina deben utilizarse dentro de las 24 horas de preparadas para asegurar su eficacia.
- Ventilar regularmente los ambientes cerrados (al menos una vez al día), sobre todo en período invernal de bajas temperaturas para permitir el recambio de aire.
- No se recomienda rociar o frotar la ropa, el calzado, bolsos, carteras u otras pertenencias con alcohol, lavandina u otras soluciones desinfectante.
- No se recomienda el uso de “cabinas desinfectantes” u otro tipo de dispositivos que impliquen el rociado de soluciones desinfectantes sobre las personas, este tipo de intervenciones no solo no tienen utilidad demostrada en la prevención de la transmisión de virus respiratorios, sino que su uso puede asociarse a potenciales efectos nocivo.

ACCIONES JUNTO LOS ATLETAS

- a. Comité de crisis: Se sugiere establecer un comité de crisis conformado por todas las partes involucradas, que establezcan y monitoricen el protocolo a seguir, así como también los responsables del mismo.
- b. Identificación del personal en riesgo: dentro de la nómina de personal que desarrolle las actividades, están exentas del deber de asistencia, de acuerdo a lo establecido por el Poder Ejecutivo Nacional, a través de la Resolución Nro 207/2020 del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social en su artículo primero, aquellas personas cuya presencia en el hogar resulte indispensable para el cuidado de niños, niñas o adolescentes y las siguientes personas incluidas en los grupos en riesgo:
 - Mayores de 60 años de edad excepto que sean considerados “personal esencial para el adecuado funcionamiento del establecimiento”.
 - Personas gestantes.
 - Personas con enfermedad respiratoria crónica; enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), emfisema congénito, displasia broncopulmonar, bronquiectasis, fibrosis quística y asma moderado o severo.
 - Personas con inmunodeficiencias y estados de inmunodepresión.
 - Personas con diabetes.
 - Personas con insuficiencia renal crónica en diálisis o con expectativas de ingresar a diálisis en los siguientes seis meses.
 - Personas con enfermedad hepática avanzada. Recordar: se debe asegurar el respeto de la privacidad y confidencialidad de la información médica de los trabajadores y las trabajadoras, con especial atención a la información relacionada a patologías que configuren factores de riesgo para formas graves de COVID-19.
- c. Organización:
 - Reforzar la importancia de que ante la presencia de síntomas (fiebre, tos, dolor de garganta, dificultad para respirar, alteraciones en el olfato o gusto) los/las no acudan, notifiquen a sus superiores y al servicio de medicina laboral y se solicite atención por parte del sistema de salud en forma inmediata. Utilizar como referencia para ello la definición de caso vigente del Ministerio de Salud de la Nación que se actualiza de manera permanente.

Adecuar el uso del establecimiento en base a turnos rotativos la distancia entre personas como mínimo aceptable.

- Garantizar la mínima convivencia simultánea de personas en un mismo espacio físico cerrado
- Escalonar el horario de ingreso/egreso para evitar aglomeraciones en los puntos de acceso a los establecimientos y reducir la ocupación del transporte público en horas pico.

MEDIDAS PARA LA DETECCION Y MANEJO DE CASOS SOSPECHOSOS Y CONTACTOS ESTRECHOS

- Desarrollar actividades de identificación de potenciales casos mediante la medición de temperatura corporal, fomentando el autorreporte y la realización de cuestionamientos sencillos para la detección de posibles síntomas previo al ingreso.
- Si se instaura la medición de temperatura al ingreso a la institución, esta debe realizarse empleando termómetros infrarrojos que no impliquen contacto físico directo. La persona encargada de la medición de temperatura debe contar con equipo de protección personal apropiado. La especificación del equipo a emplear deberá ser detallado en las recomendaciones específicas de cada actividad.
- No permitir el ingreso a los establecimientos personas con temperatura igual o mayor a 37,5 grados o que presenten sintomáticas o afectadas por COVID-19 y sus contactos estrechos.
- Establecer medidas a adoptar en el establecimiento para aislar a una persona que manifieste síntomas de COVID-19 para lo cual se sugiere disponer de en una sala o zona en donde la persona con síntomas de COVID-19 para lo cual se sugiere disponer de en una sala o zona en donde la persona con síntomas no tenga contacto con otras personas y espere hasta ser evaluada adecuadamente. Se debe proceder de acuerdo a lo establecido o según lo indicado por las autoridades locales de salud de la jurisdicción.
- Ante la identificación de personas con síntomas respiratorios o fiebre, contactar inmediatamente al Sistema de Emergencias de salud local para su evaluación y eventual traslado a una institución de salud. Debe notificarse toda sospecha de COVID-19 a la autoridad sanitaria local.

SE CONSIDERA CONTACTO ESTRECHO A:

- Toda persona que haya proporcionado cuidados a un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas y que no hayan utilizado las medidas de protección personal adecuadas.
- Cualquier persona que haya proporcionado cuidados a un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas y que no hayan utilizado las medidas de protección personal adecuadas.
- Cualquier persona que haya permanecido a una distancia menor a 2 metros y durante al menos 15 minutos con un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas. (e: convivientes, visita, compañeros de trabajo).
- La utilización de elementos de protección personal para casa actividad se detallan en <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-covid-19/recomendaciones-uso-epp>
- Los contactos Estrechos cumplirán indefectiblemente 14 días de aislamiento domiciliario y realizarán monitoreo estricto de los síntomas. Los 14 días se consideran a partir del último día de contacto con el caso confirmado

IMPORTANTE

Los establecimientos DEPORTIVOS tienen que poner a disposición la información de las normas de prevención y cuidado, por diferentes canales. Así como la actualización de la información que se reciba desde el Gobierno Nacional, Provincial, Municipal y los Ministerios de Salud, de Turismo y Deportes.

- Es obligación respetar todas las indicaciones del Ministerio de Salud, del Estado Nacional, Provincial y/o Municipal.
- Cumplir los protocolos determinados por la Institución Deportiva (higiene, salud y deportivo).
- Garantizar la seguridad y la salud de todas las personas involucradas en la vida social y deportiva la institución.

Teléfonos de emergencias para consultas sobre Coronavirus

Ministerio de Salud

0800 222 1002

REFERENCIAS

Safe return to rugby in the context of the COVID-19 Pandemic. Eanna Falvey, Prav Mathema, Mary Horgan, Martin Raftery.

Viviana Gallego Infectóloga deportóloga, Laboratorio de Ciencias aplicadas al Deporte CeNARD, Docente de la UBA Y UCA.

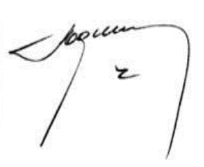
Charla Covid-19 Federaciones Deportivas 18-05-20

<http://www.fih.ch/news/safety-first-as-fih-helps-hockey-across-the-world-make-a-cautious-return-to-action/>

<http://www.fih.ch/inside-fih/fih-quality-programme-for-hockey-turf/facility-guidance-resources/>

http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332084/WHO-2019-nCoV-Adjusting_PH_measures-Workplaces-2020.1-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<http://www.fih.ch/inside-fih/fih-quality-programme-for-hockey-turf/facility-guidance-resources/>



Presidente
Miguel Grasso



CONFEDERACIÓN ARGENTINA DE JUDO

Protocolos Recomendados para la Reanudación de las Actividades de Judo en Condiciones de Seguridad durante la Pandemia de COVID-19

Mtro. Oscar Cassinero
Presidente

Mayo de 2020 / v 1.0



INTRODUCCIÓN

Estas directrices se elaboraron sobre la base de la revisión de las recomendaciones de la organización Mundial de la Salud, Federación internacional de Judo, Ministerio de salud, Ministerio de turismo y Deportes y Confederación Argentina Judo. Este documento fue creado sobre la base de la información más actual y precisa disponible hasta la fecha de la confederación Argentina de Judo

El propósito de estas directrices es mitigar lo más posible el riesgo de la infección causado por el Covid-19, puesto que el peligro no puede ser eliminado completamente sin un programa de prueba Covid-19 eficaz y complejo o de una vacuna.

Cada región de nuestro país se encuentra en una fase distinta de infección, por lo tanto, no existe una regla de oro unánimemente aplicable. Las etapas proporcionadas en estas directrices son basadas en escenarios hipotéticos de forma gradual, que se pueden ir adaptando según requiere la situación local.

La condición principal para la implementación de estas directrices es contar con un espacio de entrenamiento que reúna los requerimientos sanitarios necesarios para el desarrollo de los entrenamientos de manera segura ajustándose a los protocolos y recomendaciones aprobadas por los entes gubernamentales rectores.

El presente protocolo se contempla exclusivamente para las deportistas clasificadas a los Juegos Olímpicos Tokyo 2020 y el cuerpo técnico involucrado. Estimando un número no mayor a 8 (ocho) atletas conviviendo de manera permanente.

Se colocará, en lugares fácilmente visibles, información sobre las medidas de distanciamiento social, la adecuada higiene de manos, la apropiada higienización respiratoria, y las recomendaciones ante la presencia de síntomas sospechosos de COVID-19.

Por otra parte la Confederación Argentina de Judo, enviara vía a todos los Presidentes de las Federaciones Provinciales, el protocolo correspondiente sugerido para la reiniciación de la actividad con el grupo de atletas antes mencionado, y publicará en todas sus redes sociales la información actualizada de las medidas de prevención requeridas para tal fin, según se encuentren actualizadas en el sitio <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/prevencion>

Se adjunta ANEXO con recomendaciones generales del Ministerio de Salud que serán cumplidas.

Cumplir con las medidas de higiene, como lavarse y desinfectarse las manos a menudo, utilizando pañuelos desechables de papel y aplicando el distanciamiento social, es obligatorio para protegernos uno al otro y para frenar la extensión del virus.

PROTOCOLO DE VIGILANCIA DE ACUERDO CON NUESTRA PRÁCTICA

Aplicable a las reglas y normas habituales de higiene requeridas para cada judoka, mostrando mutuo RESPETO, y cumpliendo con el valor 8 del código moral de Judo.

PROTOCOLO DE MUY ALTA VIGILANCIA



Fase 1 de Vigilancia

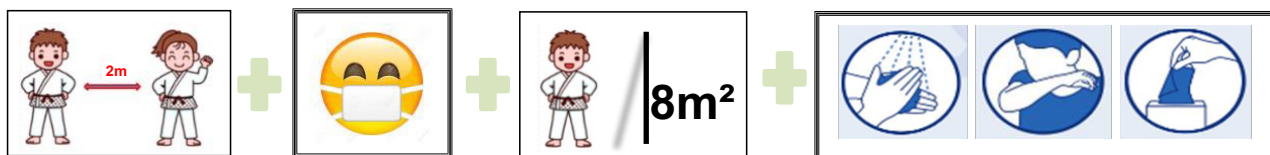
Cronograma: Aplicable cuando esté prohibido el contacto directo, el uso de mascarilla sea obligatorio, y solo las actividades exteriores estén permitidas.

Condiciones Sanitarias

- Distancia de seguridad sanitaria
 - 2 metros
- Número limitado de atletas
 - el número de participantes se calcula según el espacio que se disponga, la distancia sanitaria y las restricciones gubernamentales
- Restricciones de contacto COVID-19
 - solo las actividades en el aire libre están permitidas
- Uso de mascarillas
- **No está permitido el uso de los baños, las duchas o los aseos**

Recomendaciones Pedagógicas Generales

- Tendoku-renshu (trabajo individual),
- Habilidades motoras y técnicas fundamentales de pie y de suelo (individual)
- Aprendizaje de Ukemi (caída)
- Posturas, movimiento, coordinación, movilidad, estabilidad central, taíso, etc.
- **No se emplea ningún equipamiento**



Medidas Esenciales para el Funcionamiento Adecuado del Protocolo

Las directrices sanitarias mencionadas en el protocolo prevalecen tanto para el o la atleta como para el/la entrenador/a

Respetar el horario de entrenamiento. Para una sesión de 1h, se tomará en cuenta lo siguiente:

- De 5 a 10min desde el montaje hasta el comienzo de la sesión
- 45min de sesión
- De 5 a 10min, desde la finalización de la sesión hasta la salida del dojo (gimnasio de judo)

Los/las atletas y los/las entrenadores/as tienen que llevar puesta la mascarilla deportiva todo el tiempo

PROTOCOLO DE ALTA VIGILANCIA



Fase 2 de Vigilancia

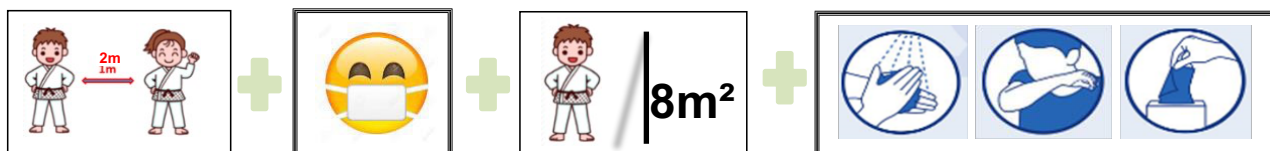
Cronograma: Aplicable cuando esté prohibido el contacto directo, el uso de mascarilla sea obligatorio y las actividades interiores estén permitidas.

Condiciones Sanitarias

- Distancia de seguridad sanitaria
 - 2 metros
 - **espacio de entrenamiento asignado de por lo menos 8m²/persona**
- Número limitado de atletas
 - el número de participantes se calcula según el espacio que se disponga, la distancia sanitaria o **las restricciones gubernamentales**
- Restricciones de contacto COVID-19
 - las actividades interiores están permitidas con restricciones
- Uso de mascarillas
- **No está permitido el uso de los baños, las duchas o los aseos en el polideportivo**

Recomendaciones Pedagógicas Generales

- Tendoku-renshu (trabajo individual)
- Habilidades motoras y técnicas fundamentales de Tachi-Waza y Ne-Waza (individual)
- Aprendizaje de Ukemi (caída)
- Posturas, movimiento, coordinación, movilidad, estabilidad central, taiso, etc.



Medidas Esenciales para el Funcionamiento Adecuado del Protocolo

Las directrices sanitarias mencionadas en el protocolo prevalecen tanto para el/la atleta como para el/la entrenador/a

Respetar el horario de entrenamiento. Para una sesión de 1h, se tomará en cuenta lo siguiente:

- De 5 a 10min desde el lobby hasta el comienzo de la sesión
- 45min de sesión
- De 5 a 10min, desde la finalización de la sesión hasta la salida del dojo (gimnasio de judo)

Los/as atletas y los/las entrenadores/as tienen que llevar puesta la mascarilla todo el tiempo

PROTOCOLO DE VIGILANCIA MEDIA



Fase 3 de Vigilancia

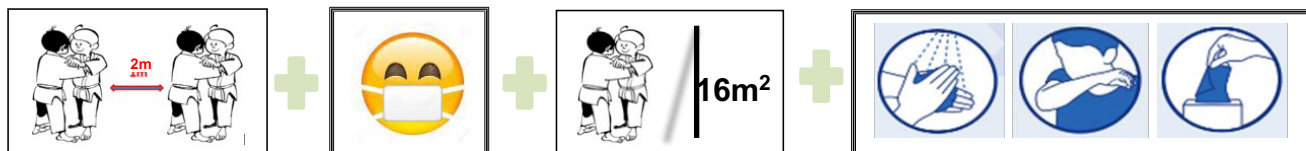
Cronograma: Aplicable cuando se levanten las medidas de distanciamiento social, el uso de mascarilla aún sea obligatorio y el entrenamiento en binomio (en pareja) esté permitido

Condiciones Sanitarias

- Distancia de seguridad sanitaria
 - **2m entre las parejas durante el entrenamiento**
- Número limitado de atletas
 - el número de participantes se calcula según el espacio que se disponga, la distancia sanitaria o **las restricciones gubernamentales, el requerimiento mínimo de espacio es de 64 m²**
- Restricciones de contacto COVID-19
- Uso de mascarillas
- **No está permitido el uso de los baños, las duchas o los aseos en el polideportivo**

Recomendaciones Pedagógicas Generales

- Trabajos de cooperación y oposición en técnicas de parado
- **¡Sin combates!!!**
- Todos los recursos pedagógicos se deberán adaptar a las medidas de higiene respiratoria y de contacto



Medidas Esenciales para el Funcionamiento Adecuado del Protocolo

Las directrices sanitarias mencionadas en el protocolo prevalecen tanto para los atletas como para el instructor/voluntario

Los atletas tendrán la misma pareja de entrenamiento durante toda la sesión de entrenamiento

Respetar el horario de entrenamiento. Para una sesión de 1h, se tomará en cuenta lo siguiente:

- De 5 a 10min desde el lobby hasta el comienzo de la sesión
 - 45min de sesión
 - De 5 a 10min, desde la finalización de la sesión hasta la salida del dojo (gimnasio de judo)
- **Los atletas y los entrenadores deberán llevar mascarilla a lo largo de la sesión**

PROTOCOLO DE VIGILANCIA PREVENTIVA



Fase 4 de Vigilancia

Cronograma: Aplicable cuando las medidas de higiene respiratoria se hayan levantado y cuando ya no sea obligatorio el uso de mascarilla

Condiciones Sanitarias

- ~~Distancia de seguridad sanitaria~~
- ~~Número limitado de atletas~~
- Restricciones de contacto COVID-19
- ~~Uso de mascarillas~~

Recomendaciones Pedagógicas Generales

- Ninguna restricción pedagógica siempre y cuando dichas situaciones respeten los límites de contacto



Medidas Esenciales para el Funcionamiento Adecuado del Protocolo

Las directrices sanitarias mencionadas en el protocolo prevalecen tanto para los atletas como para el instructor/voluntario

El horario de entrenamiento. Para una sesión de 1h, se tomará en cuenta lo siguiente:

- De 5 a 10min desde el lobby hasta el comienzo de la sesión
- 45min de sesión
- De 5 a 10min, desde la finalización de la sesión hasta la salida del dojo (gimnasio de judo).



PROTOCOLO DE REQUISITOS SANITARIOS PARA LA ORGANIZACIÓN DEL ENTRENAMIENTO

Las siguientes recomendaciones son para proveer pautas para proteger a todas las personas involucradas en este proceso.

Las Recomendaciones Sanitarias para Realizarse antes de la Llegada al Sitio de Entrenamiento

Ducharse y lavarse el pelo

Asegurarse que el equipamiento de entrenamiento ha sido lavado adecuadamente (el chándal, el judogi, etc.)

Lavarse las manos correctamente y mantener las uñas cortas
Ir al baño antes del comienzo del entrenamiento

Se evitará el transporte público

Llevar puesto el equipamiento de entrenamiento debajo de un chándal (+ un abrigo si es necesario) para mantener el equipamiento de entrenamiento limpio de camino hacia el sitio de entrenamiento

Tener una bolsa deportiva o una mochila suficientemente grande para meter los pañuelos desechables de papel, el gel desinfectante/liquido, un botellín de agua y un documento que lleve los detalles de contacto de su acompañante, con quien se pueda contactar en caso de emergencia durante la sesión de entrenamiento (para los menores de edad)

Uso de mascarilla deportiva recomendada (cumpliendo con las normativas gubernamentales en cuanto a la calidad de la mascarilla)

Requisitos Sanitarios durante el Montaje

Designar un sitio de montaje donde el distanciamiento sanitario pueda cumplirse

Señalar los puntos de distanciamiento sanitario requeridos y delimitar la circulación si se requiere

Medir la temperatura de los participantes utilizando un termómetro infrarrojo sin contacto

- descartar a todos los/las judokas que presenten temperatura alta ($> 37.5^{\circ}\text{C}$) u algún otro síntoma compatible con la enfermedad, en cuyo caso se activará el protocolo COVID19 establecido por el Ministerio de Salud

Proporcionar desinfectante de manos (gel o liquido)

Proporcionar una papelera para los pañuelos desechables y la basura

Requisitos Sanitarios durante la Sesión de Entrenamiento

El/la entrenador/a da la señal que la sesión empieza

Los/las atletas se inclinan hacia el sitio de entrenamiento

El/la entrenador/a asigna un espacio para que cada atleta respetando la distancia sanitaria

Los/las atletas se dirigen hacia la zona señalada donde permanecerán durante toda la sesión de entrenamiento

El saludo habitual al comienzo de la sesión no se efectúa de manera tradicional, en línea, sino desde la zona asignada

La sesión de entrenamiento efectuada por el/la entrenador/a se adapta conformemente a los requisitos sanitarios.

Al final de la sesión, el saludo habitual se realiza otra vez desde la zona asignada, e/la entrenador/a se despiden de los/las atletas permitiéndoles que regresen en turnos a la zona asignada al lado del tatami (donde han dejado sus pertenencias antes del comienzo de la sesión)

Los/las atletas se saludan y salen de la zona respetando la distancia sanitaria requerida



Recomendaciones Sanitarias a la Llegada a la residencia

- Ducharse
- Lavar el equipamiento de entrenamiento (el judogi)
- Lavar el botellín de agua
- Desinfectar la bolsa
- Reabastecer el equipo sanitario (gel/licuido desinfectante, pañuelos, mascarilla)

Higiene Individual

- Ducharse antes de llegar al dojo (gimnasio de judo)
 - Tener un equipamiento de entrenamiento limpio cada vez que se haga el desplazamiento al dojo
 - Lavarse las manos con un desinfectante (gel/licuido) al entrar en el dojo
- Colocar el calzado en la entrada en el dojo y ponerse los *zori* o las zapatillas que se llevaran cada vez fuera del tatami
- Dirigirse a la zona personal designada para vestirse/desvestirse Aplicar desinfectante en los pies al entrar/salir del tatami
- El uso de mascarilla de acuerdo con el nivel de vigilancia (según las recomendaciones gubernamentales en términos de la calidad de la mascarilla)

La Limpieza y la Asepsia de la Zona de Entrenamiento y del Equipo Pedagógico

Asegurarse de que el tatami ha sido limpiado/desinfectado y que la zona está bien ventilada después de cada sesión de entrenamiento {30' - 15' limpieza y 15' sequedad}

Asegurarse que el equipo pedagógico utilizado por los atletas has sido limpiado/desinfectado

El Monitorizaje de la Circulación y la Gestión de los Atletas desde la Entrada hasta la Salida del lugar de entrenamiento

Planear y marcar el trayecto de circulación hacia el dojo (señalización, cinta reflectora, lona alquitranada fácil de lavar, etc.)

Los planes de circulación tendrán en cuenta la configuración del espacio. Tiene que garantizar que la distancia sanitaria y de seguridad se mantiene.

Requerimientos en cuanto a los Pasos Personales para los Judokas en el Dojo (Gimnasio de Judo)

Señalar el trayecto de circulación dentro del dojo (cinta adhesiva, lonas alquitranadas fácil de lavar, etc.) asegurándose de que una distancia de 2 metros se guarde entre cada zona

Requerimientos en cuanto a las Zonas de actividad en el Tatami

Calcular el máximo número de atletas / sesión de entrenamiento dependiendo de la zona disponible y las medidas gubernamentales

Señalar las zonas designadas para cada atleta / pareja (cinta adhesiva, lonas alquitranadas fácil de lavar (, etc.)

PROTOCOLO DE REQUERIMIENTOS SANITARIOS PARA LA DESINFECCIÓN DEL DOJO (gimnasio de judo)

Kits de limpieza (no-exhaustivo)

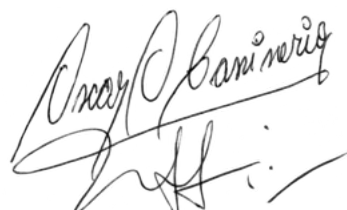
- toallitas desinfectantes
- aerosoles desinfectantes recomendados por la FN
- vaporizadores desinfectantes recomendados por la FN
- purificador de aire recomendados por la FN
- papel y trapo para limpiar
- cubos para limpiar + fregonas
- guantes desechables (látex o nitrilo)

Frecuencia de Limpieza

La limpieza de distintos espacios debería planearse y de acuerdo con la gestión de la facilidad.

Tipo de limpieza	Tipo de producto	Zona en cuestión	Frecuencia
Desinfección del suelo (ej. lobby, dojo (gimnasio de judo), etc.)	Producto viricida* en la fase 4-2 Limpieza general	Zonas comunes	Diariamente al final del día
Desinfección de los puntos de contacto (ej.: mangos)	Producto viricida en la fase 4-2 Limpieza general	¡Cerrado en la fase 4-2! duchas, vestuarios, instalaciones sanitarias zonas comunes	Dos o tres veces al día según la zona
Limpieza habitual	Productos de limpieza clásicos (ej.: líquidos desinfectantes, sprays, desincrustadores de cal, etc.)	Cerrado en la fase 4-2 Duchas, vestuarios, Almacén para el equipo pedagógico zonas comunes	A principios y al final del día
Tatami y equipo pedagógico	Producto viricida en la fase 4-2 Productos recomendados por la FN	tatami no utilizado en la fase 4-3 equipo pedagógico	antes de la primera sesión y luego, después de cada sesión Después de cada uso en fase 2, después diariamente

* producto antivirus (que mata el virus)



Mtro. Oscar Cassinerio
Presidente

ANEXO



**Ministerio de Salud
Argentina**



Distanciamiento social

- Debe mantenerse una distancia mínima entre personas de 2 metros como ideal y de 1,5 metros como aceptable.
- Evitar el contacto físico al saludar con besos, abrazos u apretones de manos.
- Evitar reuniones en espacios cerrados.
- No compartir mate, vajilla ni otros utensilios.
- El uso de “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” no reemplaza las medidas de distanciamiento social ni la necesidad de mantener la distancia interpersonal de seguridad, pero puede considerarse como una medida adicional cuando transitoriamente no sea posible mantener la distancia de seguridad mínima. El “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” hace referencia a dispositivos de tela reutilizables que deben cubrir por completo la nariz, boca y mentón y que se emplean como medida adicional para reducir la posibilidad de transmisión de COVID-19.
- Para más información sobre modo de uso, forma de colocación, confección, etc. del “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” dirigirse al siguiente sitio:

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/barbijo>

Para mantener el distanciamiento social se debe limitar la densidad de ocupación de espacios a 1 persona cada 2,25 metros cuadrados de espacio circulable, para ello se puede utilizar la modalidad de reserva del espacio o de turnos prefijados. En caso de que no pueda mantenerse distancia mínima de seguridad (2 metros ideal, mínimo 1,5 metros), considerar la instalación de medidas físicas (mamparas, paneles de vidrio) de





fácil y frecuente limpieza. <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/atencion-publico>

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/preguntasfrecuentes#distanciamiento>

Higiene de manos

Todas las personas que desarrollen tareas en establecimientos habilitados deberán realizar lavado de manos con frecuencia y obligatoriamente:

- Al llegar al lugar.
- Antes y después de manipular basura o desperdicios.
- Antes y después de comer, manipular alimentos y/o amamantar.
- Luego de haber tocado superficies públicas: mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.
- Después de manipular dinero, llaves, animales, etc.
- Después de ir al baño o de cambiar pañales.
- Después de toser, estornudar o limpiarse la nariz.
- Se recomienda evitar, en la medida de lo posible, llevar las manos a la cara.

Cada local o establecimiento habilitado deberá contar con lugares adecuados para realizar un adecuado y frecuente lavado de manos con agua y jabón (dispensador de jabón líquido/espuma, toallas descartables o secadores de manos) y además deberán ponerse a disposición soluciones a base de alcohol al 70% (por ejemplo, alcohol en gel).

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/atencion-publico>

Es responsabilidad de la institución proveer los elementos adecuados en cantidad suficiente y en forma accesible para la higiene personal (lavado de manos con jabón, solución hidroalcohólica y toallas de papel). Recordar que debe emplearse soluciones





a base de alcohol únicamente cuando las manos se encuentran limpias, en caso contrario debe realizarse el lavado con agua y jabón. Se aconseja el lavado frecuente de manos con una duración de 40-60 segundos.

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/gpsc_lavarse-manos_poster_es.jpg

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/gpsc_desinfectmanos_poster_es.jpg

Dada la mayor persistencia del virus sobre el látex o nitrilo, no se recomienda el uso de guantes salvo para tareas específicas (tareas de limpieza, contacto directo con secreciones).

Higiene respiratoria

- Utilizar barbijo casero que cubra nariz, boca y mentón en áreas comunes. Su uso no reemplaza ninguna de las medidas de distanciamiento físico ni de higiene.
- Promover el lavado del barbijo casero con agua y jabón al menos una vez al día, y cambiarlo inmediatamente si se encuentra sucio o mojado
(<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/barbijo>)
- Al toser o estornudar, usar un pañuelo descartable o cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo en caso de no tener colocado el barbijo casero. En ambos casos, higienizarse las manos de inmediato.
- Disponer en área de espera y/o alto tránsito de cestos de basura de boca ancha y sin tapa para desechar los pañuelos descartables utilizados.

Desinfección de superficies y ventilación de ambientes

- Debe respetarse en todo momento la normativa vigente sobre limpieza y desinfección según rubro y actividad.





- Realizar desinfección diaria de superficies. La frecuencia de desinfección debe ser adecuada al tránsito y la acumulación de personas, la época del año y la complementación con la ventilación de ambientes.
- Realizar limpieza de las superficies con agua y detergente antes de la desinfección.
- Proveer de los elementos necesarios para efectuar la limpieza húmeda (balde, trapeador, paño, agua, detergente) y desinfección (recipiente, trapeador o paño, agua hipoclorito de sodio de uso doméstico con concentración de 55 gr/litro en dilución para alcanzar 500 a 1000 ppm de cloro -100 ml de lavandina en 10 litros de agua). Las soluciones de lavandina deben utilizarse dentro de las 24 horas de preparadas para asegurar su eficacia.
- Ventilar regularmente los ambientes cerrados (al menos una vez al día), sobre todo en período invernal o de bajas temperaturas para permitir el recambio de aire.
- No se recomienda rociar o frotar la ropa, el calzado, bolsos, carteras u otras pertenencias con alcohol, lavandina u otras soluciones desinfectantes.
- No se recomienda el uso de “cabinas desinfectantes” u otro tipo de dispositivos que impliquen el rociado de soluciones desinfectantes sobre las personas, este tipo de intervenciones no sólo no tienen utilidad demostrada en la prevención de la transmisión de virus respiratorios, sino que su uso puede asociarse a potenciales efectos nocivos.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/limpieza-domiciliaria>

Transporte desde y hacia el lugar de trabajo





- Se aconseja el uso de medios de transporte individuales (automóvil, bicicleta, entre otros). Se debe recordar mantenerlo ventilado para garantizar la higiene y la desinfección del interior del mismo.
- Siempre que no esté prohibido, si fuere indispensable, el uso del transporte público se recomienda:
 - Uso de barbijo casero, cubrebocas o tapabocas en todo momento.
 - Recordar la importancia de una buena higiene de las manos antes, durante y después de los desplazamientos a realizar.
 - Desplazarse provisto de un kit de higiene personal (jabón de tocador, alcohol en gel, pañuelos descartables, toallas para secarse las manos).
 - Respetar las distancias recomendadas de (como mínimo 1,5 metros e idealmente 2 metros). Dejar un asiento libre entre pasajeros.
 - Evitar los aglomeramientos en los puntos de acceso al transporte que se vaya a utilizar.
- Al regresar a casa, retirar el barbijo desde el elástico evitando tocar el frente, y ponerlo a lavar (o tirarlo si es descartable). Realizar lavado de manos inmediatamente al ingresar y siempre antes del contacto con superficies.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/salir-de-casa>

Acciones junto a los/as deportistas/as

- a. Comité de crisis: Se sugiere establecer un comité de crisis conformado por todas las partes involucradas, que establezcan y monitoricen el protocolo a seguir, así como también los responsables de garantizar el cumplimiento del mismo.
- b. Identificación de personal en riesgo: dentro de la nómina de personal que desarrolle las actividades, están exentas del deber de asistencia, de acuerdo a lo establecido por



el Poder Ejecutivo Nacional, a través de la Resolución N°207/2020 del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social, en su artículo 1°, aquellas personas cuya presencia en el hogar resulte indispensable para el cuidado de niños, niñas o adolescentes y las siguientes personas incluidas en los grupos en riesgo:

- Mayores de sesenta (60) años de edad, excepto que sean considerados “personal esencial para el adecuado funcionamiento del establecimiento”.
- Personas gestantes.
- Personas con enfermedad respiratoria crónica: enfermedad pulmonar obstructiva crónica [EPOC], enfisema congénito, displasia broncopulmonar, bronquiectasias, fibrosis quística y asma moderado o severo.
- Personas con enfermedades cardíacas: Insuficiencia cardíaca, enfermedad coronaria, valvulopatías y cardiopatías congénitas.
- Personas con inmunodeficiencias y estados de inmunodepresión.
- Personas con diabetes
- Personas con insuficiencia renal crónica en diálisis o con expectativas de ingresar a diálisis en los siguientes seis meses.
- Personas con enfermedad hepática avanzada. Recordar: se debe asegurar el respeto de la privacidad y confidencialidad de la información médica de los trabajadores y las trabajadoras, con especial atención a la información relacionada a patologías que configuren factores de riesgo para formas graves de COVID-19.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/mayores>

c. Organización



- Reforzar la importancia de que ante la presencia de síntomas (fiebre, tos, dolor de garganta, dificultad para respirar, alteraciones en el olfato o gusto) los/las no acudan, notifiquen a sus superiores y al servicio de medicina laboral, y se solicite atención por parte del sistema de salud en forma inmediata. Utilizar como referencia para ello la definición de caso vigente del Ministerio de Salud de la Nación que se actualiza de manera permanente.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso> -

Adecuar el uso del establecimiento en base a turnos rotativos la distancia entre personas de 2 metros o de 1,5 metros como mínimo aceptable.

- Garantizar la mínima convivencia simultánea de personas en un mismo espacio físico cerrado.
- Escalonar el horario de ingreso/egreso para evitar aglomeraciones en los puntos de acceso a los establecimientos y reducir la ocupación del transporte público en horas pico.

B. MEDIDAS PARA LA DETECCIÓN Y MANEJO DE CASOS SOSPECHOSOS Y CONTACTOS ESTRECHOS

- Desarrollar actividades de identificación de potenciales casos mediante la medición de temperatura corporal, fomentando el autorreporte y la realización de cuestionarios sencillos para la detección de posibles síntomas previo al ingreso.
- Si se instaura la medición de temperatura al ingreso a la institución, esta debe realizarse empleando termómetros infrarrojos que no impliquen contacto físico directo. La persona encargada de la medición de temperatura debe contar con equipo de protección personal apropiado. La especificación del equipo a





emplear deberá ser detallado en las recomendaciones específicas de cada actividad.

- No permitir el ingreso a los establecimientos de personas con temperatura igual o mayor a 37,5°C o que presenten los síntomas propios del COVID-19.
- Evitar la estigmatización y la discriminación de personas sintomáticas o afectadas por COVID-19 y sus contactos estrechos.
- Establecer medidas a adoptar en el establecimiento para aislar a una persona que manifieste síntomas de COVID-19 para lo cual se sugiere disponer de en una sala o zona en donde la persona con síntomas no tenga contacto con otras personas y espere hasta ser evaluada adecuadamente. Se debe proceder de acuerdo a lo establecido o según lo indicado por las autoridades locales de salud de la jurisdicción.
- Ante la identificación de personas con síntomas respiratorios o fiebre, contactar inmediatamente al Sistema de Emergencias de salud local para su evaluación y eventual traslado a una institución de salud. Debe notificarse toda sospecha de COVID-19 a la autoridad sanitaria local.

Se considera contacto estrecho a:

- Toda persona que haya proporcionado cuidados a un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas y que no hayan utilizado las medidas de protección personal adecuadas.
- Cualquier persona que haya permanecido a una distancia menor a 2 metros y durante al menos 15 minutos con un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas. (ej. convivientes, visitas, compañeros de trabajo)





**Ministerio de Salud
Argentina**

La utilización de elementos de protección personal para cada actividad se detallan en <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID19/recomendaciones-uso-epp>

Los contactos estrechos cumplirán indefectiblemente 14 días de aislamiento domiciliario y realizarán monitoreo estricto de los síntomas. Los 14 días se considerarán a partir del último día de contacto con el caso confirmado.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/identificacion-yseguimiento-de-contactos>



**Ministerio de Salud
Argentina**

Dirección Nacional de Control de
Enfermedades Transmisibles
Ministerio de Salud de la Nación
Tel: (011) 4379-9000 | Int: 4805

Buenos Aires, junio de 2020

Señores Presidentes de Uniones Provinciales:

La Unión Argentina de Rugby con fecha 16 de marzo del corriente y de conformidad con los lineamientos esgrimidos por Gobierno Nacional, notificó y detalló a todas las uniones provinciales que la integran, **la suspensión de todas las actividades vinculadas con el rugby, las que a la fecha se mantienen vigentes en todo el territorio nacional.**

Asimismo, hemos sugerido a las 25 uniones provinciales y a todos los clubes que las integran, mantener cerradas sus instalaciones por la cuarentena dispuesta en nuestro país, que ha sido prorrogada en dos oportunidades, por lo que, a la fecha de la presente, la medida dispuesta, ha causado la interrupción de todo evento deportivo o social de participación masiva y el consiguiente **“aislamiento social, preventivo y obligatorio”**.

Sin perjuicio de lo expuesto, la W.R. ha dictado recientemente y ante un eventual reintegro a la actividad, cuando las normativas de cada país y las condiciones de cada unión lo permitan, una guía a utilizarse para poder planificar con seguridad un regreso ordenado, **que esta UAR ha adaptado para ser utilizada como modelo por las uniones y los clubes**, para la oportunidad que se encuentren en condiciones de reiniciar las actividades que se encuentran actualmente suspendidas.

Es en esa oportunidad en el que deberán custodiar y controlar desde la unión provincial el cumplimiento que este protocolo prevé, para **posteriormente solicitar el permiso final pertinente a la UAR**, debiendo notificar y asegurar por escrito el cumplimiento que todos los requisitos se encuentran cumplidos y que las normativas legales locales, permiten el reinicio de la actividad el que se recomienda sea progresivo.

Cabe destacar que la situación imperante en cada jurisdicción es muy diferente una de otra y es absolutamente dinámica haciendo que lo que acá se define o establece pueda ser objeto de sucesivos cambios para adaptarlo a circunstancias nuevas.

Esta UAR hace responsable del cumplimiento del Protocolo que se adjunta a sus uniones provinciales y serán estas las que deben solicitar las autorizaciones para cualquier tipo de actividad aclarando que cuando el mismo alcance a cualquier tipo de competencia entre clubes más allá del cumplimiento del protocolo y de la asunción de responsabilidad por parte de la unión provincial la misma **se deberá realizar utilizando obligatoriamente la tarjeta electrónica.**

COVID 19- GUIAS PARA LA VUELTA AL CLUB

PRIMERA FASE

El fin de esta guía es proporcionar herramientas a los clubes para poder planificar una “Vuelta al Club” de forma segura ante la pandemia. Minimizar los riesgos de infección para todos, cumplir con las normativas, poder aislar grupos en caso de que hubiera un caso dentro de la comunidad del club son algunos de los objetivos.

En este momento rigen las medidas de distanciamiento social, prohibición de eventos masivos y prohibición de viajes dentro y fuera del país. Solo hay algunas autorizaciones puntuales para actividad y movilidad.

Este documento no pretende ser un manual, sino una guía para que los clubes puedan desarrollar un plan de acción acorde a su estado actual y la normativa vigente para su comunidad. Cada club tiene diferentes realidades (instalaciones, personal, socios, jugadores, deportes, ubicación, etc.) por lo que ya que cada club debe encontrar el mejor modo de adaptarla a sus necesidades y posibilidades.

Para la definición de caso, la misma se establece en forma dinámica en el sitio:

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>

Responsables de COVID-19:

Cada Unión debe identificar y designar uno o más Jefes Operativos COVID-19 que serán los responsables de implementar los lineamientos que recibe de la autoridad sanitaria, comunicarlo e implementarlo en los clubes. A su vez, cada club tendrá su propio Referente de COVID-19, y de ser necesario de acuerdo con el tamaño del club y la extensión horaria de apertura, podrán tener más de un responsable colaborador de COVID-19.

Los Jefes Operativos COVID-19 y los Referentes de COVID-19 que tendrán como funciones:

- Implementar los lineamientos de este documento (y todos los demás lineamientos, consejos e instrucciones relevantes respecto del COVID-19) relacionados con otros elementos, como instalaciones de entrenamiento particulares, sedes del Día del Partido y traslados.
- Implementar una estrategia de retorno al entrenamiento y partidos basado en la reducción secuencial de las medidas de distanciamiento social. Esta estrategia estará acorde con los lineamientos de la OMS (Organización Mundial de la Salud) y con la Herramienta de Evaluación de Riesgos en Reuniones Masivas de la OMS.
- Tener evidencia de que todos los jugadores, entrenadores y personal de apoyo han recibido capacitación adecuada en medidas de seguridad personal y de mitigación de emergencias (incluidas las que específicamente se enumeran en la Herramienta de Evaluación de Riesgos de la OMS) y que se encuentren en condiciones sanitarias de iniciar el reintegro a la actividad.

- Implementar una estrategia de comunicación clara y efectiva entre Uniones, Clubes, competencias y con funcionarios gubernamentales nacionales e internacionales, el público general y los medios;
- Implementar una estrategia de mensajes de salud pública en las plataformas de la Unión, el Club y la Competición.
- Controlar y garantizar que todas las medidas se cumplan.

Situación y medidas locales

Lo primero que debe contar es con las autorizaciones locales (municipales y provinciales) en cuanto a la reapertura de las instalaciones.

Debe tener en cuenta los condicionamientos en cuanto a que espacios se pueden abrir/utilizar y la cantidad de personas que lo pueden usar.

También las medidas de sanitización para cada espacio (implementos, materiales desinfectantes, capacitaciones del personal, periodicidad).

Recomendaciones para las instalaciones

- Señalizar e informar claramente que instalaciones están habilitadas para uso y cuáles no.
- Colocar en lugares fácilmente visibles, información sobre las medidas de distanciamiento social, la adecuada higiene de manos, la apropiada higiene respiratoria, y las recomendaciones ante la presencia de síntomas sospechosos de COVID-19. Esto debe además complementarse con otras modalidades (información en página web, redes sociales, por correo electrónico o por teléfono, entre otras) para informar a los trabajadores acerca las medidas de higiene y seguridad adoptadas por la institución. <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/prevencion>
- De ser necesario, establecer “rutas” o “trayectos” señalizados para moverse dentro del club, para evitar congestiones de personas circulantes.
- Señalizar e informar el aforo (capacidad) para cada instalación.

Desinfección de superficies y ventilación de ambientes

- Las instalaciones deben ser ‘limpiadas a fondo’ de acuerdo con los últimos lineamientos de la OMS o las autoridades sanitarias pertinentes.
- Debe respetarse en todo momento la normativa vigente sobre limpieza y desinfección según rubro y actividad.
- Realizar desinfección diaria de superficies. La frecuencia de desinfección debe ser adecuada al tránsito y la acumulación de personas, la época del año y la complementación con la ventilación de ambientes.
- Realizar limpieza de las superficies con agua y detergente antes de la desinfección.
- Proveer de los elementos necesarios para efectuar la limpieza húmeda (balde, trapeador, paño, agua, detergente) y desinfección (recipiente, trapeador o paño, agua hipoclorito de sodio de uso doméstico con concentración de 55 gr/litro en dilución para alcanzar 500 a 1000 ppm de cloro -100 ml de lavandina en 10 litros de agua). Las

soluciones de lavandina deben utilizarse dentro de las 24 horas de preparadas para asegurar su eficacia.

- Ventilar regularmente los ambientes cerrados (al menos una vez al día), sobre todo en período invernal o de bajas temperaturas para permitir el recambio de aire.
- No se recomienda rociar o frotar la ropa, el calzado, bolsos, carteras u otras pertenencias con alcohol, lavandina u otras soluciones desinfectantes.
- No se recomienda el uso de “cabinas desinfectantes” u otro tipo de dispositivos que impliquen el rociado de soluciones desinfectantes sobre las personas, este tipo de intervenciones no sólo no tienen utilidad demostrada en la prevención de la transmisión de virus respiratorios, sino que su uso puede asociarse a potenciales efectos nocivos.
<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/limpieza-domiciliaria>
- Los lineamientos de la OMS que recomiendan que las instalaciones se limpien todos los días después de su uso.
- Delimitar zonas de entrada y salida para garantizar un tránsito de personas fluido y poder así mantener el distanciamiento mínimo sugerido.
- Zonas de higiene de manos estratégicamente ubicadas y señalizadas en el ingreso y egreso de cada instalación.
- Obligatoriamente, luego de su utilización el equipamiento utilizado debe ser aseado correctamente para garantizar nuevamente su utilización en las condiciones sanitarias que se requieren. Cuando sea posible el equipamiento muy usado y las superficies de alto contacto deben ser limpiados con mayor frecuencia.
- Suspender el uso de vestuarios y duchas hasta nuevo aviso del Club. La atenuación de estas restricciones será determinada por la política de medidas de distanciamiento de las autoridades sanitarias locales.
- Las puertas deben estar abiertas y trabadas para que no sea necesario usar las manijas (es otra forma de delimitar espacios y evitar que se toquen picaportes (PUERTA CERRADA = ESPACIO VEDADO), asegurando la correcta ventilación de los ambientes.
- En los espacios a utilizar, delimitar claramente andariveles y sectores para que se desplace una persona minimizando el riesgo de contactos accidentales con otras permitiendo mantener el distanciamiento entre ellas.
- Planillas de control de personas en el ingreso a los Clubes que permitan controlar personas y horarios habilitadas a permanecer dentro de las instalaciones y supervisar que tales horarios se cumplen
- Implementar un sistema adecuado para que los asistentes (incluidos los jugadores) que posteriormente presenten síntomas de COVID-19 notifiquen al Gerente COVID-19 del Club local y/o a los Jefes Operativos COVID-19 pertinentes y luego se tomen las medidas apropiadas con respecto al contacto seguimiento y test COVID-19 cuando estén disponibles tratando de identificar a las personas que tuvieron contacto directo con ellas para proceder de acuerdo con los protocolos vigentes.

Recomendaciones para las personas

Esto incluye a todos los que entran al club, jugadores, staff, personal general del club.

Todos deben completar una educación (<https://playerwelfare.worldrugby.org/covid-19-courses>) sobre la pandemia y presentar el certificado en formato PDF.

Accederán y saldrán del Club por el lugar que se le haya indicado, registrando su ingreso y egreso en una planilla.

Todos los asistentes deben dar, como condición previa para obtener el permiso de ingreso a la sede, confirmación por escrito al Gerente COVID-19 o al Jefe Operativo designado que:

- hasta lo mejor que saben están actualmente libres de COVID-19;
- no han tenido ningún síntoma relacionado con el COVID-19 en los 14 días inmediatamente anteriores;
- no han estado en contacto con una persona infectada o potencialmente infectada en los 14 días inmediatamente anteriores;
- cuando esté disponible, proporcionarán evidencia escrita de cualquier test de COVID-19 relevante o inmunización de la persona (ya sea test de hisopo, test de antígeno, test de anticuerpos, inmunización u otro).

Examen diario: hasta nuevo aviso será necesario completar un cuestionario de síntomas de COVID-19 antes de salir de casa, incluyendo la declaración de si tuvo fiebre o fiebre alta durante la noche o si empezó a tener tos, falta de aliento, dolor de garganta o si no se siente bien. En caso de la presencia de algunos de estos síntomas comunicarse con el médico o el responsable de COVID-19 que le darán las pautas a seguir.

Distanciamiento social

- Debe mantenerse una distancia mínima entre personas de 2 metros como ideal y de 1,5 metros como aceptable.

- Evitar el contacto físico al saludar con besos, abrazos u apretones de manos.

- Evitar reuniones en espacios cerrados.

- No compartir mate, vajilla ni otros utensilios.

- El uso de “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” no reemplaza las medidas de distanciamiento social ni la necesidad de mantener la distancia interpersonal de seguridad, pero puede considerarse como una medida adicional cuando transitoriamente no sea posible mantener la distancia de seguridad mínima. El “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” hace referencia a dispositivos de tela reutilizables que deben cubrir por completo la nariz, boca y mentón y que se emplean como medida adicional para reducir la posibilidad de transmisión de COVID-19.

- Para más información sobre modo de uso, forma de colocación, confección, etc. del “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” dirigirse al siguiente sitio:

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/barbijo>

Para mantener el distanciamiento social se debe limitar la densidad de ocupación de espacios a 1 persona cada 2,25 metros cuadrados de espacio circulable, para ello se puede utilizar la modalidad de reserva del espacio o de turnos prefijados. En caso de que no pueda mantenerse distancia mínima de seguridad (2 metros ideal, mínimo 1,5 metros), considerar la instalación de medidas físicas (mamparas, paneles de vidrio) de fácil y frecuente limpieza.

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/atencion-publico>

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/preguntasfrecuentes#distanciamiento>

Higiene de manos

Todas las personas que desarrollen tareas en establecimientos habilitados deberán realizar lavado de manos con frecuencia y obligatoriamente:

- Al llegar al lugar.
- Antes y después de manipular basura o desperdicios.
- Antes y después de comer, manipular alimentos y/o amamantar.
- Luego de haber tocado superficies públicas: mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.
- Después de manipular dinero, llaves, animales, etc.
- Después de ir al baño o de cambiar pañales.
- Después de toser, estornudar o limpiarse la nariz.

Se recomienda evitar, en la medida de lo posible, llevar las manos a la cara.

Cada local o establecimiento habilitado deberá contar con lugares adecuados para realizar un adecuado y frecuente lavado de manos con agua y jabón (dispensador de jabón líquido/espuma, toallas descartables o secadores de manos) y además deberán ponerse a disposición soluciones a base de alcohol al 70% (por ejemplo, alcohol en gel).

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/atencion-publico>

Es responsabilidad de la institución proveer los elementos adecuados en cantidad suficiente y en forma accesible para la higiene personal (lavado de manos con jabón, solución hidroalcohólica y toallas de papel). Recordar que debe emplearse soluciones a base de alcohol únicamente cuando las manos se encuentran limpias, en caso contrario debe realizarse el lavado con agua y jabón. Se aconseja el lavado frecuente de manos con una duración de 40-60 segundos.

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/gpsc_lavarse-manos_poster_es.jpg

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/gpsc_desinfectmanos_poster_es.jpg

Dada la mayor persistencia del virus sobre el látex o nitrilo, no se recomienda el uso de guantes salvo para tareas específicas (tareas de limpieza, contacto directo con secreciones).

Higiene respiratoria

Utilizar barbijo casero que cubra nariz, boca y mentón en áreas comunes. Su uso no reemplaza ninguna de las medidas de distanciamiento físico ni de higiene.

Promover el lavado del barbijo casero con agua y jabón al menos una vez al día, y cambiarlo inmediatamente si se encuentra sucio o mojado

(<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/barbijo>)

Al toser o estornudar, usar un pañuelo descartable o cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo en caso de no tener colocado el barbijo casero.

En ambos casos, higienizarse las manos de inmediato.

Disponer en área de espera y/o alto tránsito de cestos de basura de boca ancha y sin tapa para desechar los pañuelos descartables utilizados.

Cambiarse y ducharse en casa: las duchas y vestuarios están vedados. Solo se podrán usar los baños habilitados.

Suspensión temporal de viajes compartidos en automóvil: se debe evitar la organización de viajes compartidos hacia y desde entrenamientos a menos que viaje con un compañero de vivienda. El viaje hacia y desde el club debe ser directo, sin interactuar con otras personas ajenas a su grupo.

Siempre que no esté prohibido, si fuere indispensable, el uso del transporte público se recomienda:

- Uso de barbijo casero, cubrebocas o tapabocas en todo momento.
- Recordar la importancia de una buena higiene de las manos antes, durante y después de los desplazamientos a realizar.
- Desplazarse provisto de un kit de higiene personal (jabón de tocador, alcohol en gel, pañuelos descartables, toallas para secarse las manos).
- Respetar las distancias recomendadas de (como mínimo 1,5 metros e idealmente 2 metros).
- Dejar un asiento libre entre pasajeros.
- Evitar aglomeramientos en los puntos de acceso al transporte que se vaya a utilizar.

Al regresar a casa, retirar el barbijo desde el elástico evitando tocar el frente, y ponerlo a lavar (o tirarlo si es descartable). Realizar lavado de manos inmediatamente al ingresar y siempre antes del contacto con superficies.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/salir-de-casa>

Mientras se mantenga el distanciamiento social las reuniones del equipo deben realizarse al aire libre o en espacios que permitan 1 persona cada 4m².

Los grupos de entrenamiento serán de tamaño reducido: los equipos deberán entrenar en grupos pequeños (tratando de mantenerlos iguales siempre) en línea con las medidas gubernamentales vigentes en el momento, las sesiones deben ser escalonadas sin superposición entre los grupos. De esta forma se reducen los riesgos de contagio y, además, de aparecer un caso positivo en un integrante del grupo, se podrán tomar las medidas de seguimiento del resto.

La mayor parte del tiempo estar al aire libre, ya que las actividades al aire libre son más seguras.

Cuando se está físicamente activo el riesgo de transmisión interpersonal puede aumentar y se recomienda observar una distancia de por lo menos 2 (dos) entre las personas para reducir significativamente la probabilidad de transmisión del virus. Debido al movimiento inherente a los deportes la separación debe mantenerse a una distancia generosa.

Siempre que sea posible, a cada grupo se le debe asignar un preparador físico específico que solo supervisará a ese grupo sin entrar en contacto físico con el resto del plantel. Esto limitaría el contacto cercano del personal con los jugadores reduciendo el impacto potencial de un caso positivo en la disponibilidad de personal.

Los planteles deben dividirse en grupos permitidos por las máximas autoridades de salud locales y nacionales (por ejemplo, <10). Los entrenamientos deben planificarse en etapas para evitar la superposición de grupos. Conviene como se dijo anteriormente que los grupos sean fijos.

Hacer un organigrama donde se especifiquen los grupos, día, horario y sector que utilizará cada uno, tratando de dejar tiempo entre grupos que usan el mismo espacio en diferentes horarios para poder sanitizarlo, debiendo quedar claramente identificado el personal que se hará cargo de la sanitización después de cada uso.

Al volver a su domicilio, quitarse toda la indumentaria utilizada y lavarla. El calzado debe ser cambiado antes de ingresar a la casa y sanitizarlo.

Acciones junto a los/as deportistas/as

a. Identificación de personal en riesgo: dentro de la nómina de personal que desarrolle las actividades, están exentas del deber de asistencia, de acuerdo a lo establecido por el Poder Ejecutivo Nacional, a través de la Resolución N°207/2020 del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social, en su artículo 1°, aquellas personas cuya presencia en el hogar resulte indispensable para el cuidado de niños, niñas o adolescentes y las siguientes personas incluidas en los grupos en riesgo:

- Mayores de sesenta (60) años de edad, excepto que sean considerados “personal esencial para el adecuado funcionamiento del establecimiento”.
- Personas gestantes.
- Personas con enfermedad respiratoria crónica: enfermedad pulmonar obstructiva crónica [EPOC], enfisema congénito, displasia broncopulmonar, bronquiectasias, fibrosis quística y asma moderado o severo.
- Personas con enfermedades cardíacas: enfermedad coronaria, valvulopatías y cardiopatías congénitas.
- Personas con inmunodeficiencias y estados de inmunodepresión.
- Personas con diabetes
- Personas con insuficiencia renal crónica en diálisis o con expectativas de ingresar a diálisis en los siguientes seis meses.
- Personas con enfermedad hepática avanzada.

RECORDAR: se debe asegurar el respeto de la privacidad y confidencialidad de la información médica de los trabajadores y las trabajadoras, con especial atención a la información relacionada a patologías que configuren factores de riesgo para formas graves de COVID-19.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/mayores>

b. Organización

Reforzar la importancia de que ante la presencia de síntomas (fiebre, tos, dolor de garganta, dificultad para respirar, alteraciones en el olfato o gusto) los/las no acudan, notifiquen a sus superiores y al servicio de medicina laboral, y se solicite atención por parte del sistema de salud en forma inmediata. Utilizar como referencia para ello la definición de caso vigente del Ministerio de Salud de la Nación que se actualiza de manera permanente.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>

Adecuar el uso del establecimiento en base a turnos rotativos la distancia entre personas de 2 metros o de 1,5 metros como mínimo aceptable.

Garantizar la mínima convivencia simultánea de personas en un mismo espacio físico cerrado.

Escalonar el horario de ingreso/egreso para evitar aglomeraciones en los puntos de acceso a los establecimientos y reducir la ocupación del transporte público en horas pico.

MEDIDAS PARA LA DETECCIÓN Y MANEJO DE CASOS SOSPECHOSOS Y CONTACTOS ESTRECHOS

Desarrollar actividades de identificación de potenciales casos mediante la medición de temperatura corporal, fomentando el autorreporte y la realización de cuestionarios sencillos para la detección de posibles síntomas previo al ingreso.

Si se instaura la medición de temperatura al ingreso a la institución, esta debe realizarse empleando termómetros infrarrojos que no impliquen contacto físico directo. La persona encargada de la medición de temperatura debe contar con equipo de protección personal apropiado. La especificación del equipo a emplear deberá ser detallado en las recomendaciones específicas de cada actividad.

No permitir el ingreso a los establecimientos de personas con temperatura igual o mayor a 37,5°C o que presenten los síntomas propios del COVID-19.

Evitar la estigmatización y la discriminación de personas sintomáticas o afectadas por COVID-19 y sus contactos estrechos.

Establecer medidas a adoptar en el establecimiento para aislar a una persona que manifieste síntomas de COVID-19 para lo cual se sugiere disponer de en una sala o zona en donde la persona con síntomas no tenga contacto con otras personas y espere hasta ser evaluada adecuadamente. Se debe proceder de acuerdo a lo establecido o según lo indicado por las autoridades locales de salud de la jurisdicción.

Ante la identificación de personas con síntomas respiratorios o fiebre, contactar inmediatamente al Sistema de Emergencias de salud local para su evaluación y eventual traslado a una institución de salud. Debe notificarse toda sospecha de COVID-19 a la autoridad sanitaria local.

Se considera contacto estrecho a:

Toda persona que haya proporcionado cuidados a un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas y que no hayan utilizado las medidas de protección personal adecuadas.

Cualquier persona que haya permanecido a una distancia menor a 2 metros y durante al menos 15 minutos con un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas. (ej. convivientes, visitas, compañeros de trabajo)

La utilización de elementos de protección personal para cada actividad se detallan en

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID19/recomendaciones-uso-epp>

Los contactos estrechos cumplirán indefectiblemente 14 días de aislamiento domiciliario y realizarán monitoreo estricto de los síntomas. Los 14 días se considerarán a partir del último día de contacto con el caso confirmado.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/Identificacion-yseguimiento-de-contactos>

RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS

No se recomienda realizar testeo a todo el personal, jugadores, cuerpo técnico, u otros

Tipo de Formulario / Declaración - se detalla a continuación.

Formulario tipo de Control de Síntomas de COVID-19

Este formulario debe utilizarse para asegurar que usted no tiene síntomas de COVID-19 y posee un riesgo limitado para los demás

*Obligatorio

Fecha *

DD MM AAAA

Nombre *

Email de contacto *

Celular de contacto * *

¿Ha sido actualmente diagnosticado o cree que puede tener COVID-19? *

☐ Si

☐ No

¿Ha tenido alguno de estos síntomas de COVID-19 en los últimos 14 días?

Temperatura alta (fiebre) *

☐ Si

☐ No

Tos nueva y continua *

☐ Si

☐ No

Nueva falta de aliento inexplicable *

☐ Si

☐ No

¿Ha estado en contacto con algún caso confirmado o sospechoso de COVID-19 en los últimos 14 días?

☐ Si

☐ No

☐ Puede ser

Si ha contestado Sí a alguna de estas preguntas usted debe permanecer en su hogar e informar a su encargado y al médico. Debe cumplir los lineamientos actuales de Salud Pública de su territorio.

Protocolo Skateboarding seguro: práctica durante la pandemia por COVID 19

El propósito de las siguientes recomendaciones es proporcionar una guía básica de aplicación antes, durante y después de la práctica de este deporte en el contexto de la pandemia por COVID 19. A su vez, se deberá tener en cuenta que el reinicio de actividades estará regido por el marco de cada jurisdicción de competencia, teniendo especial recaudo en aquellas que exista circulación comunitaria (en las cuales se desaconseja reanudar la actividad deportiva).

Este momento exige una gran prudencia debido al desconocimiento de los efectos de la pandemia y a que la actividad física realizada en condiciones de alta intensidad y de gran volumen, tiene un impacto inmunológico negativo. Es por ello que se limitará el entrenamiento a un tiempo < a 60 min y < al 80% de la capacidad máxima. Además, es imprescindible extremar las medidas de protección y de seguridad. La reincorporación a la práctica deportiva depende de varios factores: la situación clínica de los deportistas y resto de personal de asistencia al entrenamiento, el tipo de deporte, grado de contacto físico, lugar y medio de realización, condiciones de entrenamiento y posibilidad de poder cumplir con todas las recomendaciones de prevención.

Por esta razón, se deberá procurar un doble objetivo: la protección de la salud del deportista y del conjunto de la sociedad. También se intentará evitar y/o prevenir la aparición de lesiones luego de un largo período de desentrenamiento.

Se hará hincapié en el cumplimiento de las recomendaciones emitidas por el Ministerio de Salud de la Nación para garantizar un “regreso seguro” al skateboarding.

Distanciamiento social VS distancia deportiva

En la actualidad solo está permitido el entrenamiento estrictamente intradomiciliario, por lo que únicamente puede realizarse la preparación física general en condiciones de aislamiento social. El skateboarding es un deporte individual de bajo riesgo de contagio. Sin embargo, se deberán considerar y modificar todos los comportamientos y conductas innecesarias relativas a este deporte teniendo en cuenta las recomendaciones que se exponen en detalle más adelante

Hasta la fecha se sabe que los métodos para prevenir la transmisión del COVID 19 son:

1. El distanciamiento social de 2 metro ideal (1,5mts como mínimo aceptable); sumado a
2. Las pautas de higiene frecuente de manos y
3. El uso de tapaboca

Cabe destacar que la utilización de este último no reemplaza las medidas de distanciamiento social ni la necesidad de mantener la distancia interpersonal de seguridad, pero puede considerarse una medida adicional cuando transitoriamente no sea posible mantener la distancia de seguridad mínima. Se deberá utilizar durante la actividad física como medida preventiva.

Actualmente se están llevando a cabo investigaciones para determinar la distancia óptima que debe mantenerse entre personas durante la realización de actividad física.

En el estudio Belgian-Dutch Study: “Why in times of COVID-19 you should not walk/run/bike close behind each other”, se evalúa (de forma muy preliminar) que cuando el ser humano se desplaza en el espacio, la cinética de las microgotas de saliva se modifica en comparación con la que presentan cuando se está de pie. Por esta razón “se debe aumentar la distancia física al caminar, correr o andar en bicicleta. Cuando alguien durante una carrera respira, estornuda o tose, esas partículas quedan en el aire. La persona que corre detrás (en el llamado flujo deslizante) atraviesa esta nube de gotas de saliva”.

Se llega a esta conclusión simulando la aparición de partículas de saliva de personas durante el movimiento, por lo que se recomienda mantenerse fuera de dicha corriente, dado que (según esta investigación) las personas que estornudan o tosen esparcen gotas con una mayor fuerza y distancia.

Se aconseja que la distancia de las personas que se mueven en la misma dirección y en el mismo carril debe ser de al menos 4–5 metros para caminar y de 10 metros para correr. Para andar en bicicleta se necesitan al menos 20 metros de distancia entre personas. En los cruces y adelantamientos hay que aumentar a 3 metros la distancia de seguridad en sentido horizontal.

Se debe aguardar la investigación de estudios sólidos, con un mayor número de casos, para definir la relación del virus COVID-19 y el ser humano en movimiento.

EL SIGUIENTE ENLACE CONTIENE UNA ANIMACIÓN EXPLICATIVA SOBRE LAS DISTANCIAS DE SEGURIDAD MENCIONADAS
<https://www.youtube.com/watch?v=TbQ3lq0mod4>

Se presentarán pautas y consejos para:

1. Skateparks - Orientación para la reapertura de skateparks incluyendo el cuidado de instalaciones, personal, equipos, limpieza e higiene de los mismos, etc
2. Skateboarders – Orientación para la práctica segura del skateboarding, incluyendo el distanciamiento social, uso de tapabocas, adecuada higiene de manos, equipos, etc.

Consideraciones para “COVID-19 FREE SKATEPARKS” **SEDES A CIELO ABIERTO**

- Asegurar que las reglas del “COVID-19 FREE SKATEPARKS” estén visibles, sean sumamente claras y se comuniquen a todos los skaters (cartelería en el lugar y si es posible contactar previamente a los participantes vía e-mail con flyers, propaganda, etc)
- Realizar difusión masiva de información del COVID-19 a todos los deportistas e incentivar la consulta temprana ante la presencia de síntomas compatibles con sospecha de infección por COVID-19
- Mantener un registro con los detalles de contacto de todos los skaters que asistan para poder identificar y rastrear cualquier portador potencial de COVID-19
- Elaborar un sistema de ordenamiento para el ingreso con señalización clara (marcas en el piso) manteniendo el distanciamiento social de 2 metros
- Proporcionar reserva previa de todas las sesiones de entrenamiento ¡No se permitirá el ingreso sin la misma! (Organizar el ingreso en grupos que se repetirán cada 14 días)
- Limitar el acceso de participantes según:
 - **Las dimensiones del lugar:** la densidad de ocupación no puede exceder en ningún momento 1 persona cada 2,25 metros cuadrados
 - **Horarios programados con reserva previa**
 - **“Pool epidemiológico”:** permitir el ingreso del mismo grupo de personas cada 14 días
 - **Registro de temperatura corporal** con termómetro digital (tipo pistola) por parte del Staff del skatepark. No ingresará ninguna persona que presente 37.5° C o más
 - **Sea residente de un área local.** Desalentar viajes de larga distancia para el uso de las instalaciones
 - **Disponga o no de EPP** (elementos de protección personal): SOLO se permitirá el ingreso con tapa boca o barbijo
 - **Presente o no síntomas:** remitirse a la definición de caso sospecho emitida por el Ministerio de Salud de la Nación, ya que la misma es dinámica y se encuentra en constante evolución (<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>). Se realizará un Triage por parte del Staff del skatepark a modo de declaración jurada. No ingresará quien cumpla con los criterios de caso sospechoso
 - **Presente o no algún Test + para COVID 19:** no se permitirá el ingreso de personas que presenten test + sin haber recibido el alta médica correspondiente
 - **Pertenezca o no a los grupos de riesgo:** las personas con mayor riesgo a presentar formas graves de COVID-19 (personas con Diabetes, Enfermedad Cardiovascular, Enfermedad Renal Crónica, Enfermedad Pulmonar obstructiva crónica, Enfermedades estructurales del pulmón, Inmunocompromiso, Cirrosis o personas de 60 años o mayores), deberán continuar con las medidas de aislamiento preventivo y extremar los cuidados pertinentes

- ❖ Es de vital importancia la responsabilidad social y personal de reportar los síntomas compatibles a la definición de caso sospechoso, y en igual medida cumplimentar con las medidas de aislamiento en caso de ser contacto estrecho de un caso
- ❖ Se considera contacto estrecho a toda persona que permaneció por lo menos 15 minutos a una distancia de menos de 2 metros de un caso sospechoso o confirmado de COVID-19
- ❖ Se recomienda que todo contacto con caso sospechoso o confirmado de COVID-19 se mantenga en aislamiento con pautas de alarma estrictas por 14 días desde el último contacto o hasta que se descarte la enfermedad en el caso fuente debe disponerse de un espacio de aislamiento dentro del ámbito del club o lugar de entrenamiento para permitir que ante un deportista que inicie con síntomas durante la jornada pueda aislarse en dicho lugar (con un barbijo quirúrgico colocado, para eso la institución debe contar con los mismos para esta circunstancia) hasta ser evaluado por el equipo de salud y determinar su condición como posible “caso sospechoso”
- ❖ En caso de identificarse indicios de nuevos brotes, la actividad debería ser suspendida en forma inmediata
- ❖ Todos los participantes (técnicos, colaboradores y deportistas) deberán presentar una declaración jurada certificando que no poseen patologías crónicas y/o respiratorias que conlleven riesgo asociado
- ❖ Las Instituciones deberán responsabilizarse por la coordinación y ejecución de las acciones establecidas en el presente Protocolo e informar sobre la implementación. Para ello deberán establecer un comité de crisis con un responsable que monitoree la situación y cumplimiento del protocolo

- Asegurar la existencia de varios puntos de entrada y salida (en caso de emergencia)
- Operar un sistema de entrada y salida con flujo unidireccional (1 única entrada y una única salida)
- Exhibir señalización sobre la correcta técnica de lavado de manos e higiene en puntos estratégicos del skatepark
- Llevar a cabo una limpieza y desinfección extensa diaria de todo el skatepark. No olvidar el aseo entre sesiones (diagramarlas con horarios establecidos y tiempos adecuados). El procedimiento de limpieza y desinfección de las superficies y de los espacios comunes se hará de acuerdo con la política habitual de limpieza y desinfección del centro. Excepto en tareas específicas (limpieza, contacto directo con secreciones) se desaconseja el uso de guantes dada la mayor persistencia de partículas virales viables sobre el látex/nitrilo. No se recomienda el uso de guantes para manipulación de documentación sino el lavado frecuente de manos. Los coronavirus se inactivan en contacto con dilución de lavandina para concentración de cloro equivalente a 500 a 1000 ppm o alcohol al 70%. Cabe aclarar que la lavandina diluida debe utilizarse dentro de las 24hs dado que pierde su efectividad

- Proporcionar estaciones desinfectantes / sanitizantes bien señalizadas en la entrada, salida y dentro del skatepark
- Asegurar que todo el personal de STAFF esté provisto de EPP
- Prohibir la venta alimentos y bebidas dentro del skatepark
- ¡Cerrar todas las áreas que alienten a la aglomeración de skaters, incluidos los vestuarios (o intentar minimizar la permanencia en los mismos)!
- Prohibir el alquiler de equipos dentro del skatepark
- Crear una estrategia de servicios de emergencia. Como disponer del mismo de manera eficaz para resolver cualquier evento dentro y fuera del skatepark

Sesiones de entrenamiento

- Limitar el número de participantes permitidos en una sesión de entrenamiento. Debe ser acorde a las dimensiones del skatepark y permitir que todos los participantes permanezcan a 2 metros de distancia entre ellos
- No realizar reuniones sociales, concursos y/o eventos
- Diagramar detalladamente los tiempos de sesión e inter-sesión (tiempo de limpieza) para garantizar la menor aglomeración posible
- Limpiar las superficies y el equipo entre cada sesión de entrenamiento
- Organizar únicamente sesiones formales de coaching
- Acortar el tiempo de las sesiones de coaching y reducir su número para garantizar el correcto distanciamiento social

Participantes (Skaters)

- NO concurra al skatepark si tiene síntomas compatibles con COVID 19
- NO concurra al skatepark si pertenece a algún grupo de riesgo
- NO aglomerarse en la parte superior de las rampas
- Evitar el contacto social si decide tomarse un descanso en su sesión de entrenamiento
- Mantenerse al menos a 2 metros de distancia de otros usuarios del skatepark
- Utilizar el skatepark solo si está practicando skateboard. Irse inmediatamente después de terminar su entrenamiento
- Si hay mucha gente, regresar en otro momento
- Limpiar su equipo antes y después de entrenar. ¡No toque nada más!
- Evitar el contacto físico: no dar abrazos, chocar los cinco, evitar golpes de puño, etc
- NO tocar superficies con las manos de manera innecesaria (asientos, barandas, etc)
- No compartir ningún dispositivo móvil, comida o bebida con otros usuarios del skatepark
- Evitar los trucos donde sus manos entren en contacto con un obstáculo o superficie
- Mantener la higiene de manos regularmente con alcohol 70%, alcohol en gel o lavarse con agua y jabón. Realizar esta práctica al finalizar la sesión, antes de abandonar el skatepark
- Si precisa estornudar o toser, hágalo sobre el pliegue del codo
- Evitar llevar las manos a la cara luego de manipular el skate, superficies o durante la práctica deportiva

Las medidas tales como el lavado de manos intenso (40 a 60 segundos) y frecuente (al menos cada 30 minutos), el distanciamiento social/físico, el no tocarse la cara con las manos, y el toser o estornudar en el pliegue del codo, son las únicas que han demostrado disminuir la tasa de contagio en la actualidad

- Asegurar que lleven equipo de protección para reducir el riesgo de lesiones

- Animarlos a ser responsables, tener cuidado y practicar el deporte dentro de sus límites.
¡NO intentar trucos difíciles o peligrosos!
- No permitir el ingreso de espectadores. Sólo personal de Staff
- Permitir que un padre/tutor acompañe a los menores de edad

Si bien se recomienda evitar, en lo posible, el uso de transporte público, para aquellos deportistas que deban hacer uso del mismo para dirigirse a sus lugares de entrenamiento, se aconseja:

- ❖ En lo posible, se debe evitar el uso del transporte público, sobre todo para viajes cortos
- ❖ Uso de tapabocas
- ❖ Recordar la importancia de una buena higiene de las manos antes, durante y después de los desplazamientos a realizar
- ❖ Desplazarse provisto de un kit de higiene personal (jabón, alcohol en gel, pañuelos descartables, toallas para secarse las manos)
- ❖ En lo posible, utilizar vehículo particular: se debe recordar mantenerlo ventilado para garantizar la higiene y desinfección del interior del mismo
- ❖ Respetar las distancias recomendadas de (como mínimo 1,5 metros)
- ❖ Evitar las aglomeraciones en los puntos de acceso al transporte que se vaya a utilizar
- ❖ Cubrir la nariz y boca al toser o estornudar con un pañuelo descartable y desecharlo inmediatamente en un lugar adecuado o realizarlo en el pliegue del codo

ANEXOS

ANEXO 1: CORRECTA HIGIENE DE MANOS

¿Cómo limpiarse las manos CON UN DESINFECTANTE ALCOHÓLICO?



Deposite en la palma de la mano una cantidad de producto suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.



Frótese las palmas de las manos entre sí.



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.



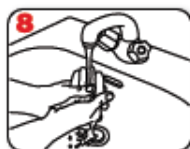
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, rodeándolo con la palma de la mano derecha, y viceversa.



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.



Enjuáguese las manos con agua.



Séqueselas con una toalla de un solo uso.



Utilice la toalla para cerrar el grifo.



20-30 segundos



Una vez secas, sus manos son seguras



40-60 segundos



Sus manos son seguras.

ANEXO 2: USO CORRECTO DEL TAPA BOCAS

OPS  Organización Panamericana de la Salud  Organización Mundial de la Salud  ACTUALIZACIÓN 26 abril 2020 **Conócelo. Prepárate. Actúa.**
www.paho.org/arg/coronavirus

Cómo ponerse, usar, quitarse y desechar un barbijo, teniendo en cuenta las disposiciones locales de uso obligatorio:

-  Antes de colocarse y después de quitarse un barbijo de cualquier tipo, lávese las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol.
-  Cúbrase la boca y la nariz con el barbijo y asegúrese de que no haya espacios entre su cara y el barbijo.
-  Evite tocar el barbijo mientras lo usa; si lo hace por error, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
-  Cámbiese de barbijo tan pronto como esté húmedo y no reutilice los barbijos de un solo uso.

OPS  Organización Panamericana de la Salud  Organización Mundial de la Salud  ACTUALIZACIÓN 26 abril 2020 **Conócelo. Prepárate. Actúa.**
www.paho.org/arg/coronavirus

Cómo ponerse, usar, quitarse y desechar un barbijo, teniendo en cuenta las disposiciones locales de uso obligatorio:

-  Mientras se usa el barbijo, trate en lo posible de minimizar las acciones que puedan facilitar la transmisión, como hablar con el barbijo puesto.
-  Para quitarse el barbijo: hágalo desde detrás, de donde está sujetado, sin tocar la parte delantera del barbijo. Deseche los barbijos de un solo uso inmediatamente en un recipiente cerrado; y lávese las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol. Si el barbijo es de tela (no descartable), siga las recomendaciones de las autoridades de salud sobre su lavado y reutilización segura.
-  Nunca apoye los barbijos en una superficie. Si sucediera, se debe limpiar y desinfectar la superficie con lavandina o alcohol.

BIBLIOGRAFIA

1. Preprint Towards aerodynamically equivalent COVID-19 1.5 m social distancing for walking and running B. Blocken 1,2, F. Malizia 2, T. van Druenen 1, T. Marchal 3
2. Nieß AM, Bloch W, Friedmann-Bette B, Grim C, Halle M, Hirschmüller A, Kopp C, Meyer T, Niebauer J, Reinsberger C, Röcker K, Scharhag J, Scherr J, Schneider C, Steinacker JM, Urhausen A, Wolfarth B, Mayer F. Position stand: return to sport in the current Coronavirus pandemic (SARS-CoV-2 / COVID-19). Dtsch Z Sportmed. 2020; 71: E1-E4
3. COVID-19. Novel Coronavirus 2019. Representación OPS/OMS Argentina. Actualización 13-05-2020 – 2 PM (GMT-3) www.paho.org/arg/coronavirus
4. SEMEDE y CGCOM. Guía de Reincorporación a la práctica deportiva en el deporte de Competición. Mayo 2020
5. Angel N. Desai, MD, MPH; David M. Aronoff, MD. Masks and Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). Jama patient page. 2020; E1
6. Journal Pre-proof. David Hughes Richard Saw Nirmala Kanthi Panagodage Perera Mathew Mooney Alice Wallett Jennifer Cooke Nick Coatsworth Carolyn Broderick. The Australian Institute of Sport Framework for Rebooting Sport in a COVID-19 Environment (<https://www.health.gov.au/>)
7. Brett G. Toresdahl, MD, and Irfan M. Asif, MD. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Considerations for the Competitive Athlete. Sports Health. 2020 May/Jun;12(3):221-224
8. Considerations for sports federations/sports event organizers when planning mass gatherings in the context of COVID-19. WHO. April 2020
9. Carrie A. Jaworski, MD Valerie Rygiel, DO. Acute Illness in the athlete. Clin Sports Med 38 (2019) 577–595
10. Nancy H. L. Leung, Daniel K. W. Chu, Eunice Y. C. Shiu, Kwok-Hung Chan, James J. McDevitt, Benien J. P. Hau^{1,4}, Hui-Ling Yen, Yuguo Li, Dennis K. M. I, J. S. Malik Peiris, Wing-Hong Seto, Gabriel M. Leung, Donald K. Milton, and Benjamin J. Cowling. Respiratory virus shedding in exhaled breath and efficacy of face masks. Nature Medicine Vol 26, may 2020, 676-680



Asociación de Surf Argentina

Mar del Plata, junio de 2020

Atención

Secretaría de Deportes de la Nación
Inés Arrondo

S / D

De nuestra mayor consideración

Nos dirigimos a Ud. para hacerle llegar a través del presente documento, el sentir de las asociaciones provinciales de surf: Asociación de Surf y Bodyboard de Pinamar. Asociación Geselina de Surf, Asociación Miramarense de Surf, Comisión de Surf de Mar del Plata, Asociación del Partido de la Costa, Asociación de Surf de Buenos Aires, Asociación de surf de Necochea y Quequen, vinculadas a la práctica del deporte de la tabla (Surf) quienes preocupados por la pandemia mundial y la emergencia sanitaria, hacen llegar esta propuesta como un aporte al desarrollo deportivo nacional en época de Covid 19.

Somos realistas y respetuosos de las normas que dicta el gobierno en relación a la cuarentena y al aislamiento social obligatorio pero también somos conscientes en que debemos aportar alternativas de solución y en especial en nuestro deporte que es individual al aire libre y en ésta época del año reducido solo para los atletas y amantes genuinos de la actividad para su posible práctica ordenada, responsable y eficiente razón por la cual presentamos ante su despacho nuestra siguiente petición, la cual ha sido analizada y actualizada en base a realidades existentes en Australia, Hawaii, California, Brasil entre otros países que han liberado las actividades individuales con protocolos preventivos, que están dando resultados óptimos para la práctica deportiva del surf así como para el mantenimiento psicofísico de los atletas de la Asociación de Surf Argentina que se encuentran cumpliendo la cuarentena en casa. A continuación presentamos la argumentación que justifica a este petitorio y el protocolo sanitario tentativo para la práctica del surf y SUP en Mar del Plata, la costa atlántica y en el interior ríos y lagos.

Agradecemos su atención y esperamos una pronta mejoría de la Pandemia en la Argentina y el mundo.

Cordialmente.

Gustavo Oscar Huici /Secretario

Alfredo Horacio Tortora / Presidente





Asociación de Surf Argentina

Justificación para realizar Surf durante el Aislamiento Social Obligatorio.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) se considera actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. La actividad física abarca actividades que entrañan movimiento corporal y se realizan como parte de los momentos de juego, del trabajo, de formas de transporte activas, de las tareas domésticas y de actividades recreativas.

Se ha observado que la inactividad física es el cuarto factor de riesgo en lo que respecta a la mortalidad mundial (6% de las muertes registradas en todo el mundo). Al menos un 60% de la población mundial no realiza la actividad física necesaria para obtener beneficios para la salud. Las reacciones físicas que provoca hacer ejercicio han demostrado ser eficaces en la mejora de la salud cardiovascular, la densidad ósea, la movilidad articular, la cognición, el estado de ánimo, la función metabólica, la masa muscular, el tono y la fuerza.

La generación natural de endorfinas que se produce en el cuerpo aumenta al realizar actividades físicas, contribuyendo a mejorar el estado de ánimo y reduciendo el estrés y la ansiedad (estados en aumento a causa de la Pandemia).

Además, existen estudios que indican que ejercitarse de forma regular contribuye a mejorar el sistema inmune, mejorando la capacidad corporal de combatir enfermedades comunes. Teniendo en cuenta todos los beneficios que genera estar activos es fundamental continuar con dicha actividad en tiempos de pandemia del COVID 19. Ya se ha demostrado que el virus tiene mayor mortalidad en aquellas personas con factores de riesgo crónicos como la hipertensión, diabetes, obesidad, sedentarismo. etc.

El surf y otras prácticas náuticas individuales se encuentran claramente dentro de estas actividades recomendadas para lograr beneficios tanto en la salud física como así también en el aspecto biopsicosocial de las personas dentro de la comunidad. Existen miles de personas en toda la Costa Atlántica que realizan dichos deportes cumpliendo con el aislamiento social obligatorio, metodología indiscutible para frenar la curva de contagio de Covid 19. Teniendo en cuenta los beneficios ya especificados, respetando las medidas de prevención frente al virus, realizando un protocolo y organización de la actividad, teniendo el compromiso tanto individual como colectiva de la sociedad surfista se plantea la posibilidad de “liberar” las actividades náuticas individuales.





Asociación de Surf Argentina

Protocolo de práctica de surf y deportes de Tabla.

Recomendaciones para evitar contacto con virus Covid 19 durante la práctica de surf:

- Práctica individual, no permitir el agrupamiento de personas en la playa. Respetar los 2 metros de distanciamiento social tanto dentro como fuera del agua. Cumplir horarios designados para la práctica según lo disponga la autoridad correspondiente
- Permitir solo un surfista por auto para que vaya a la playa de su vecindario, estacionar a 2 metros de otro auto.
- Habilitar los entrenamientos para surfistas de alto rendimiento en un grupo de 5 competidores y 1 entrenador.
- Habilitar las Escuelas de Surf reconocidas por la ASA para realizar actividad con un protocolo de prevención.
- Evitar el traslado en búsqueda de olas, surfear dentro de la costa más cercana al domicilio.
- Permanecer en el agua tiempo limitado para evitar aglomeramiento de surfistas y permitir que todos puedan disfrutar de la actividad basándose en la solidaridad comunitaria.
- No realizar actividad en caso de tener fiebre y/o tos y/o dolor de garganta y/o haber estado en contacto en los últimos 14 días con personas con Covid 19 confirmado o sospechoso y/o haber viajado en los últimos 14 días al exterior y/o a las de transmisión local en Argentina. *
- Lavado de manos con agua y jabón o alcohol en gel antes y posteriormente de haber realizado la actividad física.
- Uso de tapaboca durante la permanencia fuera del agua.

Anexo ampliatorio del Protocolo

Distanciamiento social

- Debe mantenerse una distancia mínima entre personas de 2 metros como ideal y de





Asociación de Surf Argentina

1,5 metros como aceptable.

- Evitar el contacto físico al saludar con besos, abrazos u apretones de manos.
- No compartir mate, vajilla ni otros utensilios.
- El uso de “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” fuera del agua no reemplaza las medidas de distanciamiento social ni la necesidad de mantener la distancia interpersonal de seguridad, pero puede considerarse como una medida adicional cuando transitoriamente no sea posible mantener la distancia de seguridad mínima. El “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas hace referencia a dispositivos de tela reutilizables que deben cubrir por completo la nariz, boca y mentón y que se emplean como medida adicional para reducir la posibilidad de transmisión de COVID-19.

Higiene de manos

Todas las personas deberán realizar lavado de manos con frecuencia y obligatoriamente:

- Al llegar al lugar.
- Antes y después de manipular basura o desperdicios.
- Antes y después de comer, manipular alimentos y/o amamantar.
- Luego de haber tocado superficies públicas: mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.
- Después de manipular dinero, llaves, animales, etc.
- Después de ir al baño o de cambiar pañales.
- Después de toser, estornudar o limpiarse la nariz.
- Se recomienda evitar, en la medida de lo posible, llevar las manos a la cara.
- Se aconseja el lavado frecuente de manos con una duración de 40-60 segundos.

Higiene respiratoria

- Utilizar barbijo casero que cubra nariz, boca y mentón fuera del agua. Su uso no reemplaza ninguna de las medidas de distanciamiento físico ni de higiene.
- Promover el lavado del barbijo casero con agua y jabón al menos una vez al día, y cambiarlo inmediatamente si se encuentra sucio o mojado (<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/barbijo>)
- Al toser o estornudar, usar un pañuelo descartable o cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo en caso de no tener colocado el barbijo casero. En ambos casos, higienizarse las manos de inmediato.
- Disponer de cestos de basura de boca ancha y sin tapa para desechar los pañuelos descartables utilizados.

Transporte desde y hacia el lugar de práctica

- Se aconseja el uso de medios de transporte individuales (automóvil, bicicleta,





Asociación de Surf Argentina

entre otros). Se debe recordar mantenerlo ventilado para garantizar la higiene y la desinfección del interior del mismo.

- Al regresar a casa, retirar el barbijo desde el elástico evitando tocar el frente, y ponerlo a lavar (o tirarlo si es descartable). Realizar lavado de manos inmediatamente al ingresar y siempre antes del contacto con superficies.

B. MEDIDAS PARA LA DETECCIÓN Y MANEJO DE CASOS SOSPECHOSOS Y CONTACTOS ESTRECHOS

- Desarrollar actividades de identificación de potenciales casos mediante la medición de temperatura corporal, fomentando el autorreporte y la realización de cuestionarios sencillos para la detección de posibles síntomas previo al ingreso.
- Evitar la estigmatización y la discriminación de personas sintomáticas o afectadas por COVID-19 y sus contactos estrechos.
- Ante la identificación de personas con síntomas respiratorios o fiebre, contactar inmediatamente al Sistema de Emergencias de salud local para su evaluación y eventual traslado a una institución de salud. Debe notificarse toda sospecha de COVID-19 a la autoridad sanitaria local.

Se considera contacto estrecho a:

- Toda persona que haya proporcionado cuidados a un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas y que no hayan utilizado las medidas de protección personal adecuadas.
- Cualquier persona que haya permanecido a una distancia menor a 2 metros y durante al menos 15 minutos con un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas. (ej. convivientes, visitas, compañeros de trabajo)

La utilización de elementos de protección personal para cada actividad se detallan en <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID19/recomendaciones-uso-epp>
Los contactos estrechos cumplirán indefectiblemente 14 días de aislamiento domiciliario y realizarán monitoreo estricto de los síntomas. Los 14 días se considerarán a partir del último día de contacto con el caso confirmado.

info@asasurf.org.ar/ www.asasurf.org.ar / ftortora@asasurf.org.ar





PROTOCOLO DE INICIO DE LA PRÁCTICA DE TENIS EN EL MARCO DE LA PANDEMIA DE COVID -19.

ACTUALIZACIÓN INFORME TÉCNICO FECHA 04/06/2020 -
DIRECCIÓN NACIONAL DE CONTROL ENFERMEDADES
TRANSMISIBLES -
MINISTERIO DE SALUD DE LA NACIÓN

1	OBJETIVOS
2	ADVERTENCIA
4	INTRODUCCIÓN
6	INSTRUMENTACIÓN DE LA ACTIVIDAD
7	BENEFICIOS DEL TENIS EN LA SALUD
8	DISTANCIA SOCIAL VS DISTANCIA DEPORTIVA
10	ESPACIO FÍSICO DE LA PRÁCTICA DE TENIS-INFRAESTRUCTURAS
11	HIGIENE
12	ELEMENTOS DE CANCHAS - DESINFECCIÓN
13	INGRESO Y SALIDA DE LAS CANCHAS
14	CLASE DE TENIS ESENCIAL
19	PERSONAL DOCENTE - USO DE CANCHAS - USO DE PELOTAS
20	MEDIDAS DE SEGURIDAD-OBLIGACIÓN DE CONFECCIONAR EL PROTOCOLO
25	ANEXO I
27	ANEXO II
32	ANEXO III

Objetivos

El objetivo del presente protocolo es proporcionar las guías básicas para la práctica de tenis en el entorno actual de afectación global por la pandemia COVID-19, definiendo las pautas de aplicación antes, durante y después de la práctica del deporte.

Se sugiere su implantación a todas aquellas personas que estén relacionadas con la práctica del tenis, tanto a nivel recreativo como a nivel profesional, ya sea en clubes sociales y deportivos, canchas privadas o particulares.

Todos los actores que practican o se vinculan al tenis (jugadores, profesores, preparadores físicos, personal de mantenimiento de canchas, personal administrativo de tenis, dirigentes) serán responsables de familiarizarse con el protocolo y salvaguardar su cumplimiento y aplicación.

Cada Club y/o Federación podrá desarrollar su propio Protocolo, adaptado a las recomendaciones Provinciales y/o Municipales. La Asociación Argentina de Tenis ha confeccionado la presente guía a los fines de distribuir el conocimiento de pautas que permitan un desarrollo responsable en el actual contexto, minimizando cualquier instancia de contacto y posibilidades de contagio, tanto para quienes practiquen nuestro deporte como para los profesionales que rodean a dicha práctica.

ADVERTENCIA

RECUERDE QUE USTED NO PUEDE PRACTICAR TENIS, COORDINAR LA PRACTICA DE TENIS, CONCURRIR AL CLUB O LUGAR DE PRACTICA DE TENIS SI:

- Ha dado positivo a un test de COVID-19 y no ha recibido aún el alta médica correspondiente;
 - Ha estado en contacto con alguna persona infectada con COVID-19 en los últimos 14 días;
 - Si presenta cualquiera de los síntomas incluidos dentro de la definición de caso <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>.
 - Es parte de los grupos de riesgos definidos y las actividades exceptuadas por el Ministerio de Salud.
-

ES SU OBLIGACIÓN RESPETAR TODAS LAS INDICACIONES DEL MINISTERIO DE SALUD, DEL ESTADO NACIONAL, PROVINCIAL y/o MUNICIPAL Y DEL MINISTERIO DE TURISMO Y DEPORTES EN RELACIÓN AL TRASLADO DESDE Y HACIA EL LUGAR DE PRÁCTICA DE TENIS ADEMÁS DE LAS CONDICIONES DE PRÁCTICA DE TENIS ESENCIAL BAJO COVID-19.

ES SU OBLIGACIÓN RESPETAR TODAS LAS INDICACIONES DE LAS AUTORIDADES DEL CLUB SOCIAL, CENTRO DEPORTIVO o COMPLEJO COMERCIAL DONDE UD. PRACTICARA TENIS.

LAS CONDICIONES DE JUEGO PODRÁN VERSE AFECTADAS, MODIFICADAS O RESTRINGIDAS SIN NOTIFICACIÓN PREVIA, POR LO QUE INSTAMOS A LOS USUARIOS A LEER Estrictamente LAS RECOMENDACIONES Y SEÑALIZACIONES PERTINENTES.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/prevencion>
<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>

Teléfonos de emergencias para coronavirus



MINISTERIO DE SALUD

0800 222 1002 Opción 1

GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE BS AS

148

BUENOS AIRES CIUDAD

107

Introducción:

Atendiendo a los alcances de la particular situación del COVID-19, y viendo que por el Decreto N° 260 del 12 de marzo de 2020 del Poder Ejecutivo Nacional se amplió, por el plazo de UN (1) año, la emergencia pública en materia sanitaria establecida por la Ley N° 27.541, en virtud de la pandemia declarada por la ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (OMS) en relación con el coronavirus (SARS-CoV-2) y la enfermedad que provoca (COVID-19).

Que asimismo a través del Decreto N° 297/20 se dispuso el aislamiento social, preventivo y obligatorio, desde el 20 hasta el 31 de marzo de 2020, con el fin de proteger la salud pública, exceptuándose del cumplimiento de dicha medida y de la prohibición de circular, a las personas afectadas a actividades y servicios declarados esenciales en la emergencia. Que mediante el Decreto de Necesidad y Urgencia N° 325/2020 del 31 de marzo de 2020 se resolvió prorrogar la vigencia del Decreto N° 297/20 hasta el 12 de abril de 2020 inclusive.

Introducción:

Que entendemos el resguardo de las normas y medidas que tutelen en forma adecuada la salud y la integridad de las trabajadoras y los trabajadores del Deporte, en la búsqueda del cumplimiento de la totalidad de las condiciones de higiene y seguridad en el trabajo.

Que las Instituciones Afiliadas a la AAT (Clubes y Federaciones) comprenden las normas técnicas y las medidas precautorias y de cualquier otra índole que tengan por objeto prevenir, reducir, eliminar o aislar los riesgos que conlleve el inicio de nuestra actividad, habiendo sido informadas desde la Presidencia de la AAT con respecto a la totalidad de normativas emitidas por el Gobierno Nacional.

Que en este sentido y en aras a proteger la salud de los usuarios de la práctica deportiva se remitirá el presente protocolo orientativo para el desarrollo y confección de protocolos en los Clubes y Federaciones Afiliadas, fijando las condiciones, recaudos y uso de elementos de protección específicos que correspondan implementar y/o emplear en cada caso.

Instrumentación de la actividad

Las actividades deportivas suponen un riesgo para el contagio, especialmente aquellas que tienen contacto directo entre deportistas.

C A R A C T E R Í S T I C A S P R I N C I P A L E S :

- El tenis respeta naturalmente la distancia recomendada por los Organismos de la Salud bajo la situación particular de la enfermedad COVID 19.
 - La práctica se realiza en su mayoría en un ámbito abierto.
 - No existe el roce ni el mínimo contacto entre quienes lo practican.
 - La práctica puede desarrollarse sin público presente ni aglomeración de personas, salvo las que se encuentran en cancha.
 - El saludo característico de “darse la mano” al finalizar la práctica bajo estas circunstancias, será removido o reemplazado por nuevas modalidades (por ejemplo, “chocar las raquetas”).
-

Beneficios del tenis en la salud

Se ha demostrado una asociación entre la practica regular del tenis y los beneficios positivos para la salud, desarrollando una mejor forma aeróbica, un aumento de la masa muscular, mejoría del perfil lipídico, una óptima salud ósea y un menor riesgo de enfermedades cardiovasculares.

La intensidad del ejercicio durante el juego de tenis cumple con las recomendaciones de ejercicio de ACSM (Colegio Americano de Medicina del Deporte), y jugarlo regularmente contribuirá a mejorar los niveles de condición y aptitud física.

Mantener a largo plazo esta práctica deportiva, aumenta la densidad mineral ósea de la columna lumbar, las piernas y del brazo hábil predominantemente.

A nivel global, se observan beneficios en la coordinación general de todo el cuerpo dando agilidad y mejorando el equilibrio.

En cuanto a los beneficios mentales, este deporte requiere de mucha disciplina, construye valores, fortalece la personalidad y forja el carácter.

Las habilidades sociales que se desarrollan en la cancha de tenis repercuten de manera positiva en la vida.^[1]

Dra. Alejandra Hintze.
Lic. Diego Rivas.

Distancia Social vs. Distancia Deportiva(**)

Dra. Alejandra Hintze - Lic. Diego Rivas

Aunque aún carecemos de una amplia cantidad de estudios de investigación sobre el comportamiento del nuevo coronavirus COVID-19, ya se sabe a ciencia cierta que el único método hasta la fecha para prevenirlo es el distanciamiento social de 1 a 2 metros y las pautas de higiene recomendadas, llevadas delante de manera frecuentes.

Se encuentran aún en marcha investigaciones a nivel mundial que permitan definir con precisión cuál debería ser la distancia óptima que debe mantenerse entre personas durante la actividad física.

En el estudio Belgian-Dutch Study: “Why in times of COVID-19 you should not walk/run/bike close behind each other”, se evalúa, de forma muy preliminar, que cuando el ser humano se desplaza en el espacio, la cinética de las gotículas de saliva se modifica en comparación con la que presentan cuando se está de pie, “por lo que se debe aumentar la distancia física al caminar, correr o andar en bicicleta. Cuando alguien durante una carrera respira, estornuda o tose, esas partículas se quedan en el aire. La persona que corre detrás en el llamado flujo deslizante atraviesa esta nube de gotas de saliva”.

Distancia Social vs. Distancia Deportiva(**)

Dra. Alejandra Hintze - Lic. Diego Rivas

Los investigadores llegaron a esta conclusión simulando la aparición de partículas de saliva de personas durante el movimiento y la recomendación sería mantenerse fuera de dicha corriente dado que, según esta investigación, las personas que estornudan o tosen esparcen gotas con una mayor fuerza y distancia.

Se aconseja que para caminar, la distancia de las personas que se mueven en la misma dirección y en la misma línea debe ser de al menos 4–5 metros, para correr y andar en bicicleta lenta debe ser de 10 metros. Para andar en bicicleta a mayor velocidad, se necesitan, al menos, 20 metros de distancia entre personas y en diferentes carriles.

Se debe aguardar la investigación de estudios sólidos, de gran número de casos, para definir la relación del virus SARS-CoV2 y el ser humano en movimiento, pero queda como premisa que se deben extremar las pautas de seguridad social para frenar la pandemia. (Actualización informe técnico 04/06/2020).

****Preprint Towards aerodynamically equivalent COVID-19 1.5 m social distancing for walking and running B. Blocken 1,2, F. Malizia 2, T. van Druenen 1, T. Marchal 3.**

Espacio físico de la práctica de tenis-infraestructuras

Recomendaciones Administrativas

- Utilizar medios electrónicos (transferencias) para el pago de servicios.
 - Apelar a las aplicaciones de reserva de cancha y/o clases on line a los fines de evitar el uso de casilla de tenis.
 - Evitar que los jugadores sean atendidos personalmente por consultas de información u otras cuestiones (Atención Remota).
 - Se colocará cartelería didáctica con el fin de evacuar la mayor cantidad de consultas posibles, así como el presente u otros protocolos con información necesaria sobre las medidas de seguridad y salud de los actores implicados en la vida de las instituciones deportivas.
 - Cartelería informativa con asignación previa de canchas tales como pizarras indicativas en el ingreso a las mismas con determinación horaria.
-

Higiene

Se recomienda una completa desinfección con productos y normas homologadas bajo criterio de cada Institución y sus sistemas de mantenimiento y limpieza.

Se sugiere poner en conocimiento de cada tenista la necesidad de contar con:

Kit de Higiene: alcohol al 70%, alcohol en gel, jabón, toalla que posibiliten la correcta higiene de manos, preferentemente descartable.

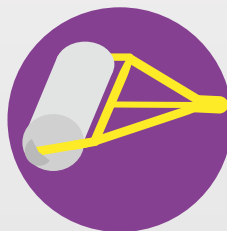
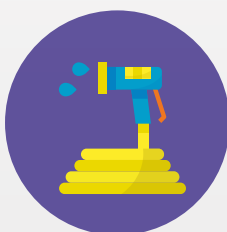
Kit de Protección: barbijo y/o mascarilla.

Elementos de Canchas - DESINFECCIÓN

Se recomienda que los mismos se desinfecten de conformidad con las normativas internas de mantenimiento y control de cada Club.

A modo indicativo señalamos los siguientes elementos:

Rastra-Escoba-Pizón-Rodillo-Manguera-Carretilla-Pala-Puertas Polveras, etc.



Asimismo las medidas de desinfección y limpieza deberán ajustarse a las disposiciones que las autoridades nacionales, provinciales y/o municipales dispongan en la apertura de los espacios deportivos.

ESPECÍFICAMENTE SE RECOMIENDA:

Ingreso y salida de las canchas

- La limpieza del calzado antes y después de la práctica así.
 - Evitar los sistemas de cierre de puertas de acceso a las canchas con picaportes o pasadores.
 - El lavado de manos es obligatorio antes e inmediatamente después de haber realizado la actividad.
 - La desinfección del material personal de juego y de cualquier otro material auxiliar (bancos, sillas, etc).
 - Uso individual y personal de alcohol en gel durante práctica.
-

Clase de tenis esencial

Rigen en la práctica las disposiciones y recomendaciones del Ministerio de Salud de la Nación con respecto a los grupos vulnerables.

Tiempo: El turno de asignación de cancha será de 60 minutos. El tiempo de juego será de 45 minutos, destinando un período de 15 minutos a higienizar la cancha y el material utilizado.

Horario: Cada Institución establecerá su política de apertura y cierre, así como la distribución horaria bajo criterio de evitar superposición de turnos y aglomeración de personas.

Equipamiento: Se recomienda el ingreso con la menor cantidad de elementos posibles e identificar la zona donde pueden dejar dichos elementos. Se desalienta el uso de muñequeras.

Pelotas: Se recomienda limitar el uso excesivo de pelotas así como el material didáctico. Se recomienda identificar las pelotas con una marca distintiva.

Clase de tenis esencial

Práctica entre dos jugadores/as:

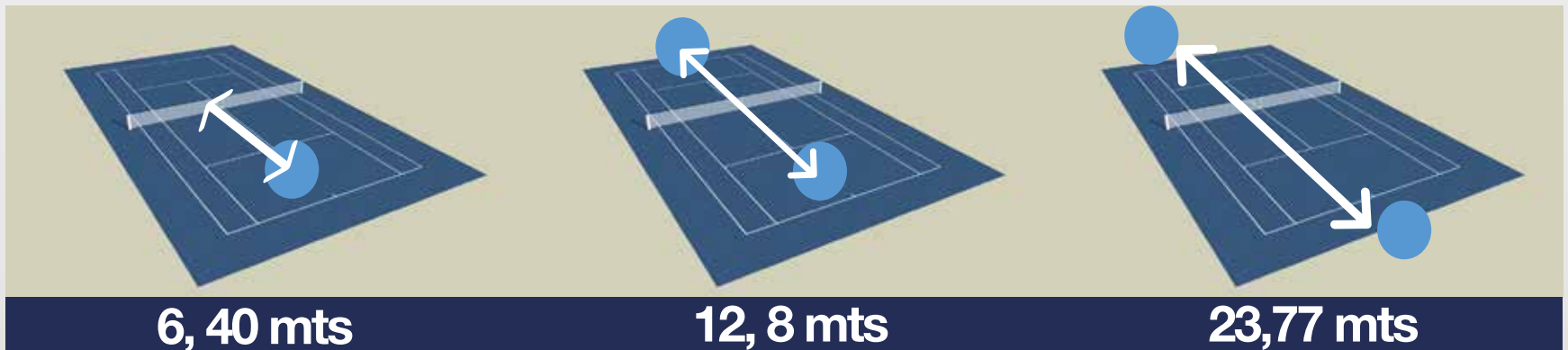
- Sólo estará permitida la modalidad en formato single.
 - Utilizar un máximo de seis pelotas preferentemente nuevas, o en su defecto, previamente desinfectadas.
 - Cada jugador tocará con sus manos únicamente las tres pelotas identificadas con una marca propia.
 - El ingreso a la cancha deberá realizarse de a un jugador por vez manteniendo el distanciamiento correspondiente, cada jugador deberá ubicarse en extremos opuestos de la cancha para dejar sus pertenencias.
 - Se recomienda realizar peloteos desde el fondo de cancha, evitando aproximarse a la red.
 - Evitar los cambios de lado.
-

Clase de tenis esencial

Modalidad de juego sin profesor: sólo estará permitida la modalidad de single con un máximo de seis pelotas preferentemente nuevas o en su defecto, previamente desinfectadas.

Modalidad de juego con profesor: sólo estarán permitidas las clases individuales (Profesor +1) y clases grupales de un máximo de dos alumnos (Profesor + 2).

En el caso de la clase grupal, el ingreso a la cancha deberá realizarse de a un alumno por vez manteniendo el distanciamiento correspondiente, cada alumno deberá ubicarse en extremos opuestos de la cancha para dejar sus pertenencias.



Clase de tenis esencial

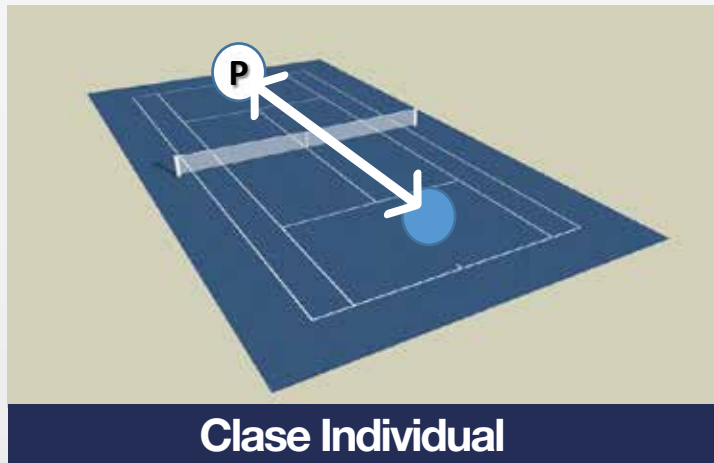
Modalidad de juego con profesor:

- Los alumnos deberán mantener en todo momento la distancia mínima entre ellos. El profesor utilizará la misma referencia de 6-8 metros de distancia aproximada con respecto a los alumnos.
- Se recomienda que todos los ejercicios, ya sea de calentamiento o centrales, se realicen de manera individual y respetando la distancia sugerida anteriormente.
- Deben evitarse los trabajos muy cercanos a la red. En el caso de peloteos entre dos jugadores, se recomienda que cada jugador esté en el fondo de cancha.

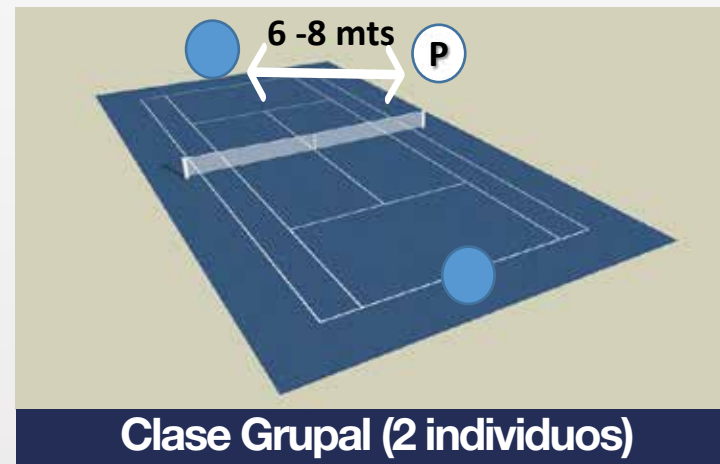


Clase de tenis esencial

Ejemplo de distancias recomendadas entre el alumno y el profesor.



Ejemplo distancia mínima en clases individuales o grupales.



- Se recomienda la utilización de pocas pelotas para el dictado de la clase, a fin de mantener el control de las mismas. Éstas deberán estar previamente identificadas con una marcación que las distinga.
El único responsable de recoger las pelotas será el profesor, sólo el/ella podrá tocarlas con la mano.
- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase durante el periodo de duración de la misma.

Personal Docente

El personal docente deberá ser capacitado en los cuidados y normas de prevención, asimismo aconsejamos la presencia de un profesional de la salud idóneo para evaluar las normas de cuidado e higiene.

Uso de Canchas

Cada Institución se comprometerá al cumplimiento del presente protocolo en el uso de las canchas y conforme los Reglamentos Internos vigentes.

Uso de Pelotas

Se recomienda el uso de pelotas nuevas, en la medida de lo posible.

Las pelotas se deben desinfectar luego de su uso con alcohol al 70% o lavarlas con agua y jabón si no se deteriora el material. (Actualización informe técnico 04/06/2020).

MEDIDAS DE SEGURIDAD-OBLIGACIÓN DE CONFECCIONAR EL PROTOCOLO

Protocolo:

Cada Club y/o Federación deberá confeccionar, implementar y dar estricto cumplimiento a un Protocolo de Tenis Esencial, el presente es una confección orientativa. El mismo deberá garantizar la seguridad y la salud de todos los actores involucrados en la vida social y deportiva del Club.

En este sentido facilitamos las medidas sanitarias dispuestas (no taxativo),

- Decreto de Necesidad y Urgencia N° 260/2020.
- Decreto N°297/2020 del Poder Ejecutivo Nacional.
- Decreto N° 325/2020 del Poder Ejecutivo Nacional.
- Decreto N° 132/2020 del Poder Ejecutivo de la Provincia de Buenos Aires.
- Resoluciones N° 568/2020 y N° 627/2020 del Ministerio de Salud de la Nación.
- Recomendaciones “SARS-Cov-2 Recomendaciones y medidas de prevención en ámbitos laborales” – Anexo II – aprobadas por la Resolución N° 29/2020 de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo.
- Además de acatar las normas existentes específicas para cada actividad, y a aquellas que se dicten en consecuencia de la emergencia sanitaria declarada en el ámbito de toda la Provincia de Buenos Aires y a nivel nacional.

Estas medidas son las que regulan el distanciamiento interpersonal; lavado de manos con agua y jabón de forma frecuente, provisión y utilización del alcohol en gel cuando se manipulen cosas a causa o en ocasión del trabajo; ventilación del lugar de trabajo; desinfección de los objetos y herramientas de trabajo de uso frecuente; exhibición obligatoria de afiches informativos sobre medidas de prevención específicas acerca del Coronavirus COVID-19, entre otras.

SEÑALIZACIÓN-INFORMACIÓN

La AAT adjuntará en el Anexo láminas de información general, sin embargo cada Club/Federación deberá proporcionar la señalética que entienda necesaria según sus infraestructuras y lugares habilitados. Los mismos deberán ser colocados en lugares visibles para todos los jugadores.

La AAT en forma conjunta pondrá a disposición infografías de carácter didáctico destinadas a acompañar la información de cuidado, prevención y seguridad.

Exhibición:

Tanto el Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo, como el Deportivo **de Práctica de Tenis Esencial es de exhibición obligatoria por parte de los Clubes Ligas y/o Asociaciones**, debiendo exponerse en lugares destacados que permitan la fácil visualización. Asimismo, se debe verificar la conservación y reposición de dicha señalización, en caso de deterioro o pérdida.

Comunicación - Actualización:

La AAT pondrá a disposición todas sus vías de comunicación para difundir las normas de prevención y cuidado, así como la actualización de la información que reciba desde el Ministerio de Turismo y Deporte de la Nación y la Secretaría de Deportes de la Nación.

COMITÉ DE CRISIS (Actualización Informe técnico 04/06/2020)

A. Comité de crisis: Se sugiere establecer un comité de crisis conformado por todas las partes involucradas, que establezcan y monitoricen el protocolo a seguir, así como también los responsables de garantizar el cumplimiento del mismo.

B. Identificación de personal en riesgo: entro de la nómina de personal que desarrolle las actividades, están exentas del deber de asistencia, de acuerdo a lo establecido por el Poder Ejecutivo Nacional, a través de la Resolución N°207/2020 del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social, en su artículo 1°, aquellas personas cuya presencia en el hogar resulte indispensable para el cuidado de niños, niñas o adolescentes y las siguientes personas incluidas en los grupos en riesgo:

- o Mayores de sesenta (60) años de edad, excepto que sean considerados “personal esencial para el adecuado funcionamiento del establecimiento”.
 - o Personas gestantes.
 - o Personas con enfermedad respiratoria crónica: enfermedad pulmonar obstructiva crónica [EPOC], enfisema congénito, displasia broncopulmonar, bronquiectasias, fibrosis quística y asma moderado o severo.
 - o Personas con enfermedades cardíacas: Insuficiencia cardíaca, enfermedad coronaria, valvulopatías y cardiopatías congénitas.
 - o Personas con inmunodeficiencias y estados de inmunodepresión.
 - o Personas con diabetes
 - o Personas con insuficiencia renal crónica en diálisis o con expectativas de ingresar a diálisis en los siguientes seis meses.
 - o Personas con enfermedad hepática avanzada. Recordar: se debe asegurar el respeto de la privacidad y confidencialidad de la información médica de los trabajadores y las trabajadoras, con especial atención a la información relacionada a patologías que configuren factores de riesgo para formas graves de COVID-19. <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/mayores>
-

La AAT se suma a las recomendaciones dispuestas por las Federaciones Internacionales afiliadas a la Federación Internacional de Tenis (ITF), poniendo a disposición todos los esfuerzos necesarios para recuperar y acompañar la actividad de todos los Clubes y Federaciones involucradas con la práctica del tenis en nuestro país.

Sobre la Asociación Argentina de Tenis

Creada el 2 de septiembre de 1921, la Asociación Argentina de Tenis (AAT) es una asociación civil sin fines de lucro, rectora de todo cuanto se relaciona con el deporte del tenis y sus entidades afiliadas, que, entre clubes y federaciones, hoy suman más de 200, y con más de 8 mil jugadores federados.



Agustín Calleri
Presidente AAT

ANEXO I

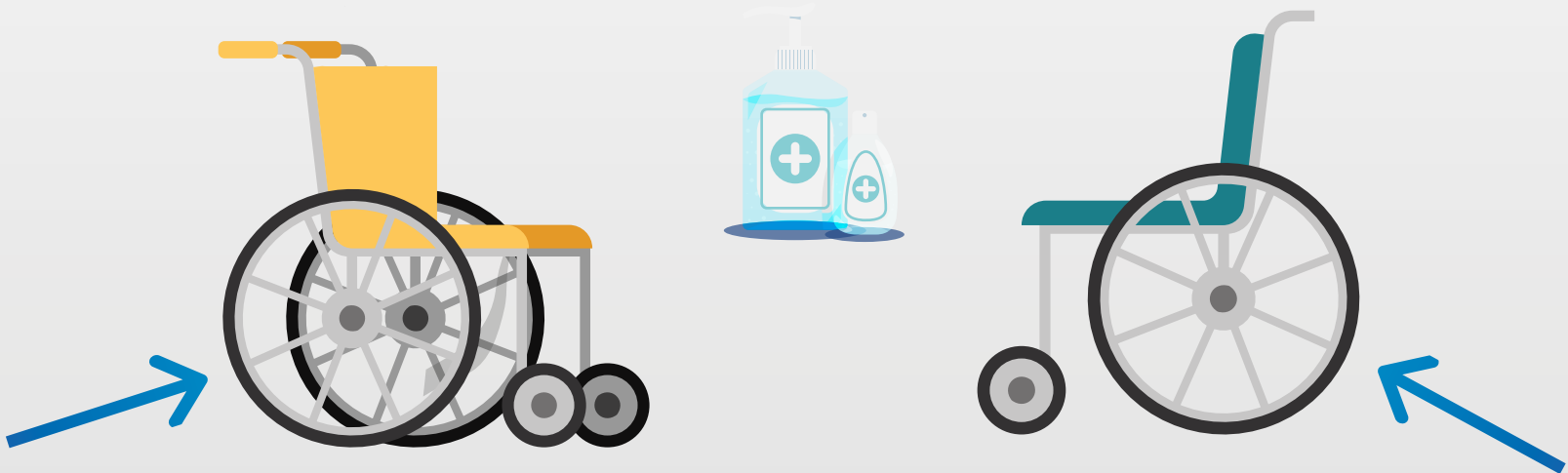
Tenis Adaptado

ESPECÍFICAMENTE SE RECOMIENDA:

Ingreso y salida de las canchas



- Desinfección con alcohol al 70% de sillas de rueda de paseo y deportivas, prestando especial atención a las ruedas.



ANEXO II

ACTUALIZACIÓN INFORME TÉCNICO FECHA
04/06/2020 - DIRECCIÓN NACIONAL DE
CONTROL ENFERMEDADES TRANSMISIBLES -
MINISTERIO DE SALUD DE LA NACIÓN

MEDIDAS DE PREVENCIÓN

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/prevencion>

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/barbijo>

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/atencion-publico>

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/preguntasfrecuentes#distanciamiento>

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/limpieza-domiciliaria>

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/salir-de-casa>

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/mayores>

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID19/recomendaciones-uso-epp>

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/Identificacion-yseguimiento-de-contactos>

Higiene de manos

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/gpsc_lavarse-manos_poster_es.jpg

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/gpsc_desinfectmanos_poster_es.jpg

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/atencion-publico>

MEDIDAS PARA LA DETECCIÓN Y MANEJO DE CASOS SOSPECHOSOS Y CONTACTOS ESTRECHOS

- Desarrollar actividades de identificación de potenciales casos mediante la medición de temperatura corporal, fomentando el autorreporte y la realización de cuestionarios sencillos para la detección de posibles síntomas previo al ingreso.
- Si se instaura la medición de temperatura al ingreso a la institución, esta debe realizarse empleando termómetros infrarrojos que no impliquen contacto físico directo. La persona encargada de la medición de temperatura debe contar con equipo de protección personal apropiado. La especificación del equipo a emplear deberá ser detallado en las recomendaciones específicas de cada actividad.
- No permitir el ingreso a los establecimientos de personas con temperatura igual o mayor a $37,5^{\circ}\text{C}$ o que presenten los síntomas propios del COVID-19.
- Evitar la estigmatización y la discriminación de personas sintomáticas o afectadas por COVID-19 y sus contactos estrechos.

- Establecer medidas a adoptar en el establecimiento para aislar a una persona que manifieste síntomas de COVID-19 para lo cual se sugiere disponer de en una sala o zona en donde la persona con síntomas no tenga contacto con otras personas y espere hasta ser evaluada adecuadamente. Se debe proceder de acuerdo a lo establecido o según lo indicado por las autoridades locales de salud de la jurisdicción.
- Ante la identificación de personas con síntomas respiratorios o fiebre, contactar inmediatamente al Sistema de Emergencias de salud local para su evaluación y eventual traslado a una institución de salud. Debe notificarse toda sospecha de COVID-19 a la autoridad sanitaria local.

Se considera contacto estrecho a:

- Toda persona que haya proporcionado cuidados a un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas y que no hayan utilizado las medidas de protección personal adecuadas.

- Cualquier persona que haya permanecido a una distancia menor a 2 metros y durante al menos 15 minutos con un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas. (ej. convivientes, visitas, compañeros de trabajo).

La utilización de elementos de protección personal para cada actividad se detallan en [https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus- COVID19/recomendaciones-uso-epp](https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID19/recomendaciones-uso-epp)

Los contactos estrechos cumplirán indefectiblemente 14 días de aislamiento domiciliario y realizarán monitoreo estricto de los síntomas. Los 14 días se considerarán a partir del último día de contacto con el caso confirmado.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/Identificacion-yseguimiento-de-contactos>.

— ANEXO III



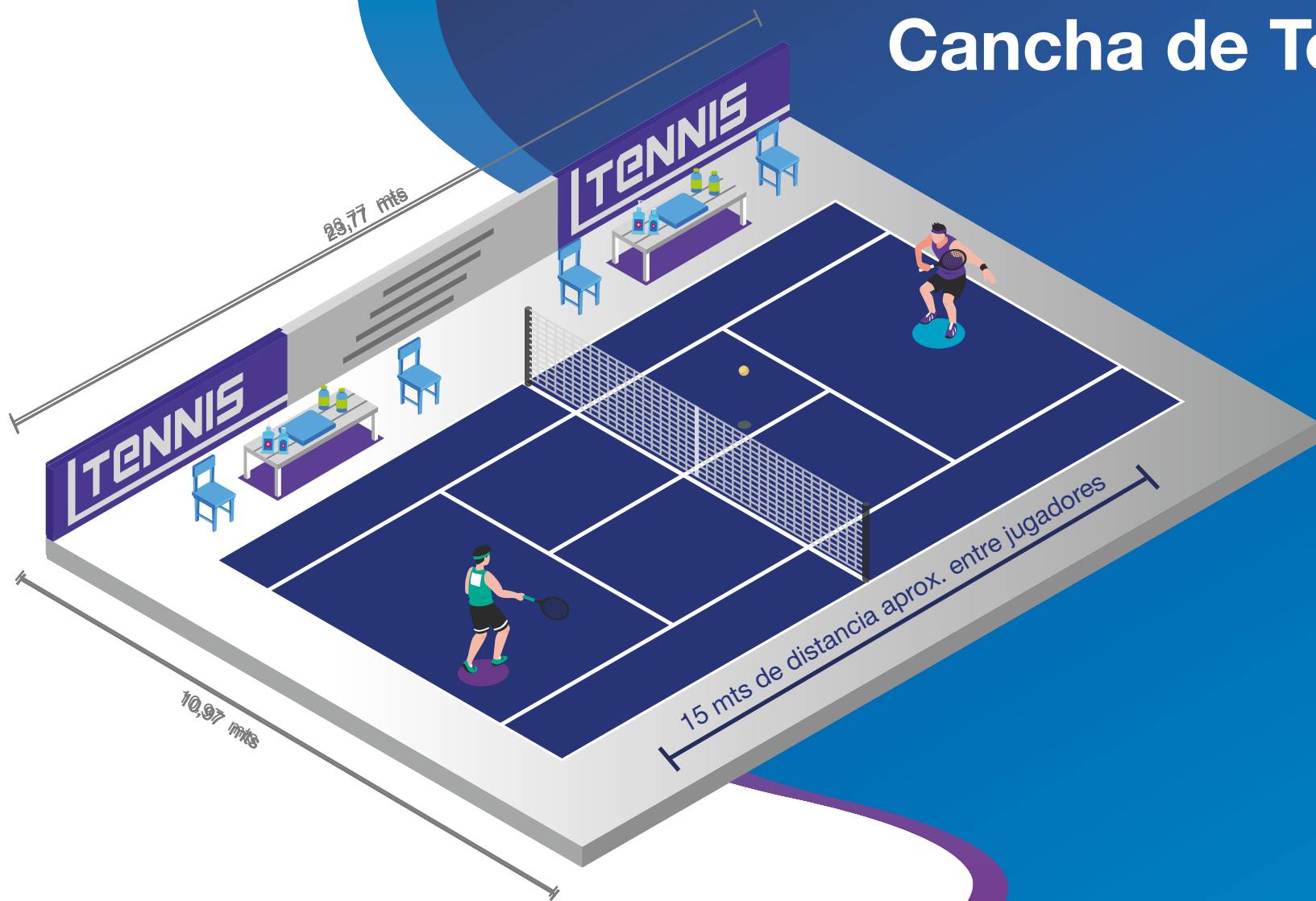


Distancia Deportiva

6 a 8 metros

Anexo: Distancia Social vs. Distancia Deportiva

Cancha de Tenis



Kits de Higiene



Kits de Protección

Los elementos de protección personal serán distribuidos y almacenados de acuerdo a la cantidad y calidad adecuada para el personal de esta institución y limpieza de superficies.

Anexo: Kit de higiene

LAVATE BIEN LAS MANOS

Frotá bien tus manos por al menos 30 segundos

Usá abundante jabón

Hacelo con mucha frecuencia







FEDERACION ARGENTINA DE TIRO

PROTOCOLO GENERAL COVID-19 PARA LA APERTURA DE INSTITUCIONES de TIRO DEPORTIVO

El reinicio de las actividades debe estar regido por el marco de cada jurisdicción de competencia, teniendo especial recaudo en aquellas jurisdicciones en las cuales exista circulación comunitaria.

Más allá del seguimiento que pudiere hacerse desde el Estado, **resulta indispensable el control social** con especial y directa responsabilidad por parte de las autoridades locales de instituciones en donde se desarrollen las prácticas, y de los propios deportistas. “La idea es que el control lo hagamos entre todos y que la responsabilidad sea de todos. Contamos con la responsabilidad social de quienes van a practicar deporte. El objetivo es que esta flexibilización perdure y que no tengamos que dar marcha atrás.

IMPORTANTE

- El uso de “cubrebocas, tapabocas o barbijos caseros” debe cumplirse indefectiblemente. Los mismos deben lavarse al menos una vez al día, cambiarse si se encuentran visiblemente sucios o mojados y que deben cubrir completamente la nariz, boca y mentón.
- Las máscaras faciales luego del uso diario se deben higienizar de ambos lados con alcohol al 70 % y luego de la higiene realizar lavado de manos con agua y jabón. El cubre bocas debe lavarse luego del uso diario con agua y jabón al llegar al domicilio.
- El uso de tapabocas no reemplaza las medidas de distanciamiento social ni la necesidad de mantener la distancia interpersonal de seguridad, pero puede considerarse como una medida adicional cuando transitoriamente no sea posible mantener la distancia de seguridad mínima.
- Si bien se recomienda evitar, en lo posible, el uso de transporte público, para aquellos deportistas que deban hacer uso del mismo para dirigirse a sus lugares de entrenamiento, se aconseja:
 - En lo posible, se debe evitar el uso del transporte público, sobre todo para viajes cortos.

- Uso de cubrebocas.
 - Recordar la importancia de una buena higiene de las manos antes, durante y después de los desplazamientos a realizar.
 - Desplazarse provisto de un kit de higiene personal (jabón, alcohol en gel, pañuelos descartables, toallas para secarse las manos).
 - En lo posible, utilizar vehículo particular: se debe recordar mantenerlo ventilado para garantizar la higiene y desinfección del interior del mismo.
 - Respetar las distancias recomendadas de (como mínimo 1,5 metros).
 - Evitar los aglomeramientos en los puntos de acceso al transporte que se vaya a utilizar.
 - Cubrir la nariz y boca al toser o estornudar con un pañuelo descartable y desecharlo inmediatamente en un lugar adecuado o realizarlo en el pliegue del codo.
- Las medidas como lavado de mano intenso (30 segundos) y frecuente (al menos cada 30 minutos), distanciamiento social/físico, no tocarse la cara con las manos, y toser o estornudar en el pliegue del codo, son las únicas que han demostrado disminuir la tasa de contagio en la actualidad.
 - Ningún deportista debe concurrir a la actividad si tiene síntomas de enfermedad de acuerdo a la definición de caso vigente del Ministerio de Salud de la Nación.
Caso sospechoso: <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>
 - Fiebre (37.5°C o más)
 - Tos
 - Odinofagia (dolor al tragar)
 - Dificultad respiratoria
 - Anosmia/disgeusia (disminución del olfato y gusto) de reciente aparición sin otra etiología que explique completamente la presentación clínica.
 - Es de vital importancia la responsabilidad social y personal de reportar los síntomas compatibles a la definición de caso sospechoso, y en igual medida cumplimentar con las medidas de aislamiento en caso de ser contacto estrecho de un caso.
 - Se considera contacto estrecho a toda persona que permaneció por lo menos 15 minutos a una distancia de menos de 2 metros de un caso sospechoso o confirmado de COVID-19.
 - Se recomienda que todo contacto con caso sospechoso o confirmado de COVID-19 se mantenga en aislamiento con pautas de alarma estrictas. por 14 días desde el último contacto o hasta que se descarte la enfermedad en el caso fuente.

- Debe disponerse de un espacio de aislamiento dentro del ámbito del club o lugar de entrenamiento para permitir que ante un deportista que inicie con síntomas durante la jornada pueda aislarse en dicho lugar (con un barbijo quirúrgico colocado, para eso la institución debe contar con los mismos para esta circunstancia) hasta ser evaluado por el equipo de salud y determinar su condición como posible “caso sospechoso”.
- En caso de identificarse indicios de nuevos brotes, la actividad deberá ser suspendida en forma inmediata.
- Todos los participantes (técnicos, colaboradores y deportistas) deberán presentar una declaración jurada certificando que no poseen patologías crónicas y/o respiratorias que conlleven riesgo asociado.
- Las Instituciones deberán responsabilizarse por la coordinación y ejecución de las acciones establecidas en el presente Protocolo e informar sobre la implementación. Para ello deberán establecer un comité de crisis con un responsable que monitoree la situación y cumplimiento del protocolo.

ACCESO A LAS INSTALACIONES

1. Todas las instalaciones deberán tener las adaptaciones temporales necesarias y recomendadas para prevenir el contagio del COVID-19.
 2. Mantener las distancias mínimas de seguridad en las zonas de accesos, de ser necesarios realizar marcas en el suelo.
 3. De ser posible se utilizará una puerta de entrada y otra de salidas, el tránsito por estas deberá realizarse de manera ordenada respetando la distancia de 2 metros entre personas.
 4. Se recomienda incluir carteles con información clara, indicando horarios, recomendaciones y particularidades de cada institución.
 5. Si se pudiera, evitar la utilización del vestuario. No dejar ropa, ni calzado ni otras pertenencias apoyadas en el suelo.
 6. Intentar prever la presencia constante del personal de limpieza y desinfección.
 7. Se recomienda realizar difusión masiva de información del COVID-19 a todos los deportistas e incentivar la consulta temprana ante la presencia de síntomas compatibles con sospecha de infección por Covid-19.
- Las personas con mayor riesgo a presentar formas graves de COVID-19 (*personas con Diabetes, Enfermedad Cardiovascular, Enfermedad Renal Crónica, Enfermedad Pulmonar obstructiva crónica, Enfermedades estructurales del*

pulmón, Inmunocompromiso, Cirrosis o personas de 60 años o mayores), deberán continuar con las medidas de aislamiento preventivo y extremar los cuidados pertinentes.

DENTRO DE LAS INSTALACIONES

- Se recomienda realizar difusión masiva de información del COVID-19 a todos los deportistas e incentivar la consulta temprana ante la presencia de síntomas compatibles con sospecha de infección por Covid-19.
- Es responsabilidad de la institución de proveer los elementos adecuados en cantidad suficiente y en forma accesible para la higiene personal (lavado de manos con jabón, solución hidroalcohólica y toallas de papel).

Personas que ingresen a la Institución

8. Todo Socio, Asistente, Proveedor y empleado que ingrese a la institución deberá cumplir las siguientes pautas sanitarias:

- a) Utilizar tapabocas, cubreboca o barbijo casero durante toda la estadía en el edificio.
- b) Mantener la distancia social de aproximadamente 2 metros (nunca menor a 1,5 m).
- c) En las puertas de ingreso a la institución estará dispuesto en el piso un trapo de piso o felpudo embebido en solución desinfectante o lavandina.
- d) Limpiarse las manos con alcohol en gel o alcohol diluido en agua (70-30) al momento de ingresar y al retirarse del club.
- e) Evitar todo contacto o proximidad física, saludando a distancia.

Personal Propio de la Institución

9. Todo empleado que concurra a prestar tareas, además de cumplir las normas señaladas en el punto precedente deberá:

- a) Higienizarse periódicamente las manos con agua y jabón, con alcohol en gel o con alcohol diluido en agua (70-30), especialmente aquellos que atiendan público, antes de comenzar la atención de cada usuario y al finalizarla.

- b) Utilizar elementos de trabajo personalizados (herramientas, lapiceras, abrochadoras, teclados y mouse de computadora, etc.), evitando cederlos para uso de otro compañero y/o de los usuarios concurrentes.
- c) Utilizar vasos, tazas y otros elementos de uso personal sin compartirlos y manteniendo las condiciones de higiene de los mismos. Se debe evitar la utilización colectiva o compartida de bombillas, cubiertos, tazas, vasos y otros elementos para ingerir bebidas o alimentos.
- d) Evitar desplazamientos innecesarios dentro del club. En ningún momento se atenderá a deportistas fuera del espacio de protección sanitaria que brinda el acrílico protector instalado a tal efecto en el puesto de atención de cada empleado.
- e) Mantener una adecuada ventilación de todos los espacios.
- f) Excepto en tareas específicas (limpieza, contacto directo con secreciones) se desaconseja el uso de guantes dada la mayor persistencia de partículas virales viables sobre el látex/nitrilo. No se recomienda el uso de guantes para manipulación de documentación sino el lavado frecuente de manos.

Control de Ingreso

10. El personal de control ingreso cumplirá y hará cumplir todas las medidas de prevención sanitaria señaladas, en caso de detectar un deportista o empleado que presente temperatura superior a los 37.5°, comunicará a la persona concernida que no puede ingresar a la institución.

La medición de temperatura debe realizarse con termómetros infrarrojos que no impliquen contacto.

VESTUARIOS Y ALBERGUES

11. No se requieren vestuarios debido a que los deportistas practican la disciplina con la ropa que traen desde sus domicilios y por las características de nuestro deporte no requiere la higienización posterior a la práctica. Por este motivo las instituciones que tengan vestuario y/o albergues para deportistas deberán mantenerlos cerrados al acceso.

DESINFECCION DE LAS INSTALACIONES

12. El personal de limpieza y maestranza se ocupará de cumplir con la limpieza general del edificio y con las pautas de limpieza señaladas en el presente protocolo.

13. Se deberá proceder a limpiar con mayor frecuencia los sanitarios, así como los picaportes, mostradores, líneas de tiro y barandas. Frecuencia mínima dos veces por día.

- Las soluciones desinfectantes debe ser la dilución de lavandina para concentración de cloro equivalente a 500 a 1000 ppm o alcohol al 70/30% en agua.
- La lavandina diluida debe utilizarse dentro de las 24hs dado que pierde su efectividad.

14. Se retirarán los dispensers de agua potable para uso público.

15. Se realizará la limpieza y desinfección de las superficies de apoyo en pedanas cerradas tres veces al día (al inicio de actividades, a la mitad de la jornada y al final de la misma), en pedanas semicubiertas dos veces al día (al inicio y al final de la jornada) y en pedanas a cielo abierto en cada entrada y salida de atletas (solo de los elementos de apoyo como mesas y bancos).

16. Se colocarán asientos línea de tiro de por medio (asegurando una separación de 2 mts) y en los asientos fijos en las áreas comunes se anularán asientos de modo sólo queden utilizables asientos separados cada 2 metros.

Mantener en todo momento una distancia interpersonal mínima de 1,5 metros e idealmente al menos 2 metros, la densidad de ocupación no puede exceder en ningún momento 1 persona cada 2,25 metros cuadrados

17. En las circulaciones y mostradores se pondrá a disposición de tiradores y empleados dispensers con alcohol en gel o alcohol etílico en dilución 70/30 en agua.

18. Las instalaciones deberán contar con circulaciones independientes a los puestos de tiro.

FACTOR DE OCUPACIÓN

19. Uso de pedanas para permitir y asegurar que siempre se respete la separación mínima de 2m entre deportistas:

- 1º) Los Puestos de Tiro se utilizarán línea de por medio, anulando con cinta de peligro los puestos que deben quedar vacíos.
- 2º) En las Pedanas a cielo abierto se permitirá solo un Atleta por vez.

TESTEO MEDICO

No se requiere certificado serológico o test alguno por disposición Nacional.

20. En los casos en que fuera recomendable y los organismos correspondientes del Área de Salud de cada gobierno lo determinen, se deberá realizar testeo preventivo previo a realizar la actividad deportiva.

21. Todo ingresante al club deberá someterse a una prueba de temperatura corporal, no pudiendo ingresar aquellas personas que superen los 37,5°.

La medición de temperatura debe realizarse con termómetros infrarrojos que no impliquen contacto.

ACTUACIÓN ANTE DETECCIÓN DE UN CASO DE COVID-19 SOSPECHOSO

Ante la detección de un posible caso de COVID-19, se deberá dirigir inmediatamente hacia el sector médico del área deportiva o sector aislado, colocar barbijo quirúrgico a la persona y proceder a su aislamiento.

Los casos sospechosos están determinados por lo siguiente:

- Fiebre (37.5°C o más)
- Tos
- Odinofagia (dolor al tragar)
- Dificultad respiratoria
- Anosmia/disgeusia (disminución del olfato y gusto) de reciente aparición sin otra etiología que explique completamente la presentación clínica.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>

La medición de temperatura debe realizarse con termómetros infrarrojos que no impliquen contacto.

22. Se debe notificar inmediatamente a la autoridad sanitaria y proceder a poner en cuarentena a todos sus contactos estrechos. Asimismo, se deberá proceder a la desinfección de los espacios físicos sobre los que la persona hubiese tenido contacto.

CAPACITACIÓN

23. Los clubes deberán realizar capacitaciones presenciales al personal de limpieza respecto de la periodicidad, metodología de limpieza y desinfección aplicar.

24. Los clubes difundirán por sus redes sociales (Pagina Web, Facebook, Instagram) y a través de cartelaría a tal fin sobre modo y practicas seguras para la práctica del deporte.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN RELACIONADAS CON LOS ENTRENAMIENTOS

25. Es recomendable antes de iniciar la actividad la toma de temperatura a cada atleta y entrenadores miembros del equipo, de preferencia con un termómetro digital infrarrojo a distancia. Se aconseja no permitir la participar de la sesión para aquellos con una temperatura superior a los 37° C.

26. Según el Ministerio de Salud otros síntomas a tener en cuenta son: fiebre (37.5°C o más), el cansancio, tos seca, congestión nasal, dificultad respiratoria, odinofagia (dolor al tragar), anosmia/disgeusia (disminución del olfato y el gusto) de reciente aparición sin otra etiología que explique la presentación clínica, dolores musculares, o diarrea, con la presencia de algunos estos síntomas “no acudir al entrenamiento” y darlo a conocer al entrenador.

Ver más detalles en:

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>

27. El virus se transmite a través de las gotitas generadas cuando hablamos, tosemos o estornudamos que incorporan en su interior material vírico, pero también puede transmitirse de manera indirecta cuando las gotas que contienen el virus se depositan en la superficie de los objetos.

28. Cada deportista utilizara su propio material (Armas, Anteojos protectores, Protectores auditivos, barbijos, catalejos, herramientas, ropa de tiro y equipo en general) estando totalmente prohibido compartirlo.

29. Las botellas de hidratación deberán estar perfectamente individualizadas y serán de uso absolutamente personal.

30. Eliminación de dispensers y buffet, a efectos de maximizar el distanciamiento social.

31. Se recomienda asignar a cada atleta una superficie mínima de 4 m², respetando la distancia de seguridad de 2 metros recomendada. De ser necesario utilizar marcas en el piso.

Mantener en todo momento una distancia interpersonal mínima de 1,5 metros e idealmente al menos 2 metros, la densidad de ocupación no puede exceder en ningún momento 1 persona cada 2,25 metros cuadrados

32. Organizar los horarios para que los atletas o grupos no se reúnan al mismo tiempo en un mismo espacio.

33. Prohibido compartir cualquier elemento del equipo deportivo y/o accesorios de ayuda o elementos de uso personal.

RECOMENDACIONES PARA LOS ENTRENADORES

34. Los entrenadores deberán permanecer en todo momento a una distancia mínima de 2 metros del deportista.

35. Evitar en todo momento el contacto físico con y entre deportistas.

36. No compartir material deportivo, equipos o herramientas.

37. Evitar congregar atletas para indicaciones técnicas, tácticas, etc.

38. Con el fin de optimizar los espacios se recomienda elaborar una rotación acorde a los espacios de trabajo,

ENTRENAMIENTO

39. Asignar línea por medio en las disciplinas en escenarios semicubiertos y dos líneas por medio en los escenarios cubiertos para cada deportista, esto garantizará la distancia mínima entre atletas y entrenadores.

40. Quedan exceptuados los atletas entre si y atletas y entrenadores que viven juntos, podrán hacer uso de los escenarios deportivos sin distanciamiento social.

41. El sector de tiro de cada atleta deberá desinfectarse antes y después de cada entrenamiento en un recipiente con solución desinfectante.

42. Los elementos para realizar el tiro deportivo son de uso individual y propio de cada deportista, no requiriendo que ningún elemento sea de intercambio.

43. Los elementos de hidratación serán de uso personal (Se retirarán los dispensers de agua de uso común).



MARIELA L. DURÁN
SECRETARIA
FEDERACIÓN ARGENTINA DE TIRO



JULIO OSCAR ESCALANTE
PRESIDENTE
FEDERACION ARGENTINA DE TIRO



FEDERACIÓN ARGENTINA DE YACHTING

Autoridad Nacional

Protocolo para la paulatina reanudación de la actividad de vela y la conservación de embarcaciones deportivas.

Las recomendaciones de buenas prácticas que se realizan en este documento serán presentadas a la Prefectura Naval Argentina y la Secretaría de Deportes de la Nación a los efectos de lograr la paulatina normalización de la actividad frente a la pandemia que vivimos como consecuencia del virus denominado Covid 19. Las mismas tienen como objetivo compatibilizar las normativas y recomendaciones de las autoridades sanitarias con la práctica de nuestro deporte a los efectos que su reactivación no genere riesgos adicionales que puedan afectar a la Salud Pública. Nuestro deporte se practica siempre al aire libre, no es un deporte de contacto, no se practica con público, no aglutina a gran cantidad de personas durante su práctica, y las instalaciones de guarda de equipamiento en general permite el cumplimiento de las condiciones que el Estado ha impuesto para desenvolverse en la vía pública durante la pandemia.

El deporte en general y especialmente la vela lo realizan personas de diferentes edades, y su práctica responsable frente a la pandemia puede contribuir especialmente a la salud de quienes lo realizan tanto en los aspectos psíquicos y físicos. Asimismo, la industria de astilleros y servicios, que se encuentra alrededor de la práctica de la vela deportiva y/o recreativa, se encuentra absolutamente parada, por lo que la paulatina reactivación de la actividad de una manera segura es una necesidad para muchas familias.

Por otro lado, nuestra actividad se inicia y concluye dentro de clubes que brindan sus instalaciones para la guarda del equipamiento brindándonos seguridad a los deportistas, pero su práctica ocurre en grandes espejos de agua muy lejos de situaciones concretas de contagio. Así las cosas, teniendo en cuenta la realidad de nuestro deporte y las cuestiones variadas y de urgencia que se plantean en nuestros clubes es que se ha confeccionado este documento, que por una cuestión metodológica se dividirá cuatro protocolos independientes que respeten los mismos criterios generales que aquí se establecen, a saber:

Criterios generales:

- 1) No se dictarán clases teóricas de manera presencial hasta que no se reinicie esa actividad en escuelas y colegios.



FEDERACIÓN ARGENTINA DE YACHTING

Autoridad Nacional

- 2) No se organizarán campeonatos multiclase o cualquier otro evento que requiera conglomeración de personas hasta que se reanude la actividad escolar.
- 3) No se habilitarán los vestuarios para la utilización de los deportistas. Los deportistas llegarán al club en condiciones de ir a navegar y luego se retirarán a cambiarse en sus domicilios. Su utilización sólo se autorizará en casos de fuerza mayor.
- 4) Las instalaciones sanitarias se podrán utilizar de una manera restrictiva con guardias de limpieza permanentes.
- 5) Los deportistas y entrenadores no utilizarán transporte público para llegar a los clubes.
- 6) Para disminuir la densidad de personas en los clubes se establecerán por lo menos tres turnos de actividad deportiva. Estos grupos no podrán variar ni alternarse de forma temporaria.
- 7) Todo trámite administrativo se realizará a distancia, la marinería guardará las distancias reglamentarias a los efectos de realizar su trabajo y evitar contagios recibiendo los instrumentos de seguridad y de higiene necesarios para prevenir los contagios. Los entrenadores brindarán la seguridad desde sus embarcaciones manteniendo las distancias reglamentarias. Para el caso que por razones de seguridad o fuerza mayor, deban prestar asistencia directa a un deportista, no podrá realizar actividades con otros grupos por 14 días.
- 8) Los deportistas extremarán el principio de autonomía en la práctica del deporte respetando las distancias personales recomendadas. Las tripulaciones de dos o más personas en ningún caso podrán rotar. A estos efectos deberán tener la autorización expresa del club.
- 9) En los playones de guarda las embarcaciones en utilización deberán tener una distancia de tres metros entre cada una de ellas.
- 10) Cualquier persona que presente el más mínimo síntoma de la enfermedad se abstendrá de participar en cualquier actividad, y comunicará la situación de forma inmediata al club para que se tomen todas las medidas preventivas que correspondan.
- 11) Cualquier deportista que se integre a la actividad deportiva deberá presentar una declaración jurada en donde se afirme que no se contagió la enfermedad denominada Covid 19, y que en los últimos 15 días no presentó ningún síntoma de la enfermedad, ni convive con ninguna



FEDERACIÓN ARGENTINA DE YACHTING

Autoridad Nacional

persona que se encuentre en la situación antes descripta. En el caso de menores de edad la nota deberá ser firmada por los padres. Para el caso que el deportista haya estado enfermo o haya presentado en algún momento los síntomas del Covid 19, deberá acompañar un certificado médico a los efectos de habilitarlo para la práctica del deporte.

Es importante señalar que esta Federación requirió la confección de un dictamen legal respecto de la situación creada por la imposibilidad de los propietarios de embarcaciones deportivas de ejercitar sobre ellas actos de guarda y limpieza. El contenido de este reporte se agrega por separado a este documento. Asimismo, queremos hacer saber que se realizó una serie de consultas a otros países para verificar las pautas que en cada caso se están teniendo en cuenta para la reanudación de la actividad náutico.

Diferentes aspectos de la práctica de nuestro deporte a ser reguladas:

- a)** *Protocolo para el resguardo y mantenimiento de embarcaciones que se encuentran amarradas en los clubes.*
- b)** *Protocolo de entrenamiento del Equipo Argentino de Vela de alto rendimiento deportivo (Equipos de categorías Olímpicas de mayores y juveniles).*
- c)** *Protocolo para la práctica de nuestro deporte de manera inicial, juvenil o recreativa en monotipos.*
- d)** *Protocolo para la práctica de nuestro deporte en barcos de quilla.*

Las normas y condiciones de buenas prácticas específicas que se señalan para cada una de las cuatro categorías que se establecen en este documento son complementarias de toda la normativa emitida por las autoridades nacionales y/o locales, a saber:



FEDERACIÓN ARGENTINA DE YACHTING

Autoridad Nacional

A) Protocolo para el resguardo y mantenimiento de embarcaciones que se encuentran amarradas en los clubes:

Aclaraciones iniciales: Por separado se ha elaborado un dictamen jurídico (que se adjunta por separado) por el cual se deja en claro la extrema necesidad de habilitar de forma inmediata el acceso de dueños y/o armadores de una forma ordenada y segura a sus embarcaciones a los efectos de supervisar, controlar y colaborar con los clubes en la guarda de las mismas. Los conocimientos específicos de cada embarcación, en lo que se refiere a sistemas eléctricos, posición de esclusas, posibles vías de agua, prevención de contaminación con combustibles, hacen que sea indispensable la participación de dueños y/o armadores de forma inmediata. Por otro lado, las tareas de limpieza dentro de las embarcaciones deben ser realizadas de manera segura por sus propios dueños o por quienes ellos autoricen de forma tal de prevenir plagas y demás cuestiones de higiene, en la medida que se extienda la cuarentena. Debe quedar en claro que muchas embarcaciones se encuentran cerradas, son propiedad privada, y el deber de guarda de los clubes no puede ser realizado sin la participación de dueños y armadores. No es posible delegar en los clubes la guarda integral, toda vez que carecen de la capacidad operativa para realizarlo. Esta solicitud que se hace tiende a resguardar de una manera segura las embarcaciones deportivas, de forma tal de no afectar el patrimonio de los ciudadanos y evitar posibles estragos que puedan afectar al conjunto (Hundimientos, incendios, y situaciones contaminantes). No debemos olvidar, que incluso con el control habitual suceden estragos, por lo que una situación de abandono generalizado obligado aumenta el riesgo de que ocurran los mismos.

Es así que mientras los clubes permanezcan cerrados, se mantenga la situación de cuarentena, y la prohibición de navegar, proponemos que con el fin de evitar estragos y bajo la supervisión de los clubes se autorice a dueños y/o armadores a concurrir a sus embarcaciones deportivas periódicamente de una forma segura a los efectos de poder cumplir con su obligación de guarda y evitar estragos.

Los protocolos que realicen los clubes deberán seguir los siguientes principios, a saber:

- 1) Los socios previamente deberán enviar al club una declaración jurada en la que afirmen no haber tenido los síntomas del Covid 19 en los últimos 15 días ni convivir con una persona en esa situación, que no moverán la embarcación de su amarra salvo en casos de fuerza mayor y con autorización del club, y que respetarán el protocolo de acceso establecido por las autoridades del



FEDERACIÓN ARGENTINA DE YACHTING

Autoridad Nacional

club. En el caso, que el socio hubiese estado enfermo deberá requerir un certificado médico y entregarlo a las autoridades del club.

- 2) Los clubes establecerán turnos para evitar que se generen cúmulos de personas en los accesos a los clubes, y/o en cada lugar de amarre. Los autorizados deberán dirigirse directamente a sus embarcaciones para realizar la actividad de mantenimiento, guarda y limpieza.
- 3) El acceso será al sólo efecto de realizar tareas de guarda y limpieza. No está autorizado que permanezcan en la embarcación por más de 45 minutos. Salvo que existieren cuestiones de fuerza mayor que requieran de una reparación urgente.
- 4) En el caso que para llegar a la embarcación se requiera de un traslado, los clubes proveerán los medios para que el traslado se realice de una manera autónoma o en embarcaciones en las que se respetarán las distancias requeridas para el transporte público resguardando especialmente la salud del personal involucrado.
- 5) En todos los casos se respetarán dentro del club las reglas para circular en la vía pública. Ejemplo: (i) Distanciamiento interpersonal; (ii) Lavado de manos con agua y jabón de forma frecuente; (iii) provisión y utilización del alcohol en gel para las manos cuando se manipulen cosas a causa o en ocasión del trabajo; y (iv) ventilación del lugar de trabajo y/o la desinfección de los baños, objetos y herramientas de trabajo de uso frecuente.
- 6) Los clubes darán cumplimiento a la Resolución 29/2020 de la SRT. (SARS-CoV-2. Recomendaciones y Medidas de Prevención en Ámbitos Laborales).
- 7) Los clubes podrán emitir certificados de los turnos otorgados para procurar la correcta guarda, vigilancia y limpieza de sus embarcaciones deportivas, a los efectos de que, en caso de ser necesario, propietarios y/o armadores gestionen y/o justifiquen la necesidad de circular.
- 8) Los clubes a requerimiento de la autoridad marítima informaran el detalle de las personas autorizadas periódicamente, conservando digitalmente las declaraciones juradas efectuadas.
- 9) Los clubes establecerán las sanciones internas que correspondan a quienes no cumplan estrictamente con los protocolos.



FEDERACIÓN ARGENTINA DE YACHTING
Autoridad Nacional

B) Protocolo de entrenamiento del Equipo Argentino de Vela de alto rendimiento deportivo (Equipos de categorías Olímpicas de mayores y juveniles).

Es prioritario la reanudación de la práctica del deporte en el agua a los efectos de mantener el estado de entrenamiento de los deportistas y no perder el nivel competitivo que hoy presentan los deportistas. La práctica se podrá realizar de manera segura en los clubes que se habiliten al efecto.

- 1) Los deportistas previamente deberán enviar a la Federación una declaración jurada en la que afirman no haber tenido los síntomas del Covid 19 en los últimos 15 días ni convivir con una persona en esa situación y que respetarán el protocolo de entrenamiento seguro establecido por la Federación. En el caso que el deportista hubiese estado enfermo deberá requerir un certificado médico y entregarlo a las autoridades del club a los efectos de poder reiniciar la actividad. Los deportistas en conjunto con la Federación verificarán de acuerdo a una certificación médica del deportista las medidas de resguardo personal que se deberán tomar en cada caso.
- 2) Las prácticas de los Equipos Nacionales estarán bajo la supervisión directa de la FAY y de sus entrenadores.
- 3) La FAY determinará los lugares específicos para las prácticas como así también el cronograma de actividades.
- 4) Se deberán cumplir todos los requerimientos enumerados en el protocolo identificado con la letra c) de este mismo documento.
- 5) Los entrenamientos deberán cumplir con las normas de sanidad que sean impuestas en los clubes actúen como base de los entrenamientos.
- 6) La Federación informará a la Prefectura Naval Argentina respecto de los entrenamientos que se dispongan y los entrenadores a cargo elaborarán un reporte de cada entrenamiento identificando a los deportistas que participan del mismo.



FEDERACIÓN ARGENTINA DE YACHTING

Autoridad Nacional

C) Protocolo para la práctica de nuestro deporte de manera inicial, juvenil o recreativa en monotipos.

Condición: Habilitación por parte del estado de la navegación deportiva de manera limitada.

- 1) Los deportistas previamente deberán enviar al club una declaración jurada en la que afirman no haber tenido los síntomas del Covid 19 en los últimos 15 días ni convivir con una persona en esa situación y que respetarán el protocolo de acceso establecido por las autoridades del club. En el caso que el deportista hubiese estado enfermo deberá requerir un certificado médico y entregarlo a las autoridades del club a los efectos de poder reiniciar la actividad.
- 2) Toda actividad encuadrada bajo este protocolo debe ser comunicada previamente a la Federación y cumplir con lo establecido en este Protocolo. Para esto, la afiliada solicitante debe completar el formulario del Anexo A y enviarlo a fay@fay.org No debe iniciarse actividad sin este trámite inicial. La Federación junto con los Clubes informarán a la Prefectura Naval Argentina la iniciación de las actividades conforme a este Protocolo.
- 3) Todos los entrenamientos deben estar supervisados por el Club, el que asignará un entrenador certificado por lo menos CT1 o entrenadores Nacionales FAY , quienes serán la autoridad de control de este protocolo. En el caso que el Club no cuente con un entrenador certificado la Federación podrá asignar un tutor responsable.
- 4) Las flotas permanecerán en el área de cada club, sin que se genere movimientos de a flota a otras ciudades. Teniendo en cuenta la problemática que vive el litoral con la excepcional bajante producida en el río Paraná, se podrá autorizar el traslado de material y deportistas previa presentación de un plan que asegure el cumplimiento de las pautas de seguridad sanitaria establecidas.
- 5) Los deportistas o sus representantes (cuando sean menores de edad) deben firmar un compromiso de cumplimiento de este protocolo. El incumplimiento de este implica la suspensión de su derecho a participar de las prácticas quedando sujeto a una posible sanción disciplinaria bajo regla 69 RRV y dependiendo el caso a acciones penales si así lo amerita.



FEDERACIÓN ARGENTINA DE YACHTING

Autoridad Nacional

- 6) El grupo de entrenamiento debe permanecer constante en todo el calendario de la actividad para que, en caso de algún positivo, poder determinar el grupo de posibles contagiados. Se debe evitar la rotación de los integrantes. Los deportistas deben llegar al club con ropa de navegar ya colocada.
- 7) Estará prohibido el uso de los vestuarios en las instalaciones del club salvo fuerza mayor.
- 8) Se deben movilizar por medios particulares sin poder utilizar transporte público.
- 9) Las sesiones teóricas de apertura y cierre, se realizarán en forma virtual o bien a una distancia de al menos 3 metros entre participantes y al aire libre.
- 10) Los barcos estarán ubicados en tierra a una distancia no menor a 3 metros entre uno y otro.
- 11) Está prohibido compartir cualquier tipo de material y herramientas entre los participantes.
- 12) El uso de barbijo/tapabocas que cubra por completo nariz/boca/mentón debe ser obligatorio tanto en tierra como en el agua.
- 13) El uso de “barbijo, cubrebocas o tapabocas casero” debe ser lavado con agua y jabón al menos una vez al día, y cambiarlo inmediatamente si se encuentra sucio o mojado.
(<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/barbijo>)
- 14) Cada participante deberá traer su propia botella de hidratación y comida.
- 15) No se podrá dejar material alguno en el bote del entrenador.
- 16) Una vez finalizada la actividad los deportistas y técnicos se retirarán del club procediendo a cambiarse en sus respectivos hogares.
- 17) Las sesiones de entrenamiento no pueden involucrar a más de 6 deportistas por turno. Para trabajar con más deportistas se deberán diferir los turnos.
- 18) Se navegará en condiciones de riesgo limitado quedando prohibida la navegación con más de 18 nudos.



FEDERACIÓN ARGENTINA DE YACHTING

Autoridad Nacional

- 19) Los entrenadores responsables generarán un reporte digital para los clubes con los datos personales de los deportistas que participaron en cada práctica (Nombre, teléfono móvil, DNI)
- 20) Cada deportista debe asear su barco y material en forma personal con agua dulce con la proporción de lavandina aconsejada.



FEDERACIÓN ARGENTINA DE YACHTING

Autoridad Nacional

D) Protocolo para la práctica de nuestro deporte en barcos de quilla:

Primera etapa de reanudación de la actividad

Condición: Habilitación por parte del estado de la navegación deportiva de manera limitada. En todos los casos los tripulantes de las embarcaciones respetarán dentro del club todas las normativas especiales de convivencia, seguridad, salud e higiene, relacionadas con la prevención de esta pandemia. El capitán deberá firmar una declaración jurada en la que afirme que ni el, y en su caso, sus tripulantes no han tenido los síntomas del Covid 19. En el caso, que el capitán o alguno de sus tripulantes hubiese estado enfermo deberá requerir un certificado médico y entregarlo a las autoridades del club.

- 1) La navegación en embarcaciones deportivas particulares de forma solitaria y/o con tripulaciones de personas que conviven no genera riesgos adicionales de contagio a excepción de los que estén inmersos en el traslado hasta la embarcación. Este tipo de práctica puede ser habilitada en una primera instancia.
- 2) El capitán que conforme una tripulación con personas que no conviven podrá realizar la práctica con una dotación (conforme a la habilitación del barco) disminuida a la mitad, enviando una declaración jurada al club identificando a sus tripulantes (nombre, apellido, DNI, y teléfono) y afirmando que ninguno de los tripulantes ha tenido los síntomas del Covid 19 en los últimos 15 días.
- 3) Las navegaciones serán a los efectos de la práctica o la recreación, en ningún caso se organizarán competencias.

Segunda etapa de reanudación de la actividad:

Teniendo en cuenta la evolución de la pandemia, y en el caso que las autoridades habiliten la navegación deportiva y/o recreativa de manera completa se evaluará la necesidad de establecer nuevos protocolos conforme a la situación sanitaria del momento.



FEDERACIÓN ARGENTINA DE YACHTING

Autoridad Nacional

ANEXO A

Entidad que lo solicita:

Lugar de las prácticas:

Entrenador a cargo:

Clase en la que se realizará la actividad:

Listado de participantes (Nombre y Apellido, DNI, Fecha de Nacimiento):

Días y horarios previstos para las prácticas:

Nota:

Los menores de edad deben tener presentada una autorización por parte de los padres o tutores.

Todo participante menor de edad, debe figurar en el listado de la FAY de "Autorización de Menores de edad en Regata" <https://fay.org/menores- autorizados/>

ANEXO B

Regulación para monotipos de dos tripulantes

En estos casos los tripulantes deberán:

- Realizar Pruebas de detección de ácidos nucleicos (reacción en cadena de la polimerasa o PCR) antes del comienzo de la concentración.
- Definir vivienda y lugar de entrenamiento
- Actuar con responsabilidad y consideración al compañero de equipo
- Mantener aislamiento social durante todo el período de concentración asociado al entrenamiento
- cumplir los requisitos expresados en las letras B) y C) del presente documento

Luis F. Velasco
Presidente



PROTOCOLO DE ACCIONES DE PROMOCION, PREVENTIVAS Y PROTECCION, PARA EL RETORNO AL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO EN TIEMPO DE LA PANDEMIA COVID 19.

Con el objetivo de prevenir y combatir el Coronavirus COVID-19, debemos adaptarnos a las medidas sugeridas por las autoridades sanitarias y gubernamentales de manera a mitigar el riesgo de contagio y desacelerar el ritmo de propagación del virus en nuestro País.

El gobierno promulgó varios decretos, entre ellos el decreto 297/2020, con el objeto de privilegiar la salud de la población y protegiéndola de evitar contagios masivos, se ha establecido la obligatoriedad de una cuarentena domiciliaria en diferentes períodos luego prolongados al momento hasta el día 24 de Mayo

Teniendo en cuenta la evolución de la pandemia y ante la evidencia de que representa un peligro inminente para la salud pública, se declaró Estado de Emergencia Sanitaria en todo el país para el control del cumplimiento de las medidas sanitarias en la implementación de las acciones preventivas ante el riesgo de expansión del coronavirus (COVID-19).

Este documento recomienda las directrices para el regreso a entrenamientos de nuestros deportistas de elite, bajo procedimientos de protección que permitan minimizar cualquier posibilidad de contagio del virus, abarcando todos los factores o momentos de riesgo, y ofreciendo las máximas garantías posibles de salud y seguridad para los deportistas y el personal de apoyo, siguiendo las recomendaciones del Ministerio de Salud y la Nación.

Cabe destacar que dichas medidas propuestas en el presente documento, **revisten un carácter de recomendación para que tanto el Ministerio de Salud, como así también otras competencias que puedan estar involucradas, evalúen la instrumentación de las mismas** y están planteadas en un carácter estricto en las primeras instancias, para luego y en la medida que las condiciones estén dadas, ir flexibilizándolas en la búsqueda de la normalidad de la actividad que incluya la mayor cantidad de nuestros atletas a la actividad, siempre reconociendo que prima la salud de todos antes de cualquier decisión deportiva.

La cuarentena ha sido cumplida en todo el país y seguramente deberá continuar en las fases que el Poder ejecutivo nacional, provinciales y municipales establezcan, atendiendo a la particularidades de cada jurisdicción, toda vez que son dichos organismos quienes disponen de la información más certera respecto a los caminos críticos que deben seguirse en ésta terrible pandemia mundial.

Los deportistas podrán realizar sus respectivos entrenamientos en compañía de sus entrenadores y preparadores físicos, según la fase y cumpliendo con las recomendaciones que a continuación se describen.



I -GRUPOS DE ELITE

Las siguientes 5 recomendaciones están destinadas específicamente a grupos de elite, de cantidades muy reducidas de atletas y con estrictos controles que se podrían instrumentar en 3 o 4 piscinas elegidas estratégicamente en el país, de modo que puedan retomar de inmediato las prácticas en las piscina, para tratar de evitar de esta forma y por el tiempo ya transcurrido fuera de la actividad, un perjuicio irreversible en sus preparaciones físicas y psicológicas, ya que por la especificidad de la disciplina, no hay forma de que sus entrenamientos sean reemplazados con otra actividad similar

1-Restricciones de distancia

- Asignar a cada nadador 6 m2 de área en áreas secas para calentamiento, respetando así la distancia recomendada de separación entre personas. Definir en la piscina el área seca destinada a su uso, la cual deberá estar marcada correctamente de modo que será fácilmente identificable a la vista.
- Asignar a cada atleta una pista/calle/andarivel por periodo de entrenamiento y dejar libre una pista/calle/andarivel entre cada atleta
- El número de atletas que pueden permanecer en la piscina por periodo de entrenamiento dependerá del número de calles en la piscina y la posibilidad de definir en el espacio seco de la piscina
- Implementar un sistema de control de acceso a las instalaciones para bloquear las entradas cuando se alcance la capacidad máxima.

2-Recomendaciones iniciales:

- La CADDa deberá remitir a la Secretaria de Deportes y Turismo de la Nación/ Enard/COA u organismo correspondiente el listado de los deportistas de Alto Rendimiento que iniciaran la fase 1 de entrenamientos.
- Cada grupo podrá tener de 1 a 2 personas de apoyo cómo; entrenador, preparador físico y algún miembro de salud (médico o fisioterapeuta).
- El deportista deberá contar con seguro vigente.
- Los deportistas y el personal de apoyo deberán comunicar vía telefónica si presentan al menos 2 de los siguientes síntomas : Fiebre (37.5°C o más), Tos, Odinofagia, Dificultad respiratoria, Anosmia/disgeusia de reciente aparición y Que en los últimos 14 días Tenga un historial de viaje fuera del país o dentro del país, a zonas de transmisión local (ya sea comunitaria o por conglomerados) o Residencia en zonas de transmisión local (ya sea comunitaria o por conglomerados) de COVID-19 en Argentina para proceder a la suspensión de las actividades deportivas y su aislamiento. Como así también todo caso sospechoso considerado por el Ministerio de Salud de la Nación Ocultar la presencia de algún síntoma se considera una falta grave y será pasible de la sanción civil correspondiente.
- Si alguna persona dentro de las viviendas de los deportistas o el personal de apoyo presentasen una prueba positiva para COVID-19, deberá aislarse de forma definitiva del equipo y solo podrá hacer trabajo individual desde su casa. Tratando por supuesto de estar aislada de la persona infectada.
- El deportista o personal de apoyo tiene la obligación de informar si :
 - Ha proporcionado cuidados a un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas y que no hayan utilizado las medidas de protección personal adecuadas.





- Ha permanecido a una distancia menor a 2 metros con un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas. durante al menos 15 minutos. (ej. convivientes, visitas, compañeros de trabajo)
- g. Se deberá designar a una persona del equipo que será el encargado del cumplimiento de los presentes protocolos, asegurar la capacitación las personas dentro de su equipo y en su sitio de entrenamiento, con respecto a los aspectos de; entrega de listados, certificados requeridos, limpieza y desinfección de las áreas.
- h. El tapabocas es de uso OBLIGATORIO en todo momento, excepto durante el entrenamiento, el personal de apoyo si continuará con este requisito en todo momento, como así también será obligatoria la distancia que se deberá mantener de 2 metros entre las personas.
- i. El deportista y el personal de apoyo deberá dirigirse desde la casa al lugar de entrenamiento y del entrenamiento a la casa sin escalas, no deberá entrar en contacto con ninguna persona en el trayecto, si fuera estrictamente necesario, corresponderá a hacerlo a dos metros de distancia.
- j. No está permitido en ningún caso el uso de silbato
- k. No está permitido gritar o cantar
- l. Debe evitarse en todo momento el contacto físico (besos, abrazos, apretones de manos)

3-Protocolo de Llegada al escenario deportivo:

- a. El traslado deberá ser en vehículos propios o de los padres, recordando mantenerlo ventilado para garantizar la higiene y desinfección del interior del mismo, con un máximo de 2 (dos) personas por automóvil, conductor y otro atrás, en lados opuesto **evitando en lo posible utilizar transporte público.**
- b. Sin perjuicio de lo antes mencionado, en caso de que no sea posible evitar el uso de transporte público, se recomienda fuertemente:
 - Uso de tapabocas en todo momento.
 - Recordar la importancia de una buena higiene de las manos antes, durante y después de los desplazamientos a realizar.
 - Desplazarse provisto de un kit de higiene personal (jabón de tocador, alcohol en gel, pañuelos descartables, toallas para secarse las manos).
 - Respetar las distancias recomendadas de (como mínimo 1,5 metros e idealmente 2 metros).
 - Evitar los aglomeramientos en los puntos de acceso al transporte que se vaya a utilizar.
- c. El personal de seguridad permitirá la entrada únicamente del deportista o personal de apoyo designados en las listas que la CADDa haya enviado previamente.
- d. No se permitirá el acceso al lugar a personas con factores de riesgo para la salud, según los mencionados por el Ministerio de Salud en su Resolución 2020-207-APN-MT
- e. Al ingresar al- natatorio se controlará la temperatura a los deportistas y personal de apoyo, a través de termómetros infrarojo que no impliquen contacto físico con la persona, donde la presencia de más de 37,5° C como así también la manifestación de algunos de los síntomas mencionados en el apartado anterior no se permitirá el acceso y se procederá a informar a las autoridades sanitarias competentes para que se tomen las medidas correspondientes según protocolo de Ministerio de Salud de la nación. Las personas que realicen las mediciones deben contar con elementos de Protección personal sugeridos por el Ministerio de Salud de la Nación para personas que realicen triage.



4-Protocolo de inicio del entrenamiento:

- a. Cada deportista y personal de apoyo, deberá contar con su propio kit de aseo compuesto por: alcohol rectificado en spray, alcohol en gel, toallas de papel, tapabocas y las actuales recomendaciones, dentro de una pequeña mochila.
- b. El establecimiento deberá garantizar la provisión de elementos para higiene de manos (alcohol en gel, agua y jabón, toallas de papel descartables).
- c. No podrán compartirse ningún tipo de elementos para entrenamiento incluyendo antiparras, snorkel, manoplas, aletas, arneses, tablas, pull boys, etcétera, los cuales deberán ser de uso exclusivo de cada atleta.
- d. No deberá utilizarse vestuario al ingreso.
- e. Queda estrictamente prohibido compartir: utensilios, mate, termo de hidratación o toallas, etc. El deportista únicamente podrá consumir agua en botella sellada y propia, rotulada con su nombre.
- f. No podrán ser utilizados elementos que entren en contacto permanente con la piel de los deportistas, como chalecos, arneses, balones, bandas elásticas, etc a excepción de que se encuentren incluidos dentro del kit de desinfección y entrenamiento entregado previamente a cada deportista.
- g. Evitar el contacto de las manos con superficies contaminadas (puertas, picaportes, manijas y tomas), y llevarlas a boca, nariz y ojos.
- h. Toser o estornudar sobre un pañuelo de papel y no sobre la mano, y desecharlo inmediatamente en un basurero.
- i. No escupir en el suelo.
- j. Una vez finalizada cada sesión el personal de aseo deberá realizar la limpieza y desinfección profunda tanto del baño, vestuarios y áreas comunes.
- k. En vestuarios amplios con más de 10 duchas: Podrán ingresar en grupos pequeños de 3 a 5 deportistas, para: lavado de manos y uso sanitario. No se permitirán el uso de las duchas para el baño corporal.
- l. Baños: Se podrá hacer uso del baño durante el entrenamiento, el mismo se encontrará abierto desde el inicio para evitar el contacto con las superficies. Evitar tocar grifos, sanitarios, picaportes, manijas y chapas, y lavarse las manos al salir, usar toalla desechable para cerrar grifo. No puede haber más de una persona en el baño, solo hasta que esta persona salga podrá ingresar una más.

5-Protocolo al finalizar el entrenamiento:

- a. Debe evitarse en la medida de lo posible el uso de vestuario al egreso.
- b. Si se utiliza vestuario al egreso, deben mantenerse las normativas de distanciamiento social (al menos 1,5 e idealmente 2 metros) y ocupación (no más de una persona cada 2,25 metros cuadrados), así como el uso obligatorio de tapabocas.
- c. Lavar la ropa deportiva en casa en agua caliente entre 60 a 90°C con detergente normal.
- d. Tanto el deportista como el personal de apoyo deberán seguir cumpliendo con el aislamiento preventivo general y las medidas de restricción decretados por el Presidente de la República y el Ministerio de Salud.





II-PROTOCOLO PROCEDIMENTAL SOBRE NATATORIOS

En este punto es importante dejar en claro que las instalaciones de las piscinas no son responsabilidad de la CADDA y como tal, no depende de ella determinar el modelo específico de gestión de los espacios exteriores e interiores que se adoptarán, no obstante lo cual y como entidad madre de las disciplinas acuáticas, se proponen una serie de recomendaciones que lejos de invadir jurisdicciones que no son de nuestra competencia, intentan brindar herramientas de prevención, al menos en etapas iniciales o de reactivación, para evitar o bien reducir a una mínima expresión las posibilidades de contagio del mencionado virus, las cuales y en la medida que las condiciones estén dadas poder volver gradualmente a los estándares de uso habituales.

Sin perjuicio de lo que se menciona en el desarrollo del presente protocolo (el que tiene por objeto no solo la vuelta inmediata a la actividad de los atletas de elite, sino también la vuelta a la normalidad de la actividad acuática en general) queremos destacar que :

- *No resulta apropiado por el momento el reinicio de actividades que impliquen la presencia de niños.*
- *No resulta apropiado por el momento el reinicio de actividades que impliquen la presencia de adolescentes menores de 14 años.*
- *No resulta apropiado por el momento el reinicio de actividades que impliquen la presencia de mayores de 65 años ni de personas consideradas en riesgo de formas graves de COVID-19.*

Los cuales si podrán volver a la actividad en los términos y recomendaciones que más adelante se recomiendan, pero siempre y cuando las autoridades gubernamentales así lo dispongan en función de la fase en la que se encuentre cada localidad

1-CRITERIOS GENERALES DE LIMPIEZA, SANITIZACIÓN Y VENTILACIÓN

Dado que la información preliminar sugiere que el virus puede sobrevivir varias horas, es importante considerar que, como informa el Ministerio de Salud, el uso de desinfectantes simples es capaz de matar el virus en las superficies, cancelando su capacidad de infectar a las personas, por ejemplo a través de desinfectantes que contiene 70% de alcohol (etanol) o 0.1% a base de cloro.

Limpieza

Debería realizarse diariamente la limpieza de:

- ✓ Habitaciones / áreas debe afectar a las superficies toque con más frecuencia (por ejemplo, puertas, manijas, ventanas, vidrio, mesas, interruptores de luz, inodoros, grifos, fregaderos, escritorios, sillas, manijas de pasajeros, teclas, teclados, controles remotos, impresoras).
- ✓ Cambiar las herramientas de limpieza entre los espacios frecuentados por el público y los dedicados a los empleados.
- ✓ Las superficies que se tocan con frecuencia deben limpiarse con la mayor frecuencia posible (al menos diariamente y si es posible con mayor frecuencia). Ejemplos de estas superficies son: manijas y barras de puertas, sillas y reposabrazos, tableros de mesa, interruptores de luz, pasamanos, grifos de agua, botones de elevadores, etcétera



- ✓ El uso de un detergente neutro para limpiar superficies en locales generales
- ✓ Limpieza de baños públicos, lavabos e inodoros en habitaciones abiertas al público. debe ser realizado con cuidado por varias personas. Considere usar un desinfectante efectivo contra virus, como hipoclorito de sodio al 0.1% u otros productos virucidas autorizados siguiendo las instrucciones de uso proporcionadas del fabricante, ese procedimiento va implementado en cada cambio de turno y / o cambio de usuario
- ✓ El personal dedicado a la limpieza ambiental debe usar equipo de protección personal durante actividades de limpieza El uso de equipo de protección (mascarilla, uniforme que se quita y lavado frecuente en agua caliente y guantes) es suficiente para la protección al limpiar las instalaciones en general
- ✓ El material de limpieza debe limpiarse adecuadamente al final de cada sesión de limpieza.
- ✓ La higiene de las manos debe realizarse cada vez que se retiren los dispositivos de protección.
- ✓ El material de desecho producido durante la limpieza debe colocarse en la basura sin clasificar.
- ✓ Proveer de los elementos necesarios para efectuar la limpieza húmeda (balde, trapeador, paño, agua, detergente) y desinfección (recipiente, trapeador o paño, agua hipoclorito de sodio de uso doméstico con concentración de 55 gr/litro en dilución para alcanzar 500 a 1000 ppm de cloro -100 ml de lavandina en 10 litros de agua). Las soluciones de lavandina deben utilizarse dentro de las 24 horas de preparadas para asegurar su eficacia. tes profesionales equivalentes prestando atención al uso correcto de cada superficie a limpiar.
- ✓ No se recomienda rociar o frotar la ropa, el calzado, bolsos, carteras u otras pertenencias con alcohol, lavandina u otras soluciones desinfectantes.
- ✓ No se recomienda el uso de “cabinas desinfectantes” u otro tipo de dispositivos que impliquen el rociado de soluciones desinfectantes sobre las personas, este tipo de intervenciones no sólo no tienen utilidad demostrada en la prevención de la transmisión de virus respiratorios, sino que su uso puede asociarse a potenciales efectos nocivos.

Ventilación:

- ✓ En primer lugar lograr la limpieza y desinfección de todos los sistemas de ventilación.
- ✓ En edificios equipados con sistemas específicos de ventilación mecánica controlada, estos deben mantenerse activos permanentemente. En este período de emergencia para aumentar el nivel de protección, **la función de recirculación del aire debe ser eliminada para evitar el posible transporte de patógenos (bacterias, virus, etc.)** en el aire. En esta etapa también puede ser útil abrir ventanas y balcones durante la jornada laboral para aumentar aún más el nivel de intercambio de aire
- ✓ Las tomas y rejillas de ventilación deben limpiarse con paños de microfibra limpios humedecidos con agua y jabón o con 75% de alcohol etílico secándose después.
- ✓ En el caso de habitaciones sin ventanas (por ejemplo, archivos, vestuarios, baños, etc.), pero equipadas con ventiladores / extractores, estos deben mantenerse en funcionamiento durante toda su estadía. Se recomienda activar el extractor. de aire ya unos minutos antes de que el personal ingrese.
- ✓ Debe haber disponible un número adecuado de contenedores en cada área de residuos, cerrados con tapa de apertura de pedal, para la eliminación de pañuelos desechables.





2-MEDIDAS GENERALES PARA LA PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN DEL PERSONAL

- ✓ Informar a los trabajadores de lo que indiquen las instituciones. Especificar, entre otros: la obligación de permanecer en su hogar si tiene fiebre (más de 37.5 °) u otros síntomas de gripe y llame a su médico autoridad familiar y de salud, manteniendo una distancia segura y reglas de higiene de manos.
- ✓ Desarrollar actividades de identificación de potenciales casos mediante la medición de temperatura corporal, fomentando el autorreporte y la realización de cuestionarios sencillos para la detección de posibles síntomas previo al ingreso.
- ✓ Si se instaura la medición de temperatura al ingreso a la institución, esta debe realizarse empleando termómetros infrarrojos que no impliquen contacto físico directo. La persona encargada de la medición de temperatura debe contar con equipo de protección personal apropiado. La especificación del equipo a emplear deberá ser detallado en las recomendaciones específicas de cada actividad.
- ✓ No permitir el ingreso a los establecimientos de personas con temperatura igual o mayor a 37,5°C o que presenten los síntomas propios del COVID-19.
- ✓ Evitar la estigmatización y la discriminación de personas sintomáticas o afectadas por COVID-19 y sus contactos estrechos.
- ✓ Establecer medidas a adoptar en el establecimiento para aislar a una persona que manifieste síntomas de COVID-19 para lo cual se sugiere disponer de en una sala o zona en donde la persona con síntomas no tenga contacto con otras personas y espere hasta ser evaluada adecuadamente. Se debe proceder de acuerdo a lo establecido o según lo indicado por las autoridades locales de salud de la jurisdicción.
- ✓ Ante la identificación de personas con síntomas respiratorios o fiebre, contactar inmediatamente al Sistema de Emergencias de salud local para su evaluación y eventual traslado a una institución de salud. Debe notificarse toda sospecha de COVID-19 a la autoridad sanitaria local.
- ✓ Consultar al personal si en los últimos 14 días tuvieron contacto con sujetos que dieron positivo para COVID-19 o provenían de áreas de riesgo de acuerdo con las indicaciones OMS. También en este caso, la recopilación de datos debe realizarse de acuerdo con la legislación de privacidad.
- ✓ Consultar a los trabajadores que ya han dado positivo por infección por COVID 19, o bien que que porten la certificación médica que muestra "negativa "del hisopado u otras medidas de control similares emitidos por el departamento de prevención jurisdicción territorial
- ✓ Regular el acceso del proveedor: para el acceso de proveedores externos, identificar los procedimientos de entrada, tránsito y salida, a través de métodos, croquis y cronogramas predefinidos, para reducir las oportunidades de contacto con el personal
- ✓ Si es posible, los conductores de los medios de transporte deben permanecer a bordo de sus propios vehículos, No está permitido el acceso a las oficinas.
- ✓ Para las actividades necesarias de preparación de las actividades. de carga y descarga, el transporte debe cumplir con la distancia estricta de 1 metro.
- ✓ Para proveedores, transportistas y / u otro personal externo, se recomienda el uso de baños distintos a los del personal habitual.
- ✓ La empresa debe proporcionar los medios adecuados de limpieza de manos (líquidos de limpieza, jabón y agua, alcohol al 75% y similares) tanto para personal interno como externo
- ✓ El uso de máscaras y otros dispositivos de protección que cumplan con las disposiciones de autoridades científicas y sanitarias





- ✓ Se debe proporcionar información adecuada sobre la base de los deberes y los contextos de trabajo, con referencia particular a todas las medidas adoptadas que el personal debe cumplir.
- ✓ No se recomienda el testeo de personas asintomáticas por ningún método (PCR ni serología), ni la implementación de "Pasaportes de inmunidad" o la exigencia de certificados de "apto infectológico" de ningún tipo. Se sugiere en la medida de lo posible diferir la realización de estudios de rutina postergables para evitar la circulación y la exposición a posibles fuentes de transmisión del virus en el sistema de salud

3-MEDIDAS DE AREAS ESPECÍFICAS

Sala de máquinas

- Control y desinfección de tanques, tanques de compensación y masas filtrantes.
- Inspección de los sistemas de tratamiento de agua
- Confirmación de idoneidad para el baño a través de los análisis químicos y microbiológicos esperados.

Área de entrada / recepción

- En el caso de que la barrera de acceso sean tornos y sea necesario tocarlos con las manos/piernas, es preferible tenerlos bajados o tocarlos con la ropa.
- Si la instalación lo permite, utilizar una puerta de entrada y otra de salida para intentar evitar al máximo los cruces. Es decir, establecer una circulación de personas circular para que en ningún momento se mezclan.
- Las puertas de entrada no automáticas permanecen abiertas, para que no todos los usuarios y/o acompañantes tengan que tocarlos.
- Recomendamos evaluar el posicionamiento de las alfombras de entrada de tres zonas (eliminación de suciedad gruesa - suciedad fina y húmeda - humedad residual)
- Instalación de dispensadores, que deben ser automáticos, de desinfectante.
- Instalación de indicadores en el piso que eliminen colas de espera y mantengan la distancia de seguridad.
- Colocar en la entrada del escenario una alfombra con solución desinfectante para limpiar la suela de los zapatos.
- Remoción de bancos, sofás, áreas de juego para niños y asientos en general.
- Instalación de paneles de información de número y dimensiones adecuados que muestran las indicaciones del gobierno en materia de contención de coronavirus
- Posicionamiento de carteles horizontales para garantizar el respeto a la distancia personal.
- Eliminar molinetes/puestos de control en el ingreso.
- La distancia interpersonal es de mínimo 1,5 metros e idealmente 2 metros y la densidad de ocupación no debe superar una persona cada 2.25 metros cuadrados.

Oficina principal

- Instalación de paneles separadores transparentes entre el personal y el usuario.
- Fomentar pagos electrónicos
- Promover la digitalización de prácticas administrativas (evite utilizar formularios de registro en papel tanto como sea posible, recibos manuales, etc.)
- Limpieza y desinfección de la estación con la mayor frecuencia posible.
- Provisión permanente de productos desinfectantes y toallitas desinfectantes para manos.
- Limpieza y desinfección de toda el área de trabajo al menos dos veces al día.





- Posicionamiento de carteles horizontales para garantizar el respeto a la distancia personal.
- Los teléfonos deberían usarse en auriculares individuales.

Vestuarios

- Proporcionar el control y la detección del acceso del usuario de una manera adecuadamente espaciada para mantener distancias de seguridad.
- Proveer si fuera posible de bolsas de polietileno desechable para guardar el calzado.
- Guardar ropa y zapatos dentro de los armarios.
- Instalación de dispensadores automáticos de toallitas desinfectantes o gel desinfectante para la limpieza de los gabinetes.
- Proporcionar la presencia constante de personal de limpieza.
- Compruebe continuamente que el intercambio de aire es adecuado de acuerdo con las normas.
- Instalación de paneles de información de cantidad y dimensiones adecuadas
- Posicionamiento de carteles horizontales para garantizar el respeto a la distancia personal.
- Organice separadores en bancos y perchas para garantizar la distancia interpersonal de al menos 1 metro

Baños y duchas

- Instalación de dispensadores, preferiblemente automáticos, de jabón y desinfectante.
- Compruebe continuamente que el intercambio de aire es adecuado de acuerdo con las normas.
- En el caso de un solo ambiente para duchas, si no permiten mantener una distancia adecuada mientras se usan alternativamente, es necesario instalar separadores entre una ducha y otra para mantener la distancia de seguridad.
- Proporcione duchas con una duración máxima de 2 minutos por usuario.
- Proporcione señales claras para el cumplimiento de las reglas de espacio y el número máximo de usuarios en el espacio de la ducha.

PISCINA:

- Acceda a las piscinas pasando la bandeja del lava pies
- Compruebe los parámetros (cloro, pH y temperatura) del agua de manera frecuente.
- Limpieza y desinfección de materiales y herramientas de enseñanza al final de cada sesión de capacitación.
- Compruebe que el intercambio de aire es adecuado de acuerdo con las normas.
- Las tribunas de espectadores deben permanecer cerradas

4-REQUISITOS PARA LOS USUARIOS

- Los usuarios deben declarar que no han sido afectados por la enfermedad COVID-19
- No se permitirá el ingreso de acompañantes bajo ninguna circunstancia.
- Los usuarios que han padecido la enfermedad COVID-19 deben presentar la documentación de verifique el alta médica, como así también y autorización para terminar el aislamiento.
- Los usuarios deben declarar (preferiblemente en forma digital) la ausencia de exposición personal a casos conocidos o probables o sospechosos de COVID-19 en los últimos 14 días.
- No se permitirá el acceso a personas en cuarentena.





- Ante cualquier síntoma o manifestación del usuario que infiera un posible caso sospechoso según el apartado 3 (protocolo de llegada al escenario deportivo) y a juicio del médico de la piscina, puede ser recomendable repetir los controles médicos para descartar potenciales infecciones de COVID-19, (dicho certificado se podría adelantar digitalmente a través de correo electrónico).
- La temperatura corporal se medirá a los usuarios y sus acompañantes en cada acceso. Para las personas con una temperatura igual o superior a 37.5 ° C no tendrán acceso y deberán consultar a su médico. Le recomendamos que mantenga un registro de sus mediciones con autorización previa del usuario de conformidad con las normas de privacidad.
- Los usuarios deberían conservar la máscara hasta ingresar al natatorio, luego se las sacaran y las podrán guardar en bolsas (que se desecharan de inmediato), para realizar la actividad en el agua y una vez finalizada la misma usaran nuevamente las máscaras.
- Los cuidadores (padres de niños, por ejemplo) siempre tendrán que usar las máscaras.
- Las condiciones deberán ser entregadas con suscripción para conocimiento de los usuarios, además, deberán ser exhibidos a través de carteles con las disposiciones generales sobre las reglas de conducta, el número de personas que pueden acceder a las diversas áreas y los caminos a seguir. Incluso las certificaciones de la desinfección debe estar expuesta.
- Utilizar los contenedores de residuos en cada área para los pañuelos desechables
- Tenga en cuenta que la desinfección de manos es la clave para prevenir la infección. Lava tus manos a menudo y a fondo con agua y jabón durante al menos 60 segundos y luego séquelos bien. Si no lo son agua y jabón disponibles, también se puede usar un desinfectante para manos a base de alcohol (concentración de alcohol de al menos 70%).
- Tenga en cuenta que en el agua está prohibido escupir, orinar, sonarse la nariz. Si es necesario, use para ello los baños antes de entrar en el agua.
- Salga de la piscina después del Nada inmediatamente y evita Reuniones de personas.

5-TAREAS Y FORMACIÓN DE PERSONAL

Personal de recepción

- Proporciona información y lleva a cabo prácticas administrativas (registro, renovaciones, pagos, etc.), debe ser reparado por clientes por un separador transparente.
- Debe usar la máscara.
- Los clientes no deben poder acceder al espacio detrás del escritorio. En caso de recepción en situaciones de *espacio abierto*, se deben hacer las correcciones necesarias para proteger al personal
- En presencia de múltiples operadores de escritorio, los espacios y las tareas deben organizarse de una manera que permita garantizar el cumplimiento de la distancia interpersonal de 1 metro.
- El personal de recepción debe estar capacitado para evitar cualquier invasión del espacio personal del personal clientes y no manejar objetos de su propiedad si no es estrictamente necesario.

Personal de limpieza

- Sus intervenciones deben ser organizadas de alguna manera para ser siempre operado en espacios despejados por usuarios que usan cambios de turno.
- Debe evitar el contacto con los usuarios, excepto en casos excepcionales donde se debe respetar la distancia medidor social.
- El personal de aseo debe contar con guantes industriales, tapabocas, gorro, zapato cerrado y uniforme, especiales para su trabajo y seguir los manuales de limpieza y desinfección para este



tipo de trabajos, como así también todo elemento de protección Personal dispuestos por el Ministerio de Salud, de acuerdo a la tarea que desempeñen, según <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID19/recomendaciones-uso-epp>

- Este personal deberá enumerar los utensilios empleados (cepillos, paños, escoba, mangueras a presión, máquina barredora, etc.), así como los productos utilizados en cada caso. Estos deberán ser sometidos a un proceso de desinfección después del uso.
- Debe aportarse la ficha de datos de seguridad recomendaciones y medidas para un almacenamiento seguro de los productos empleados, siempre fuera del alcance de los usuarios y respetando las precauciones indicadas en el etiquetado.
- Finalmente y completando este rubro se remiten las recomendaciones de limpieza hechas por el Ministerio de Salud <http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000001899cntcovid-19-recomendaciones-limpieza-desinfeccion.pdf>

Asistentes de vestuario

- Regulan el acceso de los usuarios a los vestuarios, verifican el respeto por las distancias sociales, ayudan verbalmente los niños de la escuela de natación (que pueden ser aceptados solo si son autónomos en las operaciones de vestidor y necesidades / higiene personal).
- Deben tener buenas habilidades de comunicación para guiar a los usuarios con respeto y respeto con cortesía y firmeza reglas.

Instructores, entrenadores, asistentes de baño.

- Ayudan a estudiantes y atletas en sus actividades de enseñanza y deportes. Operan fuera del agua eventualmente con la ayuda de una barra flexible u otros soportes para guiar y apoyar a los nadadores.
- Organizan ejercicios para garantizar que se mantenga la distancia máxima entre el alumno y el alumno, atleta y atleta, verificando el cumplimiento de los niveles máximos de hacinamiento (al menos 4 m2 para cada nadador) prestando especial atención a la elección de ejercicios para minimizar los riesgos de contacto entre nadadores.
- Educar a los estudiantes y atletas para cumplir con los estándares de seguridad.

Mantenedores

- Cuidan el mantenimiento de las plantas. Sus intervenciones deben programarse durante el horario de apertura, cierres o en cualquier caso, organizarlos para que no operen dentro de las instalaciones en presencia conjunta de los usuarios o con el resto del personal.

Formación

- Las reuniones con el personal deberán ser manteniendo las distancias o por teleconferencias para actualizaciones sobre métodos organizacionales y de comportamiento, en relación con lo anterior. Todo el personal deberá recibir capacitación sobre todos los procedimientos disciplinarios en las diversas áreas de la planta.
- Se debe proporcionar información adecuada sobre la base de los deberes y los contextos de trabajo, con referencia particular al conjunto de medidas adoptadas que el personal debe cumplir, en particular sobre uso correcto del equipo de protección personal para ayudar a prevenir todas las formas posibles de propagación del contagio.



6-ASPECTOS EDUCATIVO Y ORGANIZACIONAL

Además, al reanudar la actividad deportiva básica, se deben considerar los siguientes aspectos:

- Cursos para niños: el padre no acompaña al niño en el vestuario; se debe proporcionar una cantidad de asistentes apropiado a la edad y número de hijos. Instructor fuera del agua
- Es aconsejable que los niños lleguen a la piscina con el traje de baños debajo de la ropa para facilitarles operaciones de vestuario
- Cursos para adultos: instructor fuera del agua
- Cursos de fitness: instructor fuera del agua.
- Clases individuales y entrenamiento personal: instructor fuera del agua
- Actividades individuales con personas con discapacidad: instructor en el agua con máscara protectora
- Es aconsejable proporcionar natación gratuita solo con reserva (por día y horario) y, en cualquier caso, un número cerrado que garantiza el cumplimiento de las distancias de seguridad mediante una vigilancia adecuada considerando 4 m2 por persona.
- Organice las rutas de entrada y salida de los estudiantes desde el nivel de la piscina para respetar siempre regla de distanciamiento social.

Aspectos didácticos

- La actividad se lleva a cabo con el instructor fuera del agua que dirige el curso con un número reducido de estudiantes y dotados de varilla flexible para ser utilizada como soporte y soporte para nadadores.
- Actividad de natación para adultos o La actividad se lleva a cabo con el instructor fuera del agua que dirige el curso con un número reducido de usuarios y dotados de varilla flexible para ser utilizada como soporte y soporte para nadadores. Relaciones agua / estudiante e instructor / estudiantes: como arriba.
- Creación de un sistema de entrada a la piscina para que cuando los usuarios salgan, la entrada de la piscina se realice alternativamente.
- Suspensión temporal del uso gratuito o creación de un tiempo específico para este uso con cita previa, siempre que haya restricciones asociadas con el control de la pandemia, con un número máximo de usuarios/calles de 4 personas.





III-RECOMENDACIONES ADICIONALES

1. Lávate las manos con frecuencia. Se recomienda poner a disposición en todos los lugares públicos, gimnasios, supermercados, farmacias y otros lugares de reunión, soluciones hidroalcohólicas para el lavado de manos;
2. Evitar el contacto cercano con personas que sufren infecciones respiratorias agudas;
3. Evitar abrazos y apretones de manos;
4. La distancia interpersonal es de mínimo 1,5 metros e idealmente 2 metros y la densidad de ocupación no debe superar una persona cada 2.25 metros cuadrados.
5. Mantener, en los contactos sociales, una distancia interpersonal de al menos un metro;
6. Practique la higiene respiratoria (estornudar y / o toser con un pañuelo evitando el contacto de las manos con el secreciones respiratorias);
7. Evitar el uso compartido de botellas y vasos, en particular durante las actividades deportivas;
8. No toque sus ojos, nariz y boca con sus manos;
9. Cúbrase la boca y la nariz si estornuda o tose;
10. Limpiar las superficies con desinfectantes a base de cloro o alcohol;
11. Se recomienda encarecidamente en todos los contactos sociales utilizar la protección respiratoria como medida adicional a otras medidas de prevención de saneamiento individuales.
12. No beba de la misma botella / botella / vaso en la carrera o en el entrenamiento, siempre usando vasos desechables o una botella nominal o personalizada, y no intercambiar con el acompaña a otros artículos (toallas, albornoces, etc.).
13. Evite consumir alimentos en los vestuarios.
14. Ponga artículos personales y ropa en sus bolsos o armarios, evitando dejarlos expuestos en los vestuarios o en cestas comunes
15. Tirar inmediatamente en los contenedores apropiados pañuelos de papel u otros materiales usados como yesos, vendas, etcétera
16. Lávese bien las manos con la mayor frecuencia posible: el lavado y la desinfección de manos son decisivos para prevenir la infección Las manos deben lavarse durante al menos 20 segundos y luego habiéndolos enjuagado bien, deben secarse con una toalla desechable; si no están disponibles jabón y agua, también se puede usar un desinfectante para manos a base de alcohol al 60%.
17. Evite, tocar el grifo antes y después de lavarse las manos, pero use toallitas desechables para abrirlo y cerrarlo.
18. Fomentar el uso de dispensadores automáticos con soluciones de limpieza desinfectantes adecuadas, tanto en los vestuarios, Ambos en los baños.
19. Solicite un monitoreo constante de los parámetros químicos (cloro o otras soluciones desinfectantes) y parámetros físicos (incluyendo pH o temperatura).
20. Los atletas/usuarios que muestran síntomas obvios de una infección respiratoria continua y / o fiebre deben abandonar inmediatamente al resto del equipo, y posiblemente aislarse, y notificar al médico social en equipos profesionales o el director médico de la centro o federacion.
21. Consulte a los atletas y al personal de la compañía si ha habido contactos en primera persona o dentro del propio entorno familiar con personas que regresan de áreas de riesgo o en cuarentena.
22. Se recomienda la apertura secuencial de los grifos de duchas, fuentes, lavapiés, bar y servicios, dejando correr el agua para que se renueve toda la que había quedado retenida en las tuberías.



IV-CONSIDERACIONES ADICIONALES DE PISCINAS Y EN AGUAS ABIERTAS

La Organización Mundial de la Salud declaró a COVID- 19 una pandemia el 11 de marzo de 2020. Mientras el mundo lucha por manejar los efectos de este devastador nuevo coronavirus, hay muchos desafíos y preguntas emergentes que ahora se están planteando. Para nuestra comunidad acuática, inquietudes con respecto a la calidad y seguridad del agua tanto en la piscina como el entorno de aguas abiertas son primordiales. Hay muchas preguntas sin respuesta, por lo que aquí tenemos un breve resumen de lo que la comunidad médica / científica ha podido proporcionar hasta este punto.

AGUA POTABLE

Actualmente no hay evidencia de que COVID-19 pueda transmitirse a través de Agua potable contaminada. El riesgo se considera bajo en áreas con plantas de tratamiento de aguas centralizada. Si esto no está disponible, entonces técnicas como la ebullición (hervir el agua), radiación solar, la radiación UV, los aditivos de cloro se consideran estrategias efectivas.

PISCINAS

COVID-19 tiene una membrana externa lipídica frágil y, por lo tanto, es altamente susceptible a jabones y oxidantes, como el cloro. De acuerdo con el Centro de Enfermedades y Control (CDC), no hay evidencia de que COVID-19 pueda transmitirse a los humanos a través del uso de piscinas, jacuzzis o spas. El mantenimiento adecuado, desinfección con cloro o bromo de las piscinas deberían inactivar el virus (CDC 2020). Un Coronavirus relacionado se que causó la epidemia de SARS en 2003, se puede inactivar estaba por tratamiento UV y desinfectantes.

Del mismo modo, los Centros de Control y Prevención de Enfermedades del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. descartan que las piscinas sean un medio propicio para la transmisión del virus COVID-19: "No hay evidencia de que COVID-19 pueda propagarse a los humanos a través del uso de piscinas, jacuzzis o balnearios, o áreas de juego acuáticas. El funcionamiento, mantenimiento y desinfección adecuados (por ejemplo con cloro y bromo) de piscinas, jacuzzis o balnearios, y áreas de juego acuáticas deberían inactivar el virus que causa COVID-19." Centros de Control y Prevención de Enfermedades, Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU., 3 de abril de 2020.

Otro informe es el publicado por el Grupo de Asesoramiento y Tratamiento de Agua de Piscinas (Pool Water Treatment Advisory Group), una organización de membresía no comercial independiente y con sede en el Reino Unido, dedicada a elevar los estándares en el tratamiento de aguas de piscinas. En el mismo, expresa: "Lo hemos verificado con nuestra dirección nacional, la cual confirma que el coronavirus se desactivaría con los niveles de cloro utilizados en el agua de las piscinas. El agua y el cloro que hay dentro de las piscinas ayudan a matar el virus". Así mismo anima a los administradores y dueños de piscinas a que implementen medidas de higiene para garantizar la seguridad de los nadadores, lo cual incluye analizar el PH del agua y los niveles de los desinfectantes de la piscina con frecuencia, hacer análisis bacterianos del agua y cumplir con las directrices del Código de Prácticas de PWTAG.



AGUAS ABIERTAS

COVID-19 puede permanecer viable, posiblemente infeccioso en fuentes de agua dulce como lagos y ríos, particularmente si las aguas residuales crudas ingresan directamente a estas aguas. Dado que la dilución afecta, el riesgo se evalúa como bajo. (*Fundación de Investigación del Agua*). En este punto no ha habido confirmación de que el virus sea viable en el agua de mar. El consenso general es que el riesgo de transmisión es bajo. Ha habido especulación sobre el riesgo potencial de infección con aerosol de agua marina. Estas preocupaciones se plantearon por primera vez en 2009 tras el brote de SARS-CoV de 2003. Otras investigaciones de esta teoría se han iniciado en la Institución Scripps de Oceanografía.

V-CONCLUSIÓN:

La presentación de este documento esencialmente, tiene como objetivo aumentar la conciencia de los organismos correspondientes sobre el problema que trae aparejado para nuestro deporte que va desde:

- a) Aspectos deportivos, ya que la natación y las demás disciplinas acuáticas son deportes que no pueden encontrar procesos de entrenamiento alternativos para reemplazar el uso de la piscina. Vale la pena recordar que, si solo fuera posible viabilizar la práctica deportiva asociada al alto rendimiento, esto solo no permitiría la viabilidad económica de las piscinas, lo que conduciría a un cierre probable y masivo de las instalaciones si el cierre se prolonga.
- b) Aspectos económicos, ya que existe un número cada vez más importante de profesionales cuya única fuente de ingresos es el resultado de su actividad como técnicos de natación y sus diferentes disciplinas, mantenimiento de piscinas, entrenadores y responsables de todos los servicios necesarios para el funcionamiento de las disciplinas.
- c) Aspectos relacionados con la promoción de la actividad deportiva y el ejercicio físico. La piscina es un espacio deportivo privilegiado para mantener la actividad física para un espectro muy amplio de la población en los grupos de edad más diversos, desde la primaria infancia hasta la vejez.
- d)

Por último, es nuestra intensión que, con el amparo de la autorización de la Secretaria de Deporte y Turismo de la Nación, el ENARD y el Comité Olímpico Argentino, puedan considerar la reapertura de estas instalaciones, enmarcadas en el proceso gradual de reanudar las actividades de acuerdo con el levantamiento de las restricciones inherente a la implementación que el Estado Nacional realice al respecto.

Fernando Terrilli
Presidente CADDA